

เที่ยวอุทยานแห่งชาติของไทย ฉบับหัวใจเขียว



สำนักอุทยานแห่งชาติ
กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช



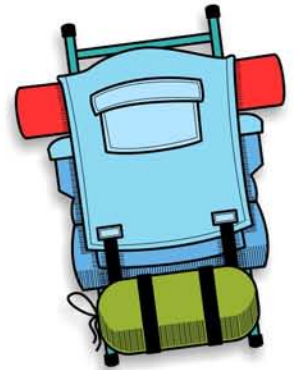
เตรียมตัวก่อนการเดินทาง

ศึกษาข้อมูลเบื้องต้น

ควรศึกษาข้อมูลเพื่อการเตรียมตัว และการปฏิบัติตนในฐานะผู้มาเยือนได้อย่างเหมาะสม

ข้อมูลที่ควรทราบเบื้องต้น คือ ที่ตั้งของอุทยานแห่งชาติ สภาพของพื้นที่ สภาพอากาศ และเส้นทางการเดินทาง

การศึกษาข้อมูลจะทำให้การเตรียมตัว และเตรียมสัมภาระได้อย่างพร้อม สามารถเลือกเวลาไปเที่ยวอุทยานแห่งชาติได้ในเวลาที่สวยงามที่สุด อีกทั้งยังสามารถจัดเวลาให้คุ้มค่าในการเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียงได้อีก



เตรียมสัมภาระ

ควรจัดเตรียมเสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่มอื่นๆ ที่เหมาะสมกับฤดูกาล เช่น ในฤดูหนาวหรือพื้นที่บนดอยสูง ควรเตรียมเสื้อหนาว รองเท้าหุ้มส้น ถุงเท้า ถุงมือ และหมวก ส่วนในฤดูฝน ให้เตรียมเสื้อกันฝน ร่ม และถุงใส่ของกันน้ำ

จัดเตรียมอุปกรณ์การเดินทาง ตามประเภทของแหล่งท่องเที่ยว เช่น แหล่งท่องเที่ยวที่ต้องเดินทางไกล หรือเดินขึ้นเขา ให้เตรียมเป้ใส่ของ รองเท้าผ้าใบที่ใส่สบาย กางเกงขายาว เสื้อแขนยาว โดยเลือกสีเสื้อผ้าให้กลมกลืนกับธรรมชาติ หากไปเที่ยวทะเล ให้แต่งกายด้วยชุดลำลองโปร่งสบาย มีหมวกกันแดด แว่นตากันแดด ครีมกันแดด และรองเท้าแตะรัดส้น

เตรียมร่างกายให้แข็งแรง

นักท่องเที่ยวที่จะไปเดินป่าศึกษาธรรมชาติ จะต้องเตรียมความพร้อมของร่างกาย ด้วยการออกกำลังกายก่อนการเดินทางไม่น้อยกว่า 1 สัปดาห์ หากมีโรคประจำตัว ควรเลือกกิจกรรมการท่องเที่ยว หรือฤดูกาลที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย และให้เตรียมยาประจำตัวที่ต้องใช้ไปด้วย



จองบ้านพักอุทยานแห่งชาติ นรืออ้อม



จองที่พัก

หากต้องการพักที่อุทยานแห่งชาติ ควรจองที่พักล่วงหน้า นักท่องเที่ยวสามารถจองบ้านพักและเต็นท์พักแรมในอุทยานแห่งชาติได้ด้วยตนเองทางอินเทอร์เน็ต www.dnp.go.th

หรือจองทางโทรศัพท์ ที่ **02-562-0760**



พักแรมด้วยเต็นท์

สำหรับท่านที่สนใจพักแรมด้วยเต็นท์ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดและสำรองสถานที่กางเต็นท์ได้ที่อุทยานแห่งชาติโดยตรง ซึ่งทางอุทยานแห่งชาติ ได้กำหนดพื้นที่สำหรับกางเต็นท์ไว้ให้บริการตามจุดต่างๆ นักท่องเที่ยวสามารถชำระราคาสถานที่กางเต็นท์ได้ที่อุทยานแห่งชาตินั้นๆ ส่วนท่านใดไม่สะดวกที่จะนำเต็นท์มาเอง สามารถติดต่อขอรับบริการได้ที่อุทยานแห่งชาติที่มีเต็นท์สำหรับให้เช่าบริการ

10 อุทยานแห่งชาติยอดนิยม

นักท่องเที่ยวที่ต้องการพักแรมที่อุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ ดอยอินทนนท์ ดอยสุเทพ-ปุย ดอยฟ้าห่มปก ห้วยน้ำดัง ภูกระดึง เอราวัณ แก่งกระจาน หมูเกาะสุรินทร์ หรือหมู่เกาะสิมิลัน จะต้องจองที่พักหรือสถานที่กางเต็นท์ล่วงหน้า เพราะอุทยานแห่งชาติทั้ง 10 แห่งนี้ มีจำนวนนักท่องเที่ยวเข้ามาเยี่ยมชมมาก กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช จำเป็นต้องจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวเพื่อป้องกันผลกระทบต่อทรัพยากรธรรมชาติ

เมื่อมาพักผ่อนที่อุทยานแห่งชาติ



ควรเข้าไปศึกษาข้อมูลในศูนย์บริการนักท่องเที่ยวก่อน เพื่อจะได้ทราบข้อมูลเพื่อการท่องเที่ยว และความรู้เกี่ยวกับอุทยานแห่งชาติ

1. ไม่ส่งเสียงดัง
2. ไม่นำสัตว์เลี้ยงเข้าไปในอุทยานแห่งชาติ
3. ไม่นำภาชนะที่ทำด้วยโฟม หรือขยะที่เป็นมลพิษเข้าไปในอุทยานแห่งชาติ
4. ไม่ก่อกองไฟในที่ที่อุทยานแห่งชาติไม่ได้กำหนดไว้
5. ไม่ให้อาหารสัตว์ป่า ไม่สัมผัสสัตว์ป่า
6. ไม่ใช้ฟันหรือตัดไม้ทำฟัน
7. ไม่ขีดเขียนในที่ต่างๆ

8. ไม่เก็บพืช ดอกไม้ จับสัตว์ และ นำสิ่งต่างๆ ออกจากเขตอุทยานแห่งชาติ
9. ช่วยแยกขยะและทิ้งลงในถังขยะตามที่ อุทยานแห่งชาติเตรียมไว้
10. ถ้าเป็นไปได้ นำขยะออกจาก อุทยานแห่งชาติ

มีอะไรอีกมัยที่ท่านช่วยได้?

"ร่วมมือร่วมใจเที่ยวอุทยานแห่งชาติไทยด้วยหัวใจสีเขียว"

เดินทางไกล/เดินป่าศึกษาธรรมชาติ

1. เดินเรื่อยๆ ไม่ต้องรีบร้อนและเดินด้วยความเร็วสม่ำเสมอ ถ้ามองคิดว่าเรื่อยๆ เดี่ยวก็ถึง
2. ควรเดินเรียงเดี่ยว ให้มองเห็นคนที่เดินอยู่ข้างหน้าเสมอ หากเดินนำไปจนมองไม่เห็นคนที่เดินตามหลัง ให้หยุดรอจนคนข้างหลังเดินตามมาทัน จึงเดินต่อ
3. ไม่ควรส่งเสียงดัง นอกจากจะเปลืองพลังงานแล้ว ยังลดทอนโอกาสในการพบเห็นสัตว์ป่า
4. ควรพัก 5-10 นาที ทุก 1-2 ชั่วโมง แต่อย่าพักบ่อยเกินไป เพราะจะทำให้เหนื่อยง่ายขึ้น
5. นักท่องเที่ยวที่มีโรคประจำตัวเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ ความดันโลหิตสูง ไม่ควรเดินทางไกลขึ้นเขา หรือไต่เขา
6. ในพื้นที่ที่தாகชุม ควรสวมถุงกันதாகเพื่อป้องกันதாகกัด
7. ให้ใส่รองเท้าหุ้มส้นที่ใส่สบาย ไม่ใช่รองเท้าใหม่
8. เมื่อต้องข้ามลำห้วยหรือเดินลุยไปบนทางที่เต็มไปด้วยโขดหิน ให้ใช้สายตามองไปข้างหน้า เลี่ยงเข้าไปบนหินที่มีขนาดใหญ่มั่นคง โดยลองหยั่งดูความมั่นคงก่อน หากไม่แน่ใจว่าก้อนหินนั้นมั่นคงหรือไม่ อย่าโหมลงไปที่ตั้งตัว ทางที่ดีให้เดินตามรอยของคนนำทางหรือผู้มีประสบการณ์จะดีกว่า หรือจะเลือกลุยไปในลำห้วยเท้าเปียกแต่ปลอดภัยกว่า
9. เมื่อต้องเดินขึ้นเขาชัน อย่าหักโหม ควรก้าวช้าๆ สูดลมหายใจลึกๆ เพื่อให้ออกซิเจนเพียงพอในการเผาผลาญพลังงาน และหมายตาจุดพักเท้าสั้นๆ เป็นระยะๆ อย่าโหมเดินรวดเร็ว เพราะจะเหนื่อยเกินไป
10. เมื่อจะใช้มือจับกิ่งไม้หรือต้นไม้เพื่อช่วยการทรงตัว โดยเฉพาะทางลงเขาให้ระวังอย่าจับกิ่งไม้ หรือต้นไม้สะเปะสะปะเพราะอาจสัมผัสกับไม้พิษ หรือหนามคม รวมถึงรังมด หรือแมลงมีพิษอื่นๆ
11. การเดินเท้าไปนานๆ ร่างกายเสียเหงื่อมาก อาจเกิดตะคริว ควรจะต้องพักนั่งหรือนอนเหยียดเท้าพาดให้สูง เพื่อให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น เลือดที่คั่งอยู่ที่เท้าไหลย้อนกลับให้เลือดใหม่ที่มีออกซิเจนไหลไปแทนอาการเป็นตะคริว ก็จะบรรเทาลง



๙ จุดชมวิว

ไม่เดินออกนอกเส้นทางหรือบริเวณชานชมวิว
ที่อุทยานแห่งชาติกำหนด

ไม่ควรยื่นขีดขอบหน้าผาหรือชะโงกหน้าออกไป
ควรยื่นห่างออกมาไม่น้อยกว่า 1 เมตร โดยเฉพาะ
นักท่องเที่ยวที่กลัวความสูง หรือมีร่างกายที่ไม่แข็งแรง

การถ่ายรูปบริเวณหน้าผาที่มีความสูง หรือพื้นที่ยอดเขา
ที่มีพื้นที่รองรับน้อยให้มีความระมัดระวังไม่ยื่นขีดขอบ
หน้าผา และไม่ประมาทหรือหยอกล้อเล่นกัน



เรื่องที่ท่านช่วยได้...

"ไม่เดินออกนอกเส้นทาง หรือสร้างทางขึ้นใหม่
เพราะนอกจากจะทำให้นักท่องเที่ยวอื่นสับสนแล้ว
ยังเป็นการทำลายธรรมชาติอีกด้วย"



เที่ยวน้ำตกในรั้วทะเลปลอดภัย

1. ปฏิบัติตามคำเตือนที่ติดประกาศไว้อย่างเคร่งครัด เช่น น้ำตกบางแห่งมีคำเตือน "ห้ามเล่นน้ำในบริเวณนี้" เพราะใต้พื้นน้ำอาจเป็นแอ่งน้ำวน อาจเกิดอันตรายได้
2. ไม่ปีนหน้าผาน้ำตก และกระโดดน้ำจากชั้นน้ำตก เนื่องจากใต้น้ำอาจมีก้อนหิน หรือหลุมลึกที่อาจกระแทกหรือดูดจมลงไป
3. ในกรณีเกิดฝนตกหนักหรือน้ำป่าไหลหลาก โดยเฉพาะเมื่อสังเกตเห็นว่าน้ำในลำธาร เป็นสีขุ่น ไหลเชี่ยว ให้รีบขึ้นจากน้ำ และอยู่ห่างจากตลิ่งไม่น้อยกว่า 10 เมตร
4. นักท่องเที่ยวที่เล่นน้ำตกต้องว่ายน้ำเป็น หากว่ายน้ำไม่เป็นควรรีเสิร์ชชีพในการเล่นน้ำ จะช่วยให้ปลอดภัยขึ้น
5. ในฤดูหนาวน้ำในลำธารจะเย็นจัด จึงไม่ควรจะเล่นน้ำเพราะอาจจะเป็นตะคริวได้ง่าย
6. เมื่อมาเที่ยวน้ำตกไม่ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เพราะนอกจากจะทำให้เกิดการมึนเมาแล้ว ยังเป็นการเสี่ยงต่อการจมน้ำ หรือพลัดตกจากหน้าผาน้ำตก

เรื่องที่ท่านช่วยได้...



"น้ำตกเป็นแหล่งต้นน้ำ การใช้สับ ยาสะสม น้ำยาล้างจาน ผงซักฟอก หรือสารเคมีอื่นๆ ล้วนก่อให้เกิดน้ำเสียที่จะสะสมไปสู่ปลายทาง และทำลายระบบนิเวศ จึงควรหลีกเลี่ยงที่จะใช้สารเคมีเหล่านี้ในน้ำหรือบริเวณใกล้น้ำ"

"ควรร่วมมือกันทั้งขณะในที่จัดไว้ให้ และถ้าเป็นไปได้นำขยะของตน กลับออกมาทิ้งนอกสถานที่"

ขี่จักรยานชมธรรมชาติ



มีผู้ที่มีความรู้ความชำนาญในเส้นทาง หรือผู้ชำนาญการขี่จักรยาน เป็นผู้นำทาง

มีอุปกรณ์ซ่อมยาง หรือสับลมยางรวมทั้งน้ำดื่ม หรือสิ่งของจำเป็น เช่นยาประจำตัว ติดตัวไปด้วย

เรื่องที่ท่านช่วยได้...



"ขี่จักรยานในเส้นทางที่กำหนดไว้ ไม่ขี่จักรยานในเส้นทางคนเดิน"

"สรรพสิ่งต่างๆ ในป่าล้วนมีคุณค่าในตัวของมันเอง ไม่ว่าจะเป็นพรรณไม้ ก้อนหิน หรือสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ดังนั้นไม่ควรจะเก็บกลับมาเป็นที่ระลึก นอกจากภาพถ่าย"





เพลงเกี่ยวกับการดูนก

1. เตรียมอุปกรณ์ดูนก เช่น กล้องดูนก คู่มือดูนก สมุดบันทึก กระจติ๊กน้ำ และหมวก
2. ใส่เสื้อผ้าที่กลมกลืนกับสภาพแวดล้อมเช่นสีเขียวเข้ม สีเทาหรือน้ำตาล ซึ่งจะไม่ทำให้นกตื่นกลัว ควรสวมเสื้อแขนยาวเพื่อป้องกันแดดและหนาม รองเท้าคู่วางที่ช่วยยให้เดินสบาย ถ้าเป็นหน้าหนาวก็ให้เตรียมเสื้อกันหนาวไปด้วย แล้วย่ำสิมเสื้อกันฝนสำหรับหน้าฝนด้วย



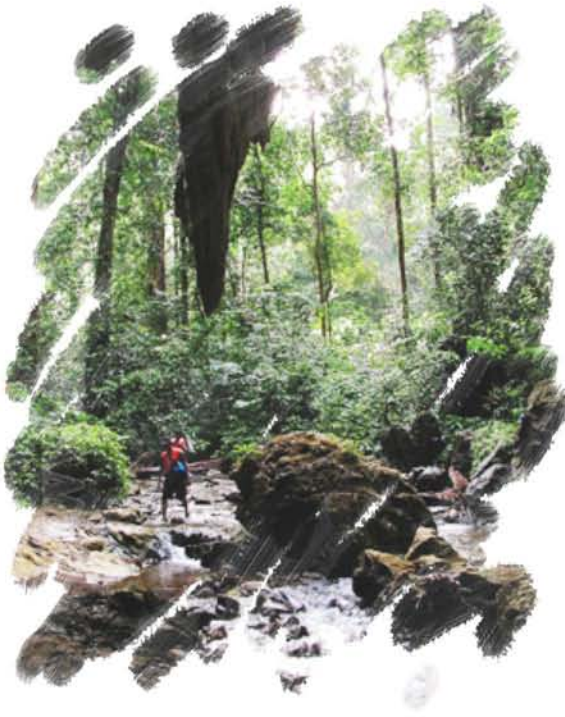
3. ก่อนออกเดินทางไปดูนกในธรรมชาติให้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับพื้นที่ดูนกให้มากที่สุดเช่น เส้นทางเดินไปดูนก ชนิดนกที่จะพบ
4. เวลาที่เหมาะสมในการดูนกคือเช้าตรู่ก่อนที่พระอาทิตย์จะขึ้น จนถึงเวลาประมาณ 10.00 น. และตอนบ่ายตั้งแต่เวลา 14.00 น. จนพลบค่ำ เนื่องจากเป็นเวลาหากินของนก

เรื่องที่ท่านช่วยได้...



1. การดูนกจะต้องไม่รบกวนนก และไม่ทำลายแหล่งอาศัยหากินของนก
2. เมื่อพบนกหายากทำรังอยู่ ไม่ควรชักชวนให้นักดูนกมาดูกันจนมากเกินไป เพราะจะเป็นการรบกวนนก
3. การดูนกในป่า ควรไปเป็นกลุ่มเล็กๆไม่ควรเกิน 5 คน
4. หากต้องการถ่ายรูปรังนก ต้องสร้างบังไฟและไม่ควรเข้าใกล้จนเกินไป
5. ไม่สูบบุหรี่ในขณะที่เดินป่าดูนก เพราะต้องใช้ทางร่วมกับผู้อื่น ถ้าจะสูบให้หาที่ทางให้ห่างไกลผู้คน และเตรียมภาชนะใส่ก้นบุหรี่แล้วนำไปทิ้งในที่จัดไว้เพื่อไม่เป็นขยะและทำลายสิ่งแวดล้อม

เที่ยวถ้ำอย่างปลอดภัย



ในฤดูฝนไม่ควรเข้าไปในถ้ำที่มีลำธารไหลผ่าน ส่วนในฤดูแล้งให้เข้าเฉพาะวันที่ฝนไม่ตกเท่านั้น

การเที่ยวถ้ำจะต้องมีไฟฉายติดตัวตลอดเวลา

ไม่สูบบุหรี่ ก่อกองไฟ และจุดเทียนในถ้ำ เพราะจะทำให้ออกซิเจนที่มีน้อยอยู่แล้วลดปริมาณลงไปอีก

ไม่ควรตั้งแคมป์ภายในถ้ำ

การเดินทางให้เดินในเส้นทางที่กำหนดเท่านั้น ไม่ควรเดินเข้าไปหรือมุดไปตามหลืบหรือช่องแคบของถ้ำ เพราะบางบริเวณมีปริมาณคาร์บอนไดออกไซด์สูง ไม่มีอากาศให้หายใจ

เรื่องที่ท่านช่วยได้...



"ไม่แตะต้องกลุ่มหินต่างๆ ในถ้ำ เช่น หินงอก หินย้อย รวมถึงหยดน้ำที่ไหลลงมา เพราะไขมันจากมือท่านจะปิดกั้น การเจริญของหินงอกหินย้อยได้"

"ไม่เคาะหรือตีหินในถ้ำ เพราะหินเหล่านั้นแตกหักง่าย"

ล่องแก่ง



1. ควรเลือกผู้ประกอบการล่องแก่งที่ได้มาตรฐาน มีอุปกรณ์ที่มีคุณภาพ และมีการทำประกันภัย ให้แก่นักท่องเที่ยว
2. ควรสวมเสื้อผ้านที่แห้งง่าย สวมรองเท้าที่ใส่สบายๆ เช่นรองเท้าแตะที่มีสายรัด และสวมหมวกกันน็อกและเสื้อชูชีพตลอดเวลาที่ล่องแก่ง
3. ควรตรวจตราความเรียบร้อยของอุปกรณ์ทุกชิ้นก่อนลงเรือ
4. ควรนำอุปกรณ์ยังชีพในป่า เช่น เชือก ไฟฉาย ติดตัวไปไว้ใช้ในยามฉุกเฉิน
5. ก่อนล่องแก่ง ควรฝึกซ้อมทักษะการนั่ง การทรงตัวในเรือ การจับไม้พาย การถ่อเรือ และการพายเรือ
6. ควรสำรวจลำน้ำ และกระแสน้ำก่อน เพื่อจะได้รู้ว่าจุดใดควรระมัดระวังเป็นพิเศษ
7. ในขณะที่ล่องแก่ง ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของกัปตันเรือ และมีคัคเทศก์ และไม่ควรรื่นอวยวะใดๆ ออกนอกลำเรือ เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุได้
8. หากตกเรือให้หงายตัวลอย อย่าคว่ำหน้า บังคับให้เท้าน้ำหน้าอย่าให้ศีรษะหน้า ให้น้ำพัดไปจนพ้นแก่งแล้วค่อยปีนกลับขึ้นเรือ หรือว่ายเข้าหาฝั่ง



เรื่องที่ท่านช่วยได้...



"พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นป่าต้นน้ำลำธารที่มีความเปราะบาง จึงจำเป็นที่จะต้องขออนุญาต และควรมีความระมัดระวังเป็นพิเศษ"

"หากต้องทานอาหารหรือทำอาหารในป่า ควรทำอาหารง่ายๆ ไม่ควรนำอาหารกระป๋อง กล่องโฟม หรือขวดน้ำพลาสติกที่ใช้ครั้งเดียว เข้าไปในป่า ควรนำขยะออกมาจากป่า และดูแลพื้นที่ให้อยู่ในสภาวะเดิม"

ล่องเรือ / แพ



ควรใส่เสื้อผ้าที่เหมาะสม เช่น กางเกงขาสั้น และเสื้อที่แห้งเร็ว
สวมรองเท้าแตะที่มีสายรัดส้น และใส่เสื้อชูชีพทุกคน และทุกครั้ง

ควรมีความระมัดระวังในการก้าวลงเรือ ไม่แย่งกันขึ้นลงเรือ

หากเกิดอุบัติเหตุให้ตั้งสติ เมื่อมีชูชีพอยู่ก็ปล่อยตัวลอยตามกระแสน้ำ
หากอยู่ไม่ไกลนักให้พยายามว่ายน้ำเข้าหาฝั่ง



"เอื้อเฟื้อ แบ่งปัน เคารพในสิทธิของผู้อื่น
เพราะอุทยานแห่งชาติ คือแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ
ที่ทุกคนเป็นเจ้าของ"

กางเต็นท์พักแรม



1. ถ้ากางเต็นท์นอน ควรเลือกกางเต็นท์บนพื้นที่เรียบ หากพื้นขรุขระให้หาใบไม้มารองพื้น เวลานอนจะได้ไม่เจ็บหลัง
2. ในฤดูฝน ควรมีพลาสติก หรือผ้าใบกันน้ำ กันเต็นท์อีกชั้นหนึ่ง และควรขุดร่องระบายน้ำ รอบเต็นท์ด้วย
3. ไม่ควรกางเต็นท์บริเวณหน้าผา หรือในที่โล่งแจ้งที่มีลมพัดแรง เพราะเต็นท์อาจจะหลุดลอยไป และไม่ควรงางเต็นท์ใต้ต้นไม้ใหญ่ ซึ่งกิ่งไม้อาจหล่นลงมา
4. ไม่ควรกางเต็นท์ในทางน้ำไหลหรือลำธารที่แห้ง เพราะเมื่อฝนตกน้ำจะไหลบ่าลงลำธาร และเต็นท์ก็ถูกกระแสน้ำพัดพาไป
5. ไม่ควรกางเต็นท์บริเวณชายเขา เพราะหากฝนตกหนักน้ำจะไหลผ่านเต็นท์ อาจเกิดอันตรายได้
6. ไม่ควรกางเต็นท์ในบริเวณที่มีหมอก หรือน้ำเฉอะแฉะ เพราะอาจเป็นที่อยู่อาศัยของแมลง
7. หากต้องกางเต็นท์พักแรมในป่า ไม่ควรกางเต็นท์ในบริเวณที่เป็นด้านสัตว์หรือทางเดินของสัตว์
8. เวลากลางคืนหรือยามวิกาลไม่ควรเดินไปในที่เปลี่ยวๆ เพียงลำพัง
9. ควรระวังสัตว์ป่ามีพิษต่างๆ พวก งู แมงป่อง ตะขาบที่อาจซ่อนอยู่ในเต็นท์ ถูนอน รองเท้าที่ไม่ได้เก็บไว้มิดชิด
10. ไม่ควรนำตะเกียง เตากลั่น เทียนไข หรือเชื้อเพลิงที่ก่อให้เกิดเปลวไฟ เข้าไปในเต็นท์ เพราะจะทำให้เกิดออกซิเจนในเต็นท์ลดลง



เรื่องที่ท่านช่วยได้...



"กางเต็นท์ และทำอาหารในพื้นที่ที่อุทยานแห่งชาติกำหนดไว้เท่านั้น"

"หากต้องการเดินป่าและค้างแรมกลางป่าให้แจ้งขออนุญาตต่ออุทยานแห่งชาติล่วงหน้า และแต่ละกลุ่มควรมีสมาชิกไม่เกิน 10 คน"



ดำน้ำดูปะการัง



เพื่อความปลอดภัยในการดำน้ำดูปะการังควรสวมเสื้อชูชีพ
เพื่อช่วยให้ลอยตัวได้นาน และดำน้ำด้วยความระมัดระวัง อย่าเหยียบ
ลงบนสัตว์ทะเลที่มีพิษ เช่น หอยเม่น

Snorkelling



Scuba diving



สำหรับการดำน้ำลึกนั้น นักท่องเที่ยวจะต้องมีบัตรที่แสดงว่าได้ผ่านการฝึกอบรมมา
อย่างถูกวิธีจากสถาบันที่เชื่อถือได้ ไม่ควรดำน้ำตามลำพัง ตามกฎการดำน้ำสากล
จะต้องมีเพื่อนดำน้ำหรือบัดดี้ และจะต้องมีโดฟมาสเตอร์ที่ชำนาญในการดำน้ำนำไป
สู่จุดหมายไม่ควรฝึกการดำน้ำในจุดที่เป็นแหล่งดำน้ำลึกที่สำคัญ และมีความลึกมาก
หากยังไม่ชำนาญไม่ควรดึงตัวลงสู่พื้นน้ำ ใ้ค่อยๆ ไต่ลงไป

เรื่องที่ท่านช่วยได้...



1. ไม่ควรยืนบนปะการัง หรือสัมผัสปะการัง เนื่องจากโขดปะการังขนาดใหญ่ที่ดูจะแข็งแรง แต่ในตัวของมันเป็นเพียงชีวิตปะการังเล็กๆ ที่อาจจะตายได้แค่เพียงถูกสัมผัส
2. พยายามว่ายน้ำในแนวราบเสมอ เพื่อรักษาระยะ ตามองข้างหน้าหรือก้มลง โดยให้ลำตัวอยู่ห่างปะการังพอสมควร เพื่อป้องกันกระแสน้ำแรงที่อาจพัดร่างกายไปกระทบปะการัง อย่าพลิกตัว หรือตีลังกา เพราะอาจกระทบปะการังโดยไม่ตั้งใจ
3. พยายามควบคุมการใช้ตีนกบ อย่าเตะตีนกบไปถูกปะการัง และอย่าเตะทรายให้ฟุ้งขึ้นมา เพราะทรายที่ฟุ้งจะตกลงบนปะการัง ทำให้ปะการังตายได้
4. เก็บอุปกรณ์ที่เป็นสายระโยงระยางค์ให้เรียบร้อย อย่าปล่อยให้สายอากาศสำรอกหรือสายวัดอากาศ ไปเกี่ยวปะการัง
5. ไม่เก็บสิ่งของจากท้องทะเล ไม่ว่าจะปะการังหรือกัลปังหา หรือแม้แต่สัตว์ทะเลอื่นๆ ไม่สัมผัสจับต้อง หรือดำน้ำไล่ต้อนสัตว์ทะเล ควรจะเฝ้าดูอยู่ห่างๆ
6. ไม่ควรรีให้อาหารปลาหรือสัตว์ทะเล
7. หากพบขยะใต้ท้องทะเล ขอให้ช่วยเก็บขึ้นมาทิ้งในถังขยะบนเรือหรือที่ชายฝั่ง
8. จอดเรือที่ท่าจอดเรือหรือบริเวณที่อุทยานแห่งชาติกำหนดไว้





www.dnp.go.th
02-562-0760



ส่วนนันทนาการและสื่อความหมาย
สำนักอุทยานแห่งชาติ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช
61 ถนนพหลโยธิน เขตจตุจักร กทม. 10900
recreate_subdiv@dnp.go.th