

## แอลกอฮอล์เจลล้างมือ (แบบไม่มีกลิ่น)

สอนวิธีทำเจลล้างมือง่าย ๆ ด้วยตัวเอง เปิดสูตรวิธีทำเจลล้างมือง่าย ๆ ทำได้ด้วยตัวเอง ไม่ต้องไปหาซื้อให้วุ่นวายอีกต่อไป ! ต้องบอกเลยว่าสถานการณ์บ้านเราตอนนี้ จะเรียกว่าเข้าขั้นวิกฤตเลยก็ว่าได้ เนื่องจากไวรัส Covid-19 คือระบาดหนักมากและไม่มีที่ท่าว่าจะควบคุมได้เลย น่ากลัวมาก ๆ ดังนั้นเราควรจะดูแลร่างกายตัวเองให้แข็งแรง หลีกเลี้ยงพื้นที่เสี่ยง และงดไปสถานที่หรือประเทศที่สุ่มเสี่ยงโดยเด็ดขาด !! อีกอย่างที่สำคัญมาก ๆ นั่นคือการรักษาความสะอาดนั่นเอง เพราะเจ้าไวรัสตัวนี้ นั่น กลัวความสะอาดมาก วันนี้ เลยนำสูตรวิธีทำเจลล้างมือง่าย ๆ ที่เราทุกคนสามารถทำได้ด้วยตัวเอง ต้องขอขอบคุณข้อมูลจาก กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร จะได้พกเอาไว้เช็ดล้างทำความสะอาด ป้องกันเจ้าไวรัส Covid-19 กันครับ

### ส่วนผสมและอุปกรณ์ที่ใช้

1. ใช้รับบีงแอลกอฮอล์ (Rubbing Alcohol) หรือที่เรียกเอทิลแอลกอฮอล์ 95% หรือแอลกอฮอล์ สำหรับล้างแผล 60 มล. 1 ขวด (หาซื้อได้ตามร้านเคมีภัณฑ์ทั่วไป)
2. กลีเซอริน 15 กรัม ประมาณ 1 ขวดขนาดเล็ก (หาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป)
3. กระจกฉีดยา หรือช้อนชาสำหรับตวง (หาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป)
4. ขวดปั๊มสำหรับใส่เจลแอลกอฮอล์ (หาซื้อได้ตามร้านสะดวกซื้อทั่วไป)

## ส่วนผสมและอุปกรณ์ที่ใช้



แอลกอฮอล์ 95 %  
ขนาด 60 มล.  
หาซื้อได้ตามร้านเคมีภัณฑ์ทั่วไป



กลีเซอริน  
หาซื้อได้ตามร้านขายยา  
หรือร้านเคมีภัณฑ์ทั่วไป



กระบอกฉีดยา  
หรือช้อนชาสำหรับตวง  
หาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป



บรรจุภัณฑ์  
เช่น ขวดสเปรย์  
หรือขวดปั๊ม

## ขั้นตอนการทำ

1. เตรียมเอทิลแอลกอฮอล์ 95% 60 มล.
2. ตวงกลีเซอรินครึ่งช้อนชา หรือ 2.5 มล. สำหรับหลอดฉีดยา
3. จากนั้นใส่กลีเซอรินที่เตรียมไว้ ผสมลงในแอลกอฮอล์
4. เขย่าส่วนผสมให้เข้ากัน
5. แบ่งใส่ขวดที่เราเตรียมไว้
6. ฉีดหรือพ่นลงบนฝ่ามือแล้วถูจนแห้ง หรือใช้ได้ตามอวัยวะ



## ข้อควรระวัง

ก่อนลงมือผสมเจลล้างมือเองนั้น ควรล้างมือให้สะอาด หลังจากทำเจลล้างมือเสร็จแล้ว ควรล้างอุปกรณ์การทำให้สะอาดด้วยนะ และการใช้งานให้ถูมือไป-มาจนกว่าแอลกอฮอล์จะแห้งไปจนหมด พยายามหลีกเลี่ยงประกายไฟในกรณีที่แอลกอฮอล์ตามตัวยังระเหยไม่หมด และ ห้ามเป่ามือที่ยังมีแอลกอฮอล์บนผิวกับเครื่อง Hand Dryer ในห้องน้ำเด็ดขาด เพราะแอลกอฮอล์อาจเป็นเชื้อเพลิงที่ก่อประกายไฟได้ นอกจากนี้ก็ควรใช้เจลล้างมือแอลกอฮอล์ภายใน 30 วัน นับจากวันที่ทำ เพราะหลังจาก 30 วัน ประสิทธิภาพในการฆ่าเชื้อของแอลกอฮอล์อาจจะลดลง จนทำให้ประสิทธิภาพในการฆ่าเชื้อโรคลดน้อยลงไปด้วย

## ข้อควรระวังในการทำ

- ❗ ห้ามใช้หรือวางใกล้เปลวไฟ เนื่องจากมีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ที่อาจจะติดไฟได้ง่าย
- ❗ อุปกรณ์ที่นำมาใช้ต้องล้างให้สะอาด
- ❗ ก่อนลงมือทำต้องล้างมือให้สะอาด
- ❗ ควรใช้ให้หมดภายใน 1 เดือน

\* แอลกอฮอล์เจลล้างมือสูตรนี้หากเก็บพ้นจากแสงแดด จะเก็บนานถึง 6 เดือนหรือมากกว่า

เรียกได้ว่าง่ายมาก ๆ เลยใช้มา้กับการทำเจลล้างมือง่าย ๆ ด้วยตัวเอง อุปกรณ์คือหาซื้อง่ายมาก ราคาไม่แพงด้วย ในเมื่อเราสามารถทำได้ด้วยตัวเองแล้ว คราวนี้ก็ไม่ต้องไปหาซื้อหรือไปต่อคิวแย่งกับใครให้วุ่นวายแล้ว แต่สำหรับคนที่ไม่ชอบทาเจลล้างมือก็สามารถฆ่าเชื้อโรคบนมือได้ด้วยแอลกอฮอล์ล้างแผลทั่วไป แต่ทั้งนี้หลังใช้แอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือแล้ว ก็ควรทาโลชั่นตามไปด้วย เพื่อป้องกันไม่ให้ผิวแห้งตึงด้วยนะ

ด้วยความปรารถนาดี : กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม อบต.ห้วยแอ่ง