

สวมหน้ากาก เป็นอันตรายต่อสุขภาพและเสรีภาพ

หน้ากากป้องกันโรคโควิด-19 ไม่ได้ ***

โดย นายแพทย์ ไขติช่วง ขุนินธร

- 1) การสวมหน้ากากทำให้ภูมิคุ้มกัน immunity ลดลง ซึ่งจะทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อเพิ่ม [Blaylock²¹](#)
- 2) การสวมหน้ากากทำให้ oxygen ออกซิเจนในเลือดลดลง ทำให้ขาดออกซิเจน⁴⁺⁵⁺⁶ คนเราถ้าขาดออกซิเจน 5 นาทีเราก็ตายได้ ภาวะขาดออกซิเจน hypoxia ทำให้ปวดหัว²⁺³ เวียนศีรษะง่วงนอนเป็นลมสติและความตื่นตัวลดลง ([Blaylock²¹](#)) ซึ่งจะทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง ทำงานช้าลงทำงานผิดพลาดมากขึ้น คิดช้าลงตัดสินใจช้าลง ซึ่งจะทำให้ผลงานน้อยลงเช่นผลผลิตน้อยลงนักเรียนจะมีความเข้าใจหนังสือลดลงทำให้การเรียนรู้ลดลง
- 3) การสวมหน้ากากเพิ่มก๊าซ carbon dioxide คาร์บอนไดออกไซด์ในเลือด ทำให้เกิดอาการวิงเวียนศีรษะปวดศีรษะง่วงนอนหรือไม่สามารถโฟกัสได้เมื่ออยู่ลำพังและหายใจเป็นลมความรู้สึกสับสนที่อธิบายไม่ได้ความรู้สึกผิดปกติของความหวาดระแวงหรือภาวะซึมเศร้าหัวใจเต้นผิดปกติอาการชักซึ่งจะ ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง ทำงานช้าลงทำงานผิดพลาดมากขึ้น คิดช้าลงตัดสินใจช้าลง ซึ่งจะทำให้ผลงานน้อยลงนักเรียนจะมีความเข้าใจหนังสือลดลงทำให้การเรียนรู้ลดลง [Blaylock²¹](#)
- 4) ภาวะขาดออกซิเจน ส่งเสริมการแพร่กระจายของ มะเร็ง cancer และการอักเสบซึ่งสามารถส่งเสริมการเติบโตและการแพร่กระจายของมะเร็งต่อไป [Blaylock²¹](#)
- 5) การขาด oxygen ออกซิเจน (ออกซิเจนต่ำ) ช้า ๆ เป็นปัจจัยสำคัญของภาวะหลอดเลือดแข็งและ จะทำให้หัวใจวาย heart attacks¹⁰ และ strokes เส้นเลือดแตกในสมองเพิ่มขึ้น¹⁰
- 6) ข้อพิสูจน์ที่ดีที่สุดว่าการสวมหน้ากากเป็นอันตรายคือ เวลาสวมหน้ากากคุณรู้สึกอึดอัดผิดปกติ การสวมหน้ากากจึงเป็นการขัดต่อธรรมชาติหรือขัดต่อสัญชาตญาณ (natural instinct) และขัดต่อสามัญสำนึก (common-sense) โปรดจำไว้ว่าหลังจากสวมหน้ากากเป็นระยะเวลาหนึ่งเมื่อคุณถอดหน้ากากออกคุณจะรู้สึกโล่งใจและหายใจสะดวกขึ้นสบายตัวมากขึ้น ดังนั้นเราจำเป็นต้องยอมรับคำเตือนของสัญชาตญาณตามธรรมชาติและสามัญสำนึกดังนั้นการสวมหน้ากากจึงเป็นเรื่องอันตราย
- 7) โคโรนาไวรัส(ขนาดเล็กมาก) สามารถผ่านรู pores ของหน้ากากทุกประเภท⁹ [Graham Rideal](#)
- 8) ความชื้น moisture or wetness จะสะสมบนหน้ากากทันทีที่เราสวมใส่หน้ากากจากน้ำลายและในอากาศที่เราหายใจออกและหายใจเข้าจากปากและปอด และหน้ากาก (โดยเฉพาะประเภทผ้า) อาจเปียกชื้นด้วยความชื้นที่มองไม่เห็นซึ่งจะเป็นสื่อ media ที่ดีเยี่ยมสำหรับการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย bacteria และเชื้อรา fungus ดังนั้นเป็นเรื่องอันตราย
- 9) หน้ากากปิดปากเป็นเวลานานอาจทำให้เหงือกอักเสบมีกลิ่นปากฟันผุการติดเชื้อและการแข็งตัวของหลอดเลือดทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเส้นเลือดแตกในสมอง²⁶⁺²⁷ หัวใจวาย^{24,26,27}
- 10) การสวมหน้ากากอาจทำให้เกิดการระคายเคืองผิวหนังและผิวหนังอักเสบที่เรียกว่า [maskne²⁴](#)
- 11) เมื่อมีหน้ากากปิดใบหน้าจะ ไม่เห็นการแสดงออกทางสีหน้า facial expressions

12) เมื่อเอาหน้ากากอนามัยปิดปาก คำพูดหรือเสียง voice or speech จะถูกขัดขวาง หรือปิดเบ้าและอ่อนลง

13) WHO องค์การอนามัยโลก¹⁴ + CDC¹⁶ (Center for Disease Control—USA ศูนย์ควบคุมโรค) + U. S. Surgeon General¹⁵ (แพทย์ใหญ่) + Dr Fauci¹⁷ ทั้งหมดนี้เคยแนะนำและยืนยันว่า คนที่ไม่ป่วยไม่ต้องสวมหน้ากาก¹⁴

14) การบังคับสวมหน้ากาก บังคับระยะห่างทางสังคม* บังคับอยู่บ้าน** และ lockdown and curfew การปิดประเทศและปิดธุรกิจต่างๆ ธุรกิจขนาดเล็กๆจำนวนมากด้วยทำลายอาชีพ ทำลายการทำมาหากิน ปิดโรงแรม ปิดร้านอาหาร(จำกัดเวลา) ทำให้ขาดทุนย่อยยับล้มละลาย ห้ามเข้าออกประเทศ ธุรกิจท่องเที่ยวถูกทำลาย คนตกงานนับล้านๆคน เป็นการทำลายเศรษฐกิจและ ละเมิดสิทธิมนุษยชนขั้นพื้นฐาน จึงขัดต่อรัฐธรรมนูญ Constitution เป็นเผด็จการ จึงเป็นอันตรายต่อเสรีภาพ (ดูรัฐธรรมนูญ หมวด 3 สิทธิและเสรีภาพของประชาชน)

*Social Distancing: ไม่มีหลักฐานว่าการเว้นระยะห่างทางสังคม 2 เมตรถูกต้อง หรือเป็นวิทยาศาสตร์ เพราะมีงานวิจัยว่า เวลาจาม (ไอ) จะมีละอองฝอย droplets ออกมาและไปได้ไกลถึง 30 เมตร เพราะฉะนั้นการ เว้นระยะห่าง 2 เมตร จึงไม่เพียงพอ ไม่ใช่วิทยาศาสตร์ Google: MIT study-social distancing doesn't work

**การบังคับให้อยู่บ้าน (Stay Home) ขัดต่อหลักการเสรีภาพตามธรรมชาติ ขัดต่อความเป็นมนุษย์ เหมือนถูกกักขังในบ้านหรือขังในคุก 1) ห้ามออกไปไหน ไม่ได้ออกไปออกกำลังกายซึ่งช่วยสร้าง ภูมิคุ้มกัน immunity ต่อโรคโควิดและช่วยให้สุขภาพจิตดีขึ้น-เครียดน้อยลง 2) ไม่ได้รับแสงแดด ซึ่งให้วิตามิน D ซึ่งช่วยป้องกัน Covid ได้ 3) คนไม่อยู่บ้านพื้นที่แคบๆ แออัด อากาศอาจจะระบายไม่ดี poor ventilation เชื้อโรคสะสมมากขึ้น เข้าไปไหนไม่ได้ ทำให้เครียด ขาดงานไม่มีรายได้ ทำให้เครียด เกิด domestic violence การทะเลาะกันในครอบครัวจนอาจตีลูกตีเมีย หย่าร้างกันได้ ความเครียด ทำให้ติดยาติ่มเหล้ามากขึ้น เครียด นักเรียนเครียดเพราะไม่มีโรงเรียน ไม่มีสังคมในที่สุด ความเครียดอาจเป็นเหตุให้ฆ่าตัวตาย Google: Surge of student suicides in Las Vegas reopened schools

Disclaimer (ปฏิเสธการเรียกร้อง) นี่ไม่ใช่คำแนะนำทางการแพทย์หรือคำแนะนำอื่นๆ เพียงแค่แบ่งปันข้อมูลหรือความรู้หรือ ความเห็น ซึ่งถือว่าเป็นความจริงและความถูกต้อง นี่ไม่ใช่ความคิดเห็นส่วนตัวแต่เป็นการนำเสนอความจริง ซึ่งมีหลักฐานตามหลักวิชาการและวิทยาศาสตร์ พิสูจน์ได้ แหล่งอ้างอิงที่เป็นกลางและเชื่อถือได้ การกระทำใดๆ คุณต้องตัดสินใจเองและรับผิดชอบเอง ผู้เขียนไม่รับผิดชอบ

***ข้อยกเว้น: คนที่อาจจะจำเป็นต้องใส่หน้ากาก คือ หมอผ่าตัด หมอพื้น ผู้ป่วยโรคโควิดที่สัมผัสคนอื่น หรือ ผู้ดูแลคนไข้โรคติดต่อและอื่นๆ Email: chok_c@hotmail.com กรุณาเผยแพร่ข้อมูลต่อด้วย
นพโชคชวง ชุตินทร (ผู้ก่อตั้งชมรมผู้บริโภคแห่งประเทศไทย) ดูอ้างอิงหรือ Links ที่ฉบับยาว

อ่าน ฉบับยาว ได้ที่ www.doctorfreedom.com Facebook or Twitter: Chokchuang Chutinatton