

ใครคือกลุ่มเสี่ยง? PM_{2.5}

1. หญิงตั้งครรภ์
2. เด็กเล็ก
3. ผู้สูงอายุ
4. อาชีพที่ทำงานกลางแจ้ง
5. ผู้เป็นโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืด โรคหัวใจ ฯลฯ

ตรวจสอบค่า
PM_{2.5}
ได้ที่ไหน?

pm2.5
เว็บไซต์ของ
กรมควบคุมมลพิษ
www.air4thai.pcd.go.th
www.aqmthai.com



ป้องกัน PM_{2.5} อย่างไร?

สวมใส่หน้ากากทุกครั้ง
เมื่อออกจากบ้าน (พื้นที่เสี่ยง)

สวมหน้ากากที่ได้มาตรฐาน

หน้ากากมาตรฐาน N95
ป้องกันฝุ่นขนาดเล็กกว่า 0.3 ไมครอน ได้อย่างน้อย 95% = ป้องกัน PM_{2.5} ได้

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

เลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง

ในช่วงที่ค่าฝุ่นเกินมาตรฐาน



ที่มา : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

อยู่เหนือบม

ในขณะที่หุงต้มอาหาร
โดยการใช้น้ำมันและถ่าน



ไม่เผาขยะ เมาป่า

หรือพิษผลทางการเกษตร



หลีกเลี่ยง
การใช้รถยนต์ส่วนตัว

รณรงค์ให้ใช้รถโดยสารสาธารณะ
หรือทางเดียวกันไปด้วยกัน (Carpool)



รู้กัน
กับโรค

www.ddc.moph.go.th **DDC 1422**
สายด่วนควบคุมมลพิษ



ความรู้เรื่อง ฝุ่น PM_{2.5}



PM_{2.5} คืออะไร?

PM_{2.5} คือ ฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน เล็กประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผมมนุษย์ ขนจุก ไม่สามารถดักจับได้ สามารถแพร่กระจายสู่ทางเดินหายใจส่วนลึก และกระแสเลือด เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังได้

เส้นผม

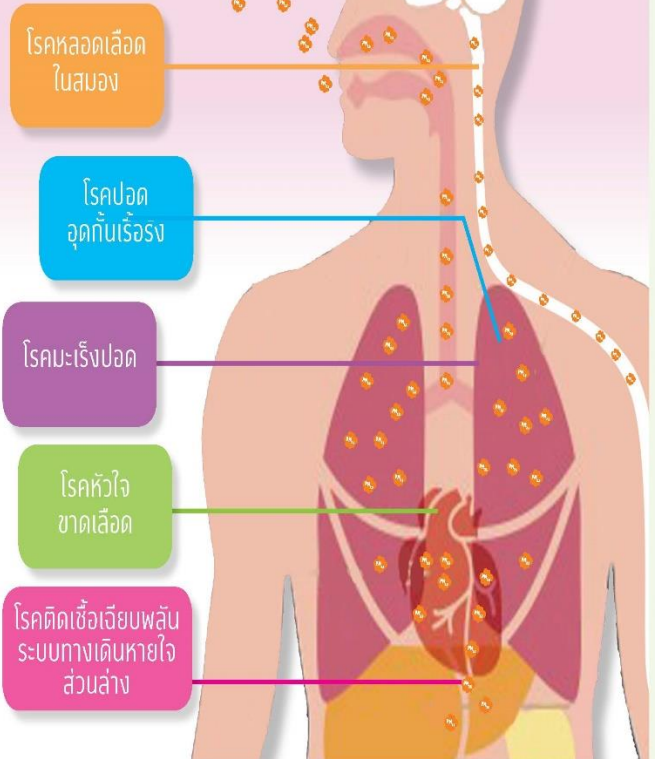
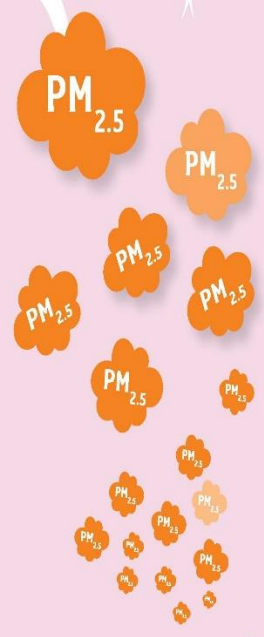


เม็ดทราย

PM₁₀

PM_{2.5}
ฝุ่นละออง
ที่บีบผ่านศูนย์กลาง
ไม่เกิน 2.5 ไมครอน

PM_{2.5} ส่งผลกระทบต่อสุขภาพอย่างไร?



1 การจราจร (ไอเสียรถยนต์)



2 โรงงานอุตสาหกรรม



3 การเผาป่า



4 การเผาเศษพืชผลทางการเกษตร

สาเหตุของ PM_{2.5}



5 การเผาถ่าน



6 การเผาขยะ



7 การใช้ฟันในการหุงต้ม