

ขอแนะนำและขอรับการปรึกษากับสถานประกอบการ

ຈະຮັບໄດ້ ກັບ

PM 2.5

ยังได้ชะ?



- ชงก้าลัชกาช

๕. รับประทานอาหารที่มีส่วนช่วยในการป้องกันอันตรายที่เกิดจากฝุ่น ๑๗.๖

11/18/88 0025

๘. ใส่หมวกอนามัยทุกครั้งที่ต้องออกข้างนอกบ้าน หรือที่โล่งแจ้ง
แนะนำให้ใส่หมวกอนามัยชนิดที่เรียกว่า -เอ็ม.เค.อี. (๙๖) - โดยฉะ
ดุ้งใช้เป็นระเบียบทางเดินพาหุรัด หรือรัดหัวรัดข้อมือ เพราะสามารถ
ป้องกันฝุ่น ๑๓.๖.๖๖

๗. สำหรับยานที่ไปอย่างนี้เพื่อให้ส่วนน้ำกลมน้ำร้อนออกมาจากบ้านทุกคัน



ลดการเกิดฝุ่น PM_{2.5} เริ่มที่ตัวเรา

1. หมั่นทำจิตใจและของในบ้านอยู่เสมอทำจิตใจให้สงบ
2. เวลารับเข้าบ้านอย่ารีบร้อนเพื่อลดการใช้จ่ายเงินส่วนเกิน

ลดการเพิ่มปริมาณฝุ่นในอากาศระหว่างการเดินทางสู่มีด

หน้ากากป้องกันฝุ่น pm 2.5 ล้างบ่อย

3. ^{๒๒}ลดต้นทุนการผลิต/ลดต้นทุนที่พบภายใน/ลดต้นทุน เพราะเป็นแบบ

ไม่มีประสิทธิภาพในการวัดที่แน่นอน

4. ศึกษากฎเกณฑ์ประจำสิ่งมีชีวิตของพืชบนเกาะมันแกวซึ่งตามเวลาที่กำหนดและจัดเก็บตัวอย่างเมื่อเวลาพักไว้เพื่อลดกลิ่น

จากข้อสังเกตที่เป็นต้นเหตุของ pm 2.5

๕. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ลดฝุ่น หากสะสมง่ายสะสมเร็ว หรือสะสมตามบ้าน

๑๖๖๖

6. ไม่เฉพาะ ขอดุดุดุบ เพราะฉันทนาการเท่านั้น นอกจากจะเพิ่มเป็น



องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านสิงห์
อำเภอบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

0-3578-2494



รู้จักฝุ่นพิษ PM 2.5

ฝุ่นละออง PM 2.5 คือ ฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน ซึ่งขีปได้กว้างขนาดประมาณ 1 ใน 25 ส่วนของเส้นผ่านศูนย์กลางเส้นผมมนุษย์ เล็กจนถูกจมูกมนุษย์ที่ทำการหายใจกรองฝุ่นนั้นไม่สามารถกรองได้ จึงแพร่กระจายเข้าสู่ทางเดินหายใจกระแสเลือด และเข้าสู่อวัยวะอื่นๆ ในร่างกายได้ ฝุ่นพิษเป็นพาหะนำสารอันตรายเข้ามาในร่างกาย เช่น แคดเมียม ปรอท โลหะหนัก และสารก่อมะเร็งอื่นๆ

สาเหตุที่ทำให้เกิดฝุ่น PM 2.5

- งานพาหนะ คือ หนึ่งชิ้นสิ่งที่จำเป็นสำหรับการใช้ชีวิต เพราะทุกวันนี้ เราต้องใช้ยานพาหนะ เพื่อไปทำงาน หรือเพื่อการดำรงชีวิต เครื่องยนต์ของรถยนต์นั้น ใช้น้ำมันเป็นกระบวนการในการทำงาน ซึ่งก่อให้เกิดการเผาไหม้ ซึ่งชิ้นส่วนที่ปล่อยทิ้งก็จะมีมากมายไม่ว่าจะเป็นการขบมอนอกไซด์ไฮโดรคาร์บอนออกไซด์ของ

- แหล่งที่ทิ้งขยะ กองขยะเป็นสาเหตุของเชื้อโรคและรังสีสกปรก นำพาฝุ่นและก๊าซพิษที่เกิดจากของเน่าเสีย เมื่อทำการเผาทำลายก็ส่งผลให้เกิดพิษฝุ่นและของลงขยะไปในอากาศ



- โรงงานอุตสาหกรรม เป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดฝุ่น ควัน การเผาไหม้เชื้อเพลิงและกระบวนการผลิตโดยจะปล่อยทั้งควันไฟและก๊าซพิษจำนวนมาก เช่น ก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์ ก๊าซไนโตรเจนไดออกไซด์ ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพ



ผลกระทบสุขภาพของอากาศ

อันตรายและผลกระทบจากฝุ่น

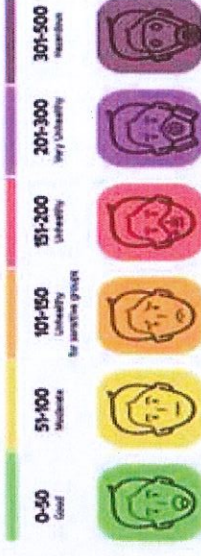
ผลกระทบทาง

- ไอ จาม ภูมิแพ้
- เกิดโรคทางเดินหายใจเรื้อรัง
- เกิดโรคหอบหืดหรือโรคหอบเรื้อรัง
- เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจและโรคหลอดเลือด

ผลกระทบทางสุขภาพ

เกณฑ์ของดัชนีคุณภาพอากาศของประเทศไทย

Air Quality Index US AQI



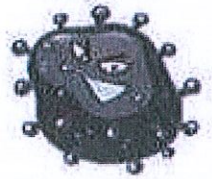
AQI	Pm 2.5	คุณภาพอากาศ	ผลกระทบต่อสุขภาพ
0-25	0-25	ดีมาก	เหมาะสมกับทุกกลุ่ม
26-50	26-37	ดี	เหมาะสมกับทุกกลุ่ม
51-100	38-50	ปานกลาง	ไม่กระทบกิจกรรมกลางแจ้งมากนัก
101-200	51-90	เริ่มมีผลกระทบ	ควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง
201 ขึ้นไป	91 ขึ้นไป	มีผลกระทบอย่างรุนแรง	ควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง หลีกเลี่ยงพื้นที่ที่มีมลพิษทางอากาศสูง

PM 2.5 vs PM 10



ฝุ่นละอองขนาด 2.5 ไมครอน

มีขนาดประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์
ขุ่นมัวไม่สามารถกรองได้ จึงสามารถแพร่กระจายเข้าสู่ทางเดินหายใจ
กระแสเลือด และแทรกซึมสู่กระบวนการทำงานของอวัยวะต่างๆ
เพิ่มความเสี่ยงเป็นโรคระบบทางเดินหายใจแบบเรื้อรังและมะเร็ง



ฝุ่นละอองขนาด 10 ไมครอน

ฝุ่นละอองขนาดเล็กที่มีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 10 ไมครอน
ซึ่งเมื่อหายใจเข้าไปจะถูกสะสมในระบบทางเดินหายใจส่วนล่าง
และสะสมในระดับหนึ่งจะก่อให้เกิดโรคหอบได้

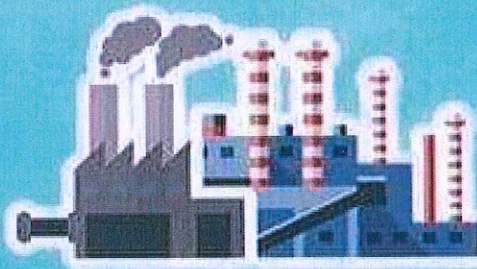
แหล่งกำเนิด



การจราจร



การเผาในที่โล่ง



อุตสาหกรรม



ครัวเรือน

เสี่ยงเป็นโรค

- โรคหลอดเลือดในสมอง
- โรคหัวใจขาดเลือด
- โรคปอดอุดตันเรื้อรัง
- โรคมะเร็งปอด
- โรคติดเชื้อเฉียบพลันระบบหายใจส่วนล่าง

ช่วยกันลด ด้วยการ



งดการเผาในที่โล่ง ใช้บริการขนส่งสาธารณะ

การป้องกัน

- กรณีคุณภาพอากาศอยู่ในระดับที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ แนะนำให้ลดช่วงเวลากิจกรรมกลางแจ้ง
ในพื้นที่ที่มีมลพิษสูง หากจำเป็นที่จะต้องทำกิจกรรมนอกบ้านแนะนำให้สวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันมลพิษในอากาศ
- เลือกสวมหน้ากากป้องกันฝุ่นละอองที่เหมาะสม แนะนำหน้ากาก N95 ซึ่งสามารถกรองอนุภาคฝุ่นละอองขนาด 0.3 ไมครอน
ป้องกันฝุ่นละอองได้ถึงร้อยละ 95 ดังนั้น ควรสวมหน้ากากอนามัยอย่างถูกต้องเพื่อความปลอดภัย



" องค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนดให้ PM 2.5 จัดอยู่ในกลุ่มที่ 1 ของสารก่อมะเร็ง