

ใบงานที่ 8.1
เรื่อง ปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่ความสัมพันธ์ตัวเลือกที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ โดยพิมพ์ตัวเลขลงในช่องว่างให้สอดคล้องกับข้อความที่กำหนดให้

- | | | |
|-----------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| 1. เชื้อโรค | 8. เครื่องดื่มมีนเมา | 15. สารเสพติด |
| 2. การกินอาหารที่ไม่เหมาะสม | 9. อารมณ์ | 16. ออกกำลังกาย |
| 3. บุหรี่ | 10. อยู่ในสถานการณ์เสี่ยง | 17. มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย |
| 4. ความเครียด | 11. มลพิษและสารเคมี | 18. อบายมุข |
| 5. อันตรายจากการทำงาน | 12. การบริการสุขภาพ | 19. อุบัติเหตุทางจราจร |
| 6. ปัญหาความรุนแรง | 13. พันธุกรรม | 20. ภัยธรรมชาติ |
| 7. ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ | 14. อโรควา | 21. บุหรี่ |

- สมศรีป่วยด้วยโรคไขมันในเส้นเลือดสูง
- มานีป่วยด้วยโรคเมะเร็งเม็ดเลือดขาว
- สมหมายป่วยด้วยโรคไขหวัดนก
- สมชายไม่คาดเข็มขัดนิรภัยจนทำให้เสียชีวิต
- มณีตั้งครุฑตั้งแต่อายุ 15 ปี
- มานพมีอาการปวดต้นคอ หลัง เนื่องจากนั่งทำงานทั้งวัน
- เกิดเหตุสึนามิที่ไทย เมื่อเดือน ธันวาคม 2547
- สุดามีน้ำหนักเกิน สาเหตุมาจากการกินและพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง
- ณรงค์ขยันอ่านหนังสืออย่างหนัก จนทำให้ล้มป่วย
- นักเรียนต่างสถาบันเกิดการชกต่อยทะเลาะวิวาทกัน
- เสี่ยงต่อการเกิดโรคตับแข็ง รวมถึงทำลายการทำงานของสมอง
- สารเสพติดชนิดหนึ่งทำให้เกิดโรคเมะเร็งปอดและถุงลมโป่งพอง
- มีโรงงานอุตสาหกรรมตั้งใกล้บ้านเรือน ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ
- เมื่อทดลองแล้วทำให้เสียสุขภาพและสุขภาพจิต เสียทรัพย์สินเงินทองจำนวนมาก แพ้ระบอบในกลุ่มนักเรียน วัยรุ่น
- มีนาโดนลงโทษขังเพราะไปเที่ยวสถานบันเทิงในตอนกลางคืน
- เกี่ยวข้องกับสุขภาพทั้งการดูแลรักษา ส่งเสริม และป้องกัน
- ปัจจัยจากสิ่งคุกคามที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ปัจจัยด้านพฤติกรรม ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม พันธุกรรมและอื่น ๆ
- เมื่อมีความสุขร่างกายจะหลั่งสารเอ็นดอร์ฟิน ส่งผลให้ร่างกายตื่นตัวและกระชุ่มกระชวย
- งดเว้นบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ
- ปฏิบัติตนให้ปราศจากความเจ็บป่วยหรือหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรค