

# QUIZ

สวัสดิคุณผู้อ่านที่รัก พบกันอีกเช่นเคย กับฉบับใกล้ปิดเทอม ในช่วงเวลานี้ไม่น่าจะมีโรคร้ายใดที่ตกในกระแสความตื่นกลัวมากไปกว่า “ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009” นิตยสาร New Scientist ก็ถ่ายขอบแปลเป็นไทยว่านิตยสารนักวิทยาศาสตร์รุ่นใหม่ ฉบับวันที่ 18 กรกฎาคม 2009 ได้รายงานข่าวจากผู้ป่วยที่ตายด้วยโรคไข้หวัด 2009 จำนวน 99 ราย ในสหรัฐอเมริกา เกือบครึ่งหนึ่ง (45%) คือ “คนอ้วน”

**สำ**หรับสาเหตุแห่งการทำให้ร่างกายอ่อนแอ ภายใต้ “ความอ้วน” แหล่งข่าวได้กล่าวไว้ว่า คนอ้วนมักจะมีโรคแทรกซ้อน คือ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคเกี่ยวกับปอดและทางเดินหายใจ และหลอดเลือดหัวใจตีบตัน สาเหตุเหล่านี้เองที่ทำให้ “คนอ้วน” จัดเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการตายเมื่อเป็น “ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009”

และล่าสุดก็มาอีกแล้ว โรคเก่ากลับมาระบาดใหม่อีกครั้ง คุณๆ น่าจะเคยได้ยินชื่อที่ใช้เรียกโรคเก่าที่กลับมาระบาดใหม่ว่า “โรคอุบัติซ้ำ” ส่วนถ้าเป็นโรคที่เกิดใหม่ เกิดจากเชื้อโรคพัฒนาตัวเองให้ร้ายกาจขึ้น เราก็คงเรียกว่า “โรคอุบัติใหม่”

สำหรับโรคที่ร้ายแรงขึ้นมาว่าเป็นโรคอุบัติซ้ำ ก็คือ “โรคกาฬโรคปอด” ที่มีรายงานการระบาดในเมืองชิงไห่ (Qinghai) ซึ่งเป็นเมืองเล็กๆ อยู่ทางตะวันตกของจีนติดกับทิเบต และจีนได้ประกาศเป็นเขตกักกันโรคไปเรียบร้อยแล้ว มันคงเกิดความโกลาหลมากมายในเมือง ลองนึกดู คนที่ไม่ติดโรคก็ต้องการอพยพออกจากเมืองในทันทีที่รู้ข่าว เหมือนในหนังฝรั่งที่เคยดู อย่างเรื่อง Outbreak ยิ่งเงยเงยนั่นเลยคุณๆ ถึงแม้ทางการแพทย์จะเร่งให้เจ้าหน้าที่ไปฉีดยาฆ่าเชื้อก็ตาม ใครจะไว้ใจล่ะ ว่าไหม

สำหรับโรคนี้ในประเทศไทยก็เคยเกิดขึ้นมานานมากแล้ว และตั้งแต่ปีพ.ศ. 2495 จนถึงปัจจุบัน ก็ยังไม่เคยมีรายงานโรคนี้ในประเทศไทยอีกเลย และเคยมีรายงานการระบาดในยุโรปเมื่อในอดีต ซึ่งมีคนตายมากถึง 25 ล้านคน “โรคกาฬโรคปอด” ดูเหมือนจะร้ายแรงยิ่งกว่า “ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009” เพราะสามารถติดต่อผ่านทางระบบหายใจได้ ไม่ต้องรอให้หมาไอหรือจามใส่หน้ากัน และ กาฬโรค ก็จัดอยู่ในกลุ่ม 5 โรคร้ายแรง ตายนึกถึงขบวนการเรนเจอร์ในทันที ที่มี 5 คน 5 สี ต่อสู้กับเหล่าร้าย อย่างนี้ต้องจับให้มาสู้กับ 5 โรคร้ายแรง อย่าง อหิวาตกโรค ไข้ทรพิษ กาฬโรค ไข้เหลือง และโรคซาร์

จากข้อมูลที่เล่ามา ก็ไม่มีอะไรมาก ต่ายแค่อยากจะทำร่วมแรงร่วมใจให้ทุกคนหันมาออกกำลังกายกัน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย




สุขภาพจิตใจแจ่มใส และให้คิดเสมอว่าการออกกำลังกายก็มีความสำคัญเท่ากับการกินอาหารในแต่ละวันเหมือนกัน การออกกำลังกาย ทำให้ไม่มีปัญหาเรื่องความดัน ไม่มีปัญหาเรื่องหลอดเลือดตีบตัน ลดภาระค่าใช้จ่ายเรื่องครีมบำรุงหน้า เพราะการออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอจะทำให้คุณ ๆ หน้าเด็ก และดูอ่อนวัย ตายไม่อยากให้คุณ ๆ นิ่งนอนใจ เพราะในยุคสมัยนี้ การเดินทางโดยเครื่องบินทำให้ เชื้อโรค แผลง และสัตว์แปลก สามารถเดินทางไปได้ทั่วโลก เช่นเดียวกัน อีกไม่นานเกินรอ... หุ หุ

ตายอยากให้คุณ ๆ ลองหันมาถามตัวเอง เพื่อน ๆ หรือ คนรอบตัวว่า "วันนี้ คุณ ๆ ออกกำลังกายแล้วหรือยัง" แล้วพากันไปเล่นกีฬากลางแจ้ง ในที่ที่อากาศปลอดโปร่งโล่งสบาย เสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเองจ้า

**เฉลยคำถามประจำฉบับที่ 159** "มีวิทยาศาสตร์ในเรื่องใดหรือหัวข้อใดบ้าง ที่เกี่ยวข้องกับวันสงกรานต์ และเด็ก ๆ จะนำเอาวิทยาศาสตร์ในเรื่องหรือหัวข้อดังกล่าวมาอธิบายกิจกรรม เหตุการณ์หรือปรากฏการณ์ต่างๆ ในวันสงกรานต์ได้อย่างไร เช่น ทำไมช่วงวันสงกรานต์ถึงร้อน สาดน้ำแล้วทำไมเย็น ทำไมทาแป้งเล่นสงกรานต์แล้วผิวไม่ไหม้ ทำไมเล่นสงกรานต์ตีรมแม่น้ำลำคลองมีลมแรงกว่าเล่นสงกรานต์ในวัดที่ไม่ติดแม่น้ำหรือลำคลองและอื่นๆ" **ไม่มีผู้ได้รับรางวัลจ้า**

**คำถามฉบับที่ 161** ตายอยากให้คุณ ๆ ลองค้นหาว่า "โรคกาฬโรคปอด" และ "ไข้หวัด 2009" นั้นมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อโรคอะไร ชนิดใด อย่างไร และมีอาการอย่างไร

อย่าเพิ่งทำหน้างง ๆ อะ ลองดูตัวอย่าง เช่น โรคไข้หวัดกระต่าย หรือ ภาษาสากลเรียกว่า Tularemia ที่จริงๆ ก็เกิดขึ้นได้ในสัตว์ฟันแทะทุกชนิด ตายเดาว่าเพราะกระต่ายดูดีที่สุดในความเห็นได้ทั่วไป เลยเรียกว่า ไข้หวัดกระต่าย ดูจะเข้าใจง่ายสุดๆ โรคชนิดนี้เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งที่ชื่อเพราะกว่า ว่า *Francisella tularensis* เมื่อเป็นโรคนี้ จะมีอาการไข้เฉียบพลันหนาวสั่น ปวดหัว มีอาการท้องเสียร่วมด้วย เจ็บกล้ามเนื้อ ข้อต่อต่างๆ ไอแห้งๆ อ่อนเพลีย ติดต่อดีได้ง่ายจากการมีเห็บหมัดเป็นพาหะนำโรค และติดต่อโดยการหายใจเอาแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของโรคเข้าไป สมมุติถ้ากระต่ายติดโรคนี้ แล้วคุณ ๆ เข้ามาหอมแก้มกระต่าย หายใจใกล้ๆ กระต่าย นานๆ คุณก็จะมีโอกาสได้รับเชื้อแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดโรคนี้เข้าสู่ร่างกายแล้วหละ

นี่คือตัวอย่างที่ตายอยากให้คุณ ๆ ลองค้นหาแล้วเขียนตอบตายมาประมาณนี้ เมื่อได้คำตอบแล้วก็ส่งมาหาตายด้วยวิธีการที่คุณ ๆ ถนัดที่สุด ใครทำได้เร็ว และรู้คำตอบก่อนก็ส่งคำตอบมาหาตายตามที่อยู่ด้านล่าง แล้วรออ่านเฉลยได้ในฉบับที่ 163 ส่วนของรางวัลไว้รอลุ้นดีกว่า แต่ที่แน่ๆ ถ้าหากบอกชื่อโรงเรียนมา ตายก็จะส่ง CD ละครวิทยาศาสตร์ให้กับโรงเรียนผู้ที่ตอบถูกต้องด้วย จะ หมดเขตส่งคำตอบวันที่ 10 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 นี้ 

คุณตาย แสนชน  
นิตยสาร สสวท. สถาบันส่งเสริมการสอน  
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.)  
924 สุขุมวิท คลองเตย กรุงเทพฯ 10110  
หรือทาง E-mail : magazine@ipst.ac.th

