

## การเลือกน้ำดื่มสะอาด ปลอดภัย สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

โดยทั่วไปน้ำประปา เป็นบริการที่รัฐจัดบริการให้ประชาชน และครอบคลุมหลายพื้นที่มากขึ้น เช่น การประปาส่วนหลวง การประปาส่วนภูมิภาค และประปาหมู่บ้าน น้ำประปาได้พัฒนากระบวนการผลิต และควบคุมตรวจสอบคุณภาพน้ำ เพื่อให้ น้ำประปามีคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน เช่น เกณฑ์มาตรฐานเสนอแนะขององค์การอนามัยโลก เกณฑ์คุณภาพน้ำประปากรมอนามัยปี 2553 เกณฑ์มาตรฐานน้ำบาดาล ทำให้ได้ น้ำประปาที่สะอาดปลอดภัยและบางแห่งได้รับรองมาตรฐานคุณภาพจากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขเป็นน้ำประปาดื่มได้ในหลายพื้นที่ แต่เนื่องจากปัญหาเรื่องระบบท่อจ่ายน้ำระบบประปาบางแห่งที่เก่า หรือเส้นท่อรั่วแตก รั่วแตก บ่อย และฤดูกาลที่เปลี่ยนไป ทำให้ประชาชนผู้ใช้น้ำไม่มั่นใจในคุณภาพน้ำประปา รวมทั้งไม่ชอบกลิ่นคลอรีน จึงมีการติดตั้งเครื่องกรองน้ำ และเลือกน้ำบรรจุขวดมากขึ้น

น้ำจากตู้กดน้ำเย็น/เครื่องกรองน้ำที่เป็นแอสแตนเลส จะมีเครื่องกรองน้ำติดตั้งด้วย และเครื่องกรองน้ำที่ติดตั้งตามจุดบริการน้ำดื่ม ควรทำความสะอาดเปลี่ยนไส้กรองตามคำแนะนำที่ระบุไว้ ควรมีการทำความสะอาดตู้กดน้ำเย็น ทั้งส่วนภายในตู้ ก๊อกน้ำ รางน้ำทิ้ง หรือช่องรองน้ำ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง มิฉะนั้นอาจจะเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคได้

การเลือกน้ำดื่มบรรจุขวด ฝาปิดต้องปิดผนึกเรียบร้อยไม่มีร่องรอยการเปิดใช้ แสดงเลขสารบบในกรอบเครื่องหมาย อย. กำกับไว้อย่างชัดเจน ลักษณะขวดหรือถังต้องใสสะอาดไม่รั่วซึม หรือ ไม่มีรอยสกปรก เปราะ เปื้อน ลักษณะของน้ำดื่มต้องใส ไม่มีตะกอน หรือสิ่งเจือปนอื่นๆ ไม่มีสี รสที่ผิดปกติ ไม่ควรวางปะปนกับวัตถุมีพิษ วางตากแดดและไม่เก็บในที่ร้อน และฉลากจะต้องมีข้อมูลชื่อ ที่อยู่ผู้ผลิต หรือผู้จัดจำหน่าย วันที่ผลิต เป็นต้น

น้ำประเภทอื่นๆ เช่น น้ำบ่อบาดาล น้ำบ่อตื้น และน้ำฝน ปัจจุบันไม่นิยมนำมาดื่มแต่อาจนำมาใช้ในการปรุงประกอบอาหาร ควรปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อน เช่น การฆ่าเชื้อโรคด้วยวิธีง่ายๆ เช่น การเติมสารละลายคลอรีน ชนิดเจือจาง 2% (หยดทิพย์ หรือ ว 101) อัตราส่วน 1 หยด ต่อ น้ำ 1 ลิตร คนให้เข้ากัน ทิ้งไว้นาน 30 นาที หรือใช้คลอรีนเม็ด ขนาด 3 กรัม ต่อน้ำ 1,000 ลิตร ทิ้งไว้ 30 นาที หรือ นำมาต้มให้เดือดอย่างน้อย 1 นาที ก่อนนำน้ำดื่ม เพื่อสุขภาพที่ดีของสมาชิกในครัวเรือน และลดอัตราเสี่ยงจากการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากน้ำเป็นสื่อ ส่งผลดีต่อสุขภาพโดยรวม

การต้มน้ำที่มีน้ำแข็ง ควรหลีกเลี่ยงเพราะน้ำแข็งปนเปื้อนสิ่งสกปรกได้ง่าย โดยเฉพาะน้ำแข็งที่ไม่ผ่านขั้นตอนการผลิตที่ถูกต้อง ดังนั้นเมื่อต้องการต้มน้ำเย็นให้เลือกน้ำบรรจุขวดแช่เย็น หรือเลือกน้ำแข็งบรรจุถุง ที่มีเครื่องหมาย อย. เพื่อรับประทาน

## น้ำบริโภคในสถานประกอบการ

ประเภทน้ำ	การนำไปใช้	ลักษณะ/ข้อควรพิจารณา	การปรับปรุงคุณภาพ/ทำความสะอาด	การตรวจสอบคุณภาพน้ำ
1. น้ำประปา	น้ำดื่ม น้ำใช้ ปรุงประกอบอาหาร	- กรณีสถานประกอบการอยู่ในพื้นที่ที่ได้รับการ รับรองน้ำประปาดื่มได้  - กรณีมีการติดตั้งเครื่องกรองน้ำ	-  ควรทำความสะอาดเปลี่ยนไส้กรองตาม คำแนะนำผลิตภัณฑ์	เฝ้าระวังด้วย ชุดทดสอบ โคลิฟอร์มแบคทีเรีย (๑11) เดือนละ 1 ครั้ง ตรวจตามเกณฑ์มาตรฐานฯ โดยห้องปฏิบัติการ ปีละ 1 ครั้ง
2. น้ำดื่มบรรจุขวด - มีทั้งแบบบรรจุใน ขวดพลาสติกใสหลาย ขนาด และแบบถังใส ถึงรุ่น 5 L, 10L, 20L	น้ำดื่ม ปรุงประกอบอาหาร	1. ฝาปิดต้องปิดผนึกเรียบร้อยไม่มีร่องรอยการ เปิดใช้ แสดงเลขสารบบในกรอบเครื่องหมาย อย. กำกับไว้อย่างชัดเจน 2. ลักษณะขวดหรือถังต้องใสสะอาดไม่ร้าวซึม หรือ ไม่มีรอยสกปรก 3. ลักษณะของน้ำดื่มต้องใส ไม่มีตะกอน หรือ สิ่งเจือปนอื่นๆ ไม่มีสี รสที่ผิดปกติ 4. ไม่ควรวางปะปนกับวัตถุมีพิษ ไม่เก็บในที่ ร้อน และวางตากแดด 5. ฉลากจะต้องมีข้อมูลชื่อ ที่อยู่ผู้ผลิต หรือผู้จัด จำหน่าย วันที่ผลิตเป็นต้น	-	
3. น้ำประเภทอื่นๆ เช่น น้ำบ่อบาดาล น้ำบ่อตื้น และน้ำฝน	น้ำดื่ม น้ำใช้ ปรุง ประกอบอาหาร	ปัจจุบันไม่นิยมนำมาดื่มแต่อาจนำมาเป็นน้ำใช้ หรืออุปโภค หากไม่แน่ใจในคุณภาพน้ำควร นำมาปรับปรุงคุณภาพก่อน	- ปรับปรุงคุณภาพน้ำโดยการฆ่าเชื้อโรค ด้วยคลอรีน เช่น การเติมสารละลาย คลอรีน 2% (หยุดทิพย์ หรือ ว 101) อัตราส่วน 1 หยด ต่อ น้ำ 1 ลิตร คนให้ เข้ากัน ทิ้งไว้นาน 30 นาที หรือใช้ คลอรีนเม็ด ขนาด 3 กรัม ต่อน้ำ 1,000 ลิตร ทิ้งไว้ 30 นาที	

ประเภทน้ำ	การนำไปใช้	ลักษณะ/ข้อควรพิจารณา	การปรับปรุงคุณภาพ/ทำความสะอาด	การตรวจสอบคุณภาพน้ำ
		-กรณีมีการติดตั้งเครื่องกรองน้ำ	- นำมาต้มให้เดือดอย่างน้อย 1 นาที - ควรทำความสะอาดเปลี่ยนไส้กรองตามคำแนะนำผลิตภัณฑ์	- ฝึกระวังด้วย ชุดทดสอบโคลิฟอร์มแบคทีเรีย (o11) เดือนละ 1 ครั้ง - ตรวจสอบเกณฑ์มาตรฐานฯ โดยห้องปฏิบัติการ ปีละ 1 ครั้ง
ตู้น้ำเย็น	การนำไปใช้	ลักษณะ/ข้อควรพิจารณา	การปรับปรุงคุณภาพ/ทำความสะอาด	การตรวจสอบคุณภาพน้ำ
1. ตู้กดน้ำเย็นแบบใช้ถังน้ำ 20L คว่ำ	น้ำดื่ม ปรุงประกอบอาหาร	แบบใช้ถังน้ำ 20 L คว่ำมีหัวจ่ายน้ำ/ก๊อกน้ำ บางตู้จะมีทั้งน้ำร้อนและน้ำเย็น มีช่องรองน้ำทิ้ง อยู่ในสภาพดีไม่บุบ ไม่รั่วซึม	- ถังน้ำ 20L ก่อนคว่ำกับตู้น้ำเย็นควรทำความสะอาดก่อน - ควรมีการทำความสะอาดตู้กดน้ำเย็นทั้งด้านนอก และภายในตู้ อย่างน้อย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ส่วนก๊อกน้ำ/หัวจ่าย รังน้ำทิ้ง หรือที่รองรับน้ำต้องสะอาดพร้อมใช้ จึงต้องมีการทำความสะอาดทุกวัน	ฝึกระวังด้วย ชุดทดสอบโคลิฟอร์มแบคทีเรีย (o11) เดือนละ 1 ครั้ง ตรวจสอบตามเกณฑ์มาตรฐานฯ โดยห้องปฏิบัติการ ปีละครั้ง
2. ตู้กดน้ำเย็น/ร้อนสำเร็จรูป	น้ำดื่ม ปรุงประกอบอาหาร	2.1 ชนิดที่ตัวตู้เป็นพลาสติกจะมีเครื่องกรองน้ำอยู่ในตัวตู้ บางตู้จะมีก๊อกน้ำร้อนด้วย 2.2 ชนิดที่ตัวตู้เป็นสแตนเลส มีหลายขนาดจะตั้งแต่ขนาดเล็กถึงใหญ่ (ก๊อกน้ำ 2 - 6 ก๊อก) จะมีที่รองน้ำทิ้ง และเครื่องกรองน้ำอยู่ข้างตัวตู้ด้วย	- ควรมีการทำความสะอาดตู้กดน้ำเย็นภายในส่วนที่เก็บน้ำ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ส่วนก๊อกน้ำ/หัวจ่าย หรือที่รองน้ำทิ้งต้องสะอาดพร้อมใช้ จึงต้องมีการทำความสะอาดทุกวัน - ควรทำความสะอาดเปลี่ยนไส้กรองตามคำแนะนำผลิตภัณฑ์	ฝึกระวังด้วย ชุดทดสอบโคลิฟอร์มแบคทีเรีย (o11) เดือนละ 1 ครั้ง ส่งตรวจตามเกณฑ์มาตรฐานฯ โดยห้องปฏิบัติการ ปีละครั้ง



