



ขะมายสาร

ฉบับที่ 65/2568

4 วิธีป้องกันในการอยู่บ้านคนเดียว



ในปัจจุบันอาจมีเหตุการณ์อันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ หากคุณอาศัยอยู่คนเดียว โดยเฉพาะ สภาพสตรี ยิ่งต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ โดยมี 4 วิธีป้องกันตัวเองสำหรับผู้ที่พักอาศัยอยู่ลำพัง ดังนี้

- 1. เช็ค** ระบบการรักษาความปลอดภัยให้มั่นใจก่อนเลือกสถานที่พักอาศัย เช่น กล้องวงจรปิด เจ้าหน้าที่รปภ. ระบบเข้า-ออก อาคารสถานที่ ระบบการหนีไฟ เป็นต้น
- 2. จำ** จดจำ เบอร์ติดต่อฉุกเฉิน เช่น สถานีตำรวจ หรือโรงพยาบาลในพื้นที่พักอาศัย เบอร์นิติบุคคล เบอร์โทรผู้ดูแล เพื่อนหรือญาติพี่น้องที่อาศัยอยู่ใกล้เคียง
- 3. ระวัง** ไม่ควรโพสต์เลขที่ห้อง บ้าน หรือ โลเคชั่น บนโซเชียลมีเดีย ซึ่งอาจมีผู้ไม่หวังดี ติดตามทางออนไลน์อยู่
- 4. สังเกต** ก่อนเข้าหรือออกห้องให้ตรวจสอบว่า มีคนที่ลักษณะไม่น่าไว้วางใจตามมา หรือ อยู่ใกล้เคียงหรือไม่ และให้ล็อกประตูห้องทุกครั้งหลังจากเข้าหรือออกห้อง



นอกจากนี้ หากมีผู้ไม่หวังดีมาเคาะที่ประตูห้องหรือประตูบ้าน สิ่งสำคัญ คือให้ตั้งสติเพื่อควบคุม เหตุการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้น และห้ามเปิดประตูลงคนแปลกหน้าให้เข้ามาในห้องเด็ดขาด

