

7 วิธี “ล้างตลาด” ป้องกันโรค



1 ทำความสะอาดเพดาน ฝาผนัง



2 ทำความสะอาดแผง
และทางระบายน้ำเสีย
รวมทั้งกำจัดสัตว์แมลงนำโรค



3 บนแผงหรือพื้น ที่มีคราบไขมันจับ
หนา ใช้โซดาไฟ 96% 2 ช้อนโต๊ะ
ต่อน้ำ 10 ลิตร ราดทิ้งไว้ 15 - 30
นาที และใช้แปรงลวดถู ส่วนบริเวณ
อื่นใช้น้ำยาทำความสะอาด หรือผง
ซักฟอกในการล้างทำความสะอาด



4 ใช้น้ำสะอาด รดน้ำแผง
ทางเดิน ฝาผนัง ลงสู่ทางระบาย
น้ำเสีย เพื่อชะล้างสิ่งสกปรก และ
สารเคมีออก



5 ใช้ผงปูนคลอรีน 60% 1 ช้อนชา
ต่อน้ำ 20 ลิตร ใส่ลงในฝักบัวรดน้ำ
รดบริเวณแผง เขียง ทางเดิน
ทางระบายน้ำเสียให้ทั่ว ปล่อยทิ้งไว้
เพื่อฆ่าเชื้อโรคและกำจัดกลิ่น
ส่วนบริเวณที่มีกลิ่นคาว
ใช้น้ำส้มสายชูผสมน้ำเจือจาง ราด
บริเวณที่มีกลิ่นคาว (กรณีเกิดโรค
ระบาดต้องฆ่าเชื้อด้วยคลอรีนทุกวัน)



6 หมั่นทำความสะอาดห้องน้ำ
ห้องส้วม อ่างล้างมือ ที่ปัสสาวะ และ
ก๊อกน้ำสาธารณะที่ใช้ในตลาดต้อง
ทำความสะอาด โดยใช้น้ำยาความ
สะอาดหรือผงซักฟอก และล้างด้วย
น้ำให้สะอาด



7 บริเวณที่พักขยะ ต้องรวบรวมขยะไปกำจัด
ให้หมด และทำความสะอาดเช่นเดียวกับข้อ 5



กรณีเกิดโรคระบาดต้องล้างตลาด อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และผู้ล้างต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย
และสวมถุงมือยาง ฝ้ายางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง และล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ หลังปฏิบัติงานเสร็จ



มาตรการป้องกันสัตว์และแมลงนำโรคใน "ตลาด"

การปรับปรุงสุขาภิบาล



1. **กำจัดแหล่งอาหาร** กำจัดเศษอาหารไม่ให้มีขยะตกค้าง บริเวณแผงจำหน่ายอาหารสด/อาหารปรุงสำเร็จ และทางเดิน
2. **กำจัดแหล่งอาศัยและแหล่งเพาะพันธุ์** สัตว์และแมลงพาหะนำโรค โดยไม่เก็บของสะสม/รกรุงรัง
3. **ถังขยะมีถุงรองรับ มีฝาปิดมิดชิด** เพื่อป้องกันหนู/สัตว์แมลงพาหะนำโรค
4. **รางระบายน้ำ** มีตะแกรง/ฝาปิดที่อยู่ในสภาพดีสามารถทำความสะอาดได้ง่าย
5. **เก็บ ขน หรือกำจัดขยะ** ภายในตลาดเป็นประจำทุกวัน เพื่อไม่ให้มีขยะตกค้าง
6. **ทำความสะอาด** แผงจำหน่ายอาหารสด/อาหารปรุงสำเร็จ ให้สะอาดทุกซอกมุม ไม่ให้มีเศษอาหารหรือคราบไขมันตกค้างอยู่บริเวณแผงจำหน่ายอาหาร
7. **ทำความสะอาด** รางระบายน้ำภายในตลาดและบริเวณโดยรอบตลาดให้เป็นประจำ ไม่มีเศษอาหาร หรือ ขยะตกค้าง หรือน้ำขัง
8. **ทำความสะอาด** บริเวณที่ตั้งถังขยะและสถานที่พักขยะรวมของตลาด ให้สะอาดไม่มีคราบน้ำขยะ หรือ มีขยะตกค้าง

การกำจัดหนู



1. ใช้กรงดักหรือกาวดัก 
2. ใช้สารเคมี 
ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องและเลือกใช้วิธีที่เหมาะสมหรือหลายวิธีร่วมกัน

การกำจัดแมลงสาบ

ทำลายไข่แมลงสาบ ด้วยการนำไปเผาทิ้ง หากต้องใช้กับดักแมลงสาบ สารเคมี/เหยื่อพิษ ต้องปฏิบัติตามเอกสารแนะนำอย่างเคร่งครัด



DON'T FORGET

ล้างตลาดตามหลักสุขาภิบาลอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง

อ้างอิงข้อมูล : สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย : สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ เผยแพร่ : พฤศจิกายน 2568

สแกนคิวอาร์โค้ด
เพื่อรับความรู้สุขภาพ

