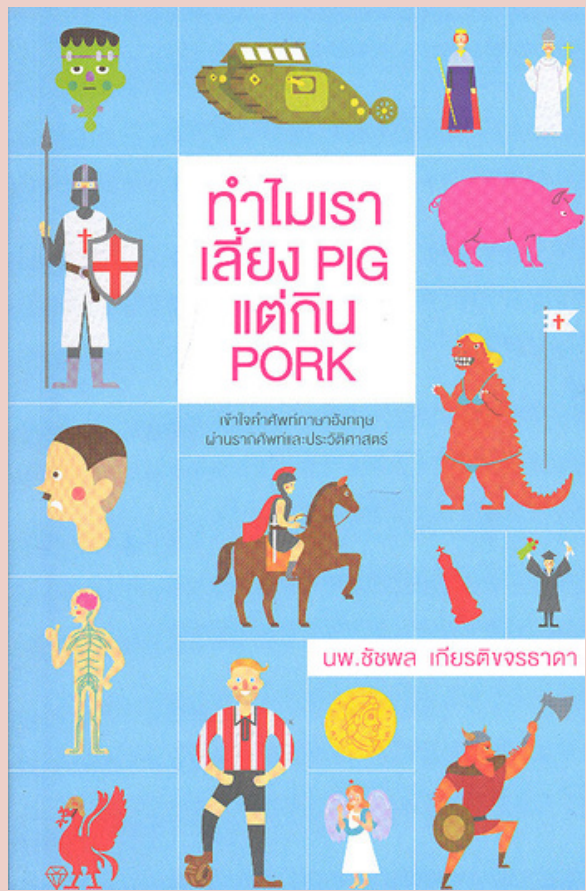


ฉบับที่ **27/2563** **20** กรกฎาคม **2563**



แนะนำหนังสือประจำสัปดาห์

ผู้เขียน : ชัชพล เกียรติขจรธาดา

ชื่อเรื่อง : ทำไมเราเลี้ยง **PIG** แต่กิน **PORK**

เล่าที่มาของรากศัพท์ในภาษาอังกฤษ ที่บางคำก็ค่อนข้างจะเอ๊ะๆ อย่างในภาษาไทย ถ้าเราเลี้ยงหมูเราก็กินเนื้อหมู แต่ภาษาอังกฤษเราเลี้ยง Pig แต่เราต้องกิน Pork ซึ่งคำศัพท์เหล่านี้ล้วนมีที่มา เป็นหนังสือที่อ่านสนุกได้ความรู้ เข้าใจคำศัพท์ภาษาอังกฤษมากขึ้น

รื่องนำติดตาม

**ถุงมือไม่ใช่อุปกรณ์ป้องกันโควิด-19
เข้าสู่ร่างกายและอาจแพร่กระจายเชื้อให้ผู้อื่น**



ถุงมือไม่ใช่อุปกรณ์ที่ใช้ในการป้องกันโควิด-19
จึงไม่ควรสวมออกจากบ้านหรือเวลาเข้าไปในสถานที่
ที่คนพลุกพล่านอย่างที่เราหลายคนเข้าใจ ยิ่งถ้าเป็นพนักงาน
ที่ต้องหยิบสิ่งของจากคนจำนวนมาก ถุงมือก็จะเป็น
แหล่งสะสมเชื้อโรคจากทุกคนไม่ต่างจากราอบเคลื่อนที่
สำหรับคนทั่วไปวิธีการป้องกันโควิด-19 จากการสัมผัส
ที่เหมาะสมที่สุดเวลาเข้าไปในพื้นที่สาธารณะ คือการล้างมือ
และไม่นำมือขึ้นมาสัมผัสบริเวณใบหน้าหากมือยังสกปรกอยู่



กรุณาสแกน **QR CODE**
สำหรับดูรายละเอียดเพิ่มเติม

เรื่องน่าสนใจ

รู้จัก 'ตาล้า' โรคติดเทรนต์ของยุค 4.0



ในปัจจุบันอาการตาล้าอาจพบได้บ่อยเมื่อใช้สมาร์ทโฟน
แท็บเล็ต หรือคอมพิวเตอร์อย่างต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน
ซึ่งการใช้งานอุปกรณ์เหล่านี้อาจหลีกเลี่ยงได้ยาก แต่การลด
ปัจจัยเสี่ยงด้านอื่นๆ หรือปรับวิธีการใช้สายตาอาจช่วยได้

อาการที่มักพบได้บ่อย เช่น ปวดตา ปวดกระบอกตา
ตาแห้ง คันตา แสบตา มีน้ำตาไหล ตาแดง ตาพร่ามัว
มองเห็นไม่ชัด หรือดวงตาไวต่อแสงมากขึ้น

นอกจากนี้ อาการเหล่านี้ยังอาจกระตุ้นให้เกิดอาการปวดหัว เหนื่อยล้า เวียนศีรษะ บ้าบวม และปวดไมเกรนได้ด้วย โดยปกติอาการเหล่านี้มักไม่เป็นอันตราย แต่หากอาการรุนแรงขึ้นอาจส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันได้



กรุณาสแกน **QR CODE**
สำหรับดูรายละเอียดเพิ่มเติม