

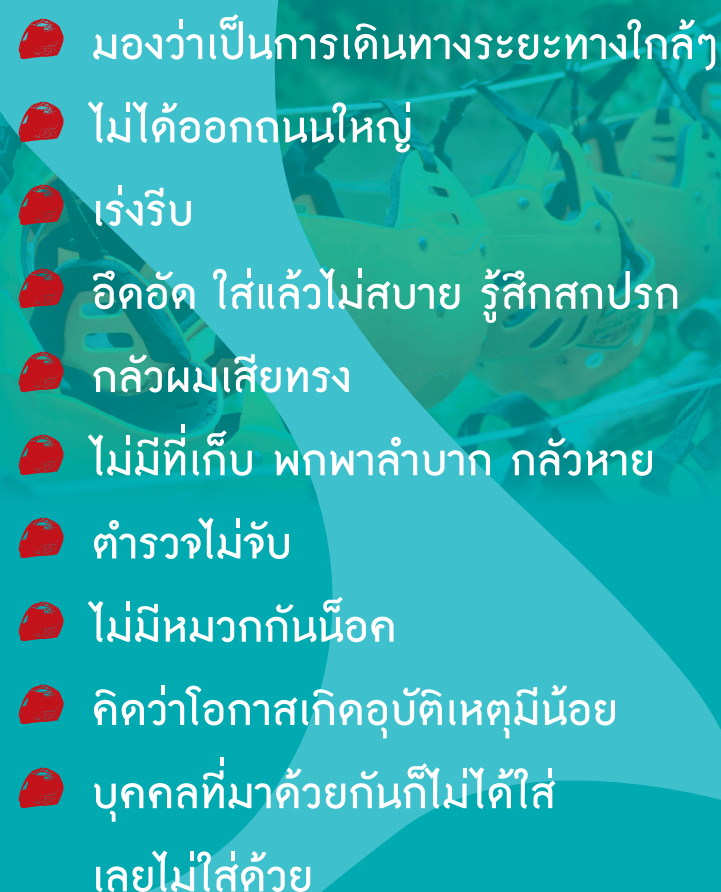


“**២០កុកបឋម** ព្រះធម៌

[illegible]

ក្នុងរយៈពេលនេះ យើងបានឃើញពីការប្រែប្រួលនៃស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ច និងសង្គមរបស់ប្រជាជនកម្ពុជា។ យើងបានឃើញពីការប្រែប្រួលនៃស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ច និងសង្គមរបស់ប្រជាជនកម្ពុជា។

[illegible]

- 
- มองว่าเป็นการเดินทางระยะทางใกล้ๆ
 - ไม่ได้ออกถนนใหญ่
 - เร่งรีบ
 - อัดอัด ใส่แล้วไม่สบาย รู้สึกสกปรก
 - กลัวผมเสียทรง
 - ไม่มีที่เก็บ พกพาลำบาก กลัวหาย
 - ตำรวไม่จับ
 - ไม่มีหมวกกันน็อก
 - คิดว่าโอกาสเกิดอุบัติเหตุมีน้อย
 - บุคคลที่มาด้วยกันก็ไม่ได้ใส่
 - เลยไม่ใส่ด้วย

สุขภาพดีด้วยวิธี ลดพฤติกรรมเสี่ยง 5 ข้อ

ลดเสียง เลี้ยงบุหรี

ปฏิเสธเหล้า ง่วงเมาไม่สตาร์ท

ไม่ขาดออกกำลังกาย สลายการพ่น

ศูนย์ประสานงานโครงการพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ
สมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม (ส.พ.ส.)

25/25 พทรมณฑลสาย 4 ต.ศาลายา อ.พทรมณฑล จ.นครปฐม 73170

โทรศัพท์ 0-2441-9232, 0-2800-2424, 08-2358-4614, 08-2358-4616

โทรสาร 0-2441-9232, 0-2889-3390

www.adeq.or.th, www.healthyenterprise.org

e-mail: smokefree09@hotmail.com

เอกสารเผยแพร่ความรู้



สิ่งที่คุณควรรู้เกี่ยวกับ



หมวกกันน็อค

โครงการพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ

คุณมีเหตุผลอย่างนี้หรือไม่
ที่ไม่สวมหมวกกันน็อค

ผลการสำรวจของเครือข่าย

Road Safety Watch

พบว่าสาเหตุที่คนไม่นิยม

สวมหมวกกันน็อค คือ



หมวกกันน็อก
ช่วยลดความรุนแรง
จากอุบัติเหตุได้ หมวก
กันน็อกถูกออกแบบมาให้
สามารถจับเก็บพลังงานที่เกิด
ขึ้นจากการชน โดยภายในจะมี
โฟม ซึ่งมีคุณสมบัติยืดหดได้ ช่วย
ป้องกันและกระจายแรงกระแทกไป
ยังพื้นที่ที่กว้างขึ้น ทำให้แรงกระแทก
ไม่ไปรวมอยู่ส่วนใดส่วนหนึ่งของ
กระโหลกศีรษะ มีผลให้แรงกระแทกต่อ
เนื้อสมองลดลง นอกจากนี้ยังป้องกันการ
สัมผัสโดยตรงระหว่างกระโหลกศีรษะกับสิ่ง
ที่จะมากระทบด้วย

หมวกกันน็อกเพื่อนแตร่วมทาง การสวมหมวก
กันน็อกช่วยลดความเสี่ยงและความรุนแรงของ
การบาดเจ็บลงได้ประมาณ 72% ลดความเสี่ยงในการ
เสียชีวิตได้ถึง 39% ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเร็วของรถยนต์
ในขณะขับขี่ด้วย

หมวกกันน็อกตามมาตรฐานมีเพียงแค่ 3 แบบ คือ

- **หมวกกันน็อกชนิดปิดเต็มหน้า** เป็นหมวกเต็มใบ
ปิดทั้งด้านข้าง ด้านหลัง ด้านหน้า และมีส่วนป้องกันปาก
และคาง มีน้ำหนักประมาณ 1.2-1.5 กิโลกรัม
- **หมวกกันน็อกชนิดเต็มใบ** (เปิดหน้า) เป็นรูปทรงกลม
ปิดด้านข้างและด้านหลัง ด้านหน้าเปิดเหนือคิ้วลงมาถึง
ปลายคางและมีสายรัดคาง สามารถป้องกันศีรษะทั้งส่วนบน
ส่วนล่างและส่วนหลัง ตลอดจนบริเวณหู มีน้ำหนัก
- **หมวกกันน็อกชนิดครึ่งใบ** เป็นรูปครึ่งทรงกลม คล้ายหมวก
เจ้าหน้าที่ตำรวจ ปิดด้านข้างและด้านหลังเสมอระดับหู
คลุมได้ครึ่งศีรษะ มีสายรัดคาง หมวกชนิดนี้สามารถ
ป้องกันได้เฉพาะศีรษะส่วนบนเท่านั้น มีน้ำหนักเบา
ประมาณ 700 กรัม – 1 กิโลกรัม



หมวกกันน็อกจะมีอายุการใช้งานประมาณ 3 ปี
ดังนั้นเมื่อหมดอายุควรเปลี่ยนใหม่ เพราะการเสื่อมสภาพของ
พลาสติกและโฟมจะทำให้หมวกไม่สามารถทนรับแรงกระแทกได้

