

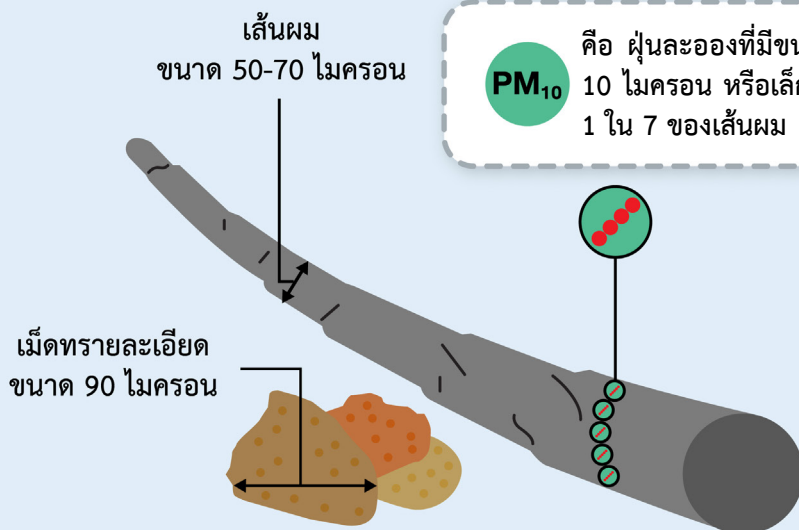
PM_{2.5} คืออะไร?

PM_{2.5}

คือ ฝุ่นละอองที่มีขนาดไม่เกิน
2.5 ไมครอน หรือเล็กประมาณ
1 ใน 25 ของเส้นผม

PM₁₀

คือ ฝุ่นละอองที่มีขนาดไม่เกิน
10 ไมครอน หรือเล็กประมาณ
1 ใน 7 ของเส้นผม



ที่มา : United States Environmental Protection Agency



ฝุ่นละอองที่มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 2.5 ไมครอน
ขนาดเล็กประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผม
มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า ลอยอยู่ในอากาศได้นาน
อาจมีสารพิษเกาะมาด้วย ทำให้เป็นอันตรายต่อสุขภาพมากขึ้น

คู่มือฉบับประชาชน

การเฝ้าระวัง PM_{2.5} อย่างไรให้ปลอดภัย

PM_{2.5} มาจากไหน?

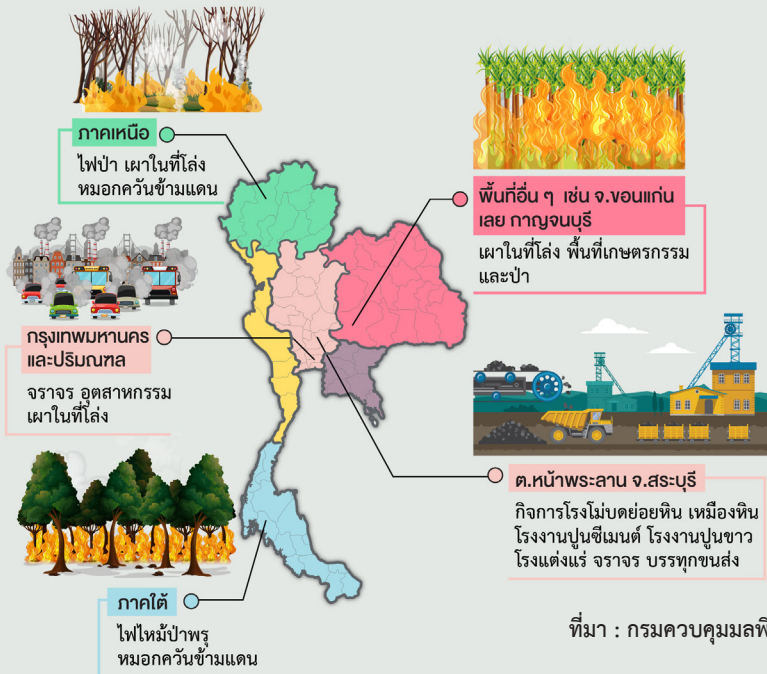
อากาศเย็นและแห้ง ความกดอากาศสูง สภาพอากาศนิ่ง ลมสงบ
ทำให้ PM_{2.5} สะสมในอากาศ ไม่แพร่กระจาย แฉวณลอยได้นาน



หาก PM_{2.5} ล่องลอยอยู่ในอากาศมาก ๆ
จะเห็นท้องฟ้าเป็นสีหม่น หรือเกิดเป็นหมอกควัน



PM_{2.5} ในแต่ละพื้นที่
เกิดจากสาเหตุแตกต่างกัน



ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ

คู่มือฉบับประชาชน

การเฝ้าระวัง PM_{2.5} อย่างไรให้ปลอดภัย

PM_{2.5} ส่งผลต่อสุขภาพอย่างไร?

ผลกระทบระยะสั้น



ไอ จาม

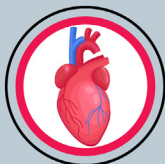


ระคายเคืองผิวหนัง
ผื่น คัน



ระคายเคืองตา
แสบตา ตาแดง

ผลกระทบระยะยาว



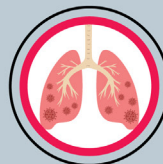
ระบบหัวใจและหลอดเลือด

- หัวใจเต้นผิดจังหวะ
- เสี่ยงต่อภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน
- หัวใจวาย
- ภาวะหลอดเลือดสมองตีบ
- ความดันโลหิตสูง

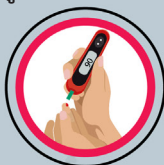


ระบบทางเดินหายใจ

- หัวใจเต้นผิดจังหวะ
- โรคหอบหืด
- โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



มะเร็งปอด



เบาหวาน



- เสี่ยงแท้ง/คลอดก่อนกำหนด
- กระตุ้นการพัฒนาการ/ระบบสมองของทารก
- ทารกแรกคลอดผิดปกติ/น้ำหนักน้อย

ใครบ้างที่ได้รับผลกระทบต่อสุขภาพ จาก PM_{2.5}?



เด็กเล็ก

ชอบเคลื่อนไหว ปอดกำลังพัฒนา อัตราการหายใจเร็ว ทำให้ได้รับสารมลพิษมากกว่าผู้ใหญ่ในช่วงเวลาเท่ากัน

ผู้สูงอายุ

ระบบหายใจเสื่อมตามวัย มีโอกาสเกิดโรคต่าง ๆ เช่น ถุงลมโป่งพอง ปอดเรื้อรัง โรคระบบหัวใจ และหลอดเลือด



หญิงตั้งครรภ์

อวัยวะต่าง ๆ ของทารกในครรภ์กำลังพัฒนาอาจได้รับผลกระทบจากมลพิษที่มารดาได้รับผ่านทางสายรก

ผู้มีโรคประจำตัว

ทำให้อาการกำเริบ เช่น ผู้ป่วยภูมิแพ้มีอาการจามอีกเสบ ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดเจ็บหน้าอก หัวใจเต้นผิดจังหวะ และอาจหัวใจล้มเหลวได้



คนทำงานกลางแจ้ง

ตำรวจจราจร พนักงานกวาดถนน พ่อค้าแม่ค้าริมถนน วินมอเตอร์ไซด์รับจ้าง คนทำงานอยู่นอกอาคาร ที่ได้รับสัมผัส PM_{2.5} เป็นเวลานาน จะเกิดผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว