

ใครคือกลุ่มเสี่ยง? PM_{2.5}



1. หญิงตั้งครรภ์

2. เด็กเล็ก

3. ผู้สูงอายุ

4. อาชีพที่ทำงานกลางแจ้ง

5. ผู้เป็นโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืด โรคหัวใจ ฯลฯ

pm2.5



ตรวจสอบค่า
PM_{2.5}
ได้ที่ไหน?

เว็บไซต์ของกรมควบคุมมลพิษ
www.air4thai.pcd.go.th
www.aqmthai.com

แอปพลิเคชัน



AIR4Thai

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านจั่น

Tel. 042-292237 ต่อ 10 <http://banjun-org.com>

ป้องกัน PM_{2.5} อย่างไร?

สวมใส่หน้ากากทุกครั้งเมื่อออกจากบ้าน (พื้นที่เสี่ยง)

สวมหน้ากากที่ได้มาตรฐาน



หน้ากากมาตรฐาน N95

ป้องกันฝุ่นขนาดเล็กกว่า 0.3 ไมครอน ได้อย่างน้อย 95% = ป้องกัน PM_{2.5} ได้

หน้ากากอนามัยทั่วไป

ป้องกันฝุ่นขนาด 3 ไมครอนได้ 99% แต่ป้องกัน PM_{2.5} ไม่ได้ (เพราะ PM_{2.5} เล็กกว่า 3 ไมครอน)

เลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง

ในช่วงที่ค่าฝุ่นเกินมาตรฐาน



อยู่เหนือบม

ในขณะที่ปรุงต้มอาหารโดยการใช้น้ำมันและถ่าน



ไม่เผาขยะ เผาป่า

หรือพิษผลทางการเกษตร



หลีกเลี่ยงการใช้รถยนต์ส่วนตัว

รถรงค์ให้ใช้รถโดยสารสาธารณะหรือทางเดียวกันไปด้วยกัน (Carpool)



ที่มา : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม



รู้กับ
กับโรค



www.ddc.moph.go.th

DDC
1422
สายด่วนควบคุมโรค



ความรู้เรื่อง ฝุ่น

PM_{2.5}



PM_{2.5} คืออะไร?

เส้นผม

PM_{2.5} คือ ฝุ่นละอองขนาดเล็กประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผมมนุษย์ ขนจุกไม่สามารถดักจับได้ สามารถแพร่กระจายสู่ทางเดินหายใจส่วนลึก และกระแสเลือด เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังได้



เม็ดทราย

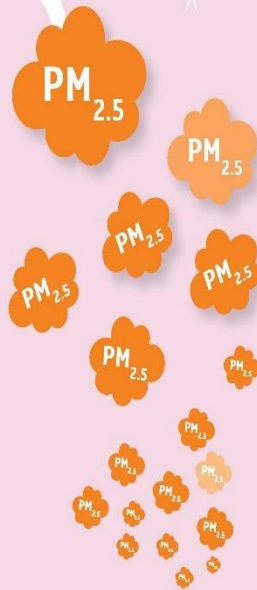
PM₁₀

PM_{2.5}

ฝุ่นละอองที่มีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 2.5 ไมครอน

PM_{2.5}

ส่งผลกระทบต่อสุขภาพอย่างไร?



โรคหลอดเลือดในสมอง

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

โรคมะเร็งปอด

โรคหัวใจขาดเลือด

โรคติดเชื้อเฉียบพลันระบบทางเดินหายใจส่วนล่าง



1 การจราจร (ไอเสียรถยนต์)



2 โรงงานอุตสาหกรรม



3 การเผาป่า



4 การเผาเศษพืชผลทางการเกษตร

สาเหตุของ PM_{2.5}?



5 การเผาถ่าน



6 การเผาขยะ



7 การใช้ฟืนในการหุงต้ม

