

PM2.5

ภัยเงียบทำลายสุขภาพ



หมอกควันที่เกิดจากการเผาไหม้ โดยเฉพาะฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมครอน (PM2.5) มีผลกระทบต่อสุขภาพ

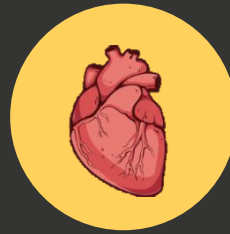
อันตรายจากPM2.5



มะเร็งปอด



ระคายเคืองจมูก
แสบจมูก ไอ มีเสมหะ



โรคหลอดเลือดหัวใจ
หลอดเลือดสมอง
หัวใจขาดเลือด



การตกเทกเกิดมี
น้ำหนักน้อยกว่าปกติ

การป้องกันและดูแลตนเอง

- ไม่เผาเพิ่ม ไม่เผาขยะ และหญ้า
ไม่ใช้ฟืนหรือถ่านหุงต้มอาหาร
- ลด งด เสี่ยงกิจกรรมในที่โล่งแจ้ง
- สวมหน้ากากป้องกันฝุ่นละออง
- จัดเตรียมห้องสะอาด (Clean Room)
และทำความสะอาดบ้านทุกวัน
- กลุ่มเสี่ยงควรเตรียมยาประจำตัว
หากมีอาการผิดปกติ รีบไปพบแพทย์
- ปกปิดตัวไม่ให้สัมผัสฝุ่น
- ติดตามสถานการณ์จากทางราชการ
และสื่อต่างๆ

เผยแพร่ : 16 ธ.ค. 62



กรมอนามัย
ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพชุมชน

ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ (ศอช.)

122 หมู่ 8 ต.จามเทวี อ.ห้างฉัตร จ.ลำปาง

<http://hhdc.anamai.moph.go.th>

0-5426-9277, 08-1980-0997

