



ที่ ขร ๕๔๕๐๕/ว ๗๗๖

สำนักงานเทศบาลตำบลบ้านดู่
อำเภอเมืองเชียงราย ขร ๕๗๑๐๐

๒๒ มีนาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์เรื่องการปฏิบัติตัวเมื่อต้องอยู่ในพื้นที่มีหมอกควัน

เรียน กำนันตำบลบ้านดู่/ ผู้ใหญ่บ้านทุกหมู่บ้าน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารความรู้เรื่องการปฏิบัติตัวเมื่อต้องอยู่ในพื้นที่มีหมอกควัน จำนวน ๕ ฉบับ

ขณะนี้ภาวะหมอกควันเป็นปัญหาเหมือนเช่นทุกปี ปัญหาหมอกควันเกิดจากการเผาป่าหรือการเผาไหม้ของสิ่งอื่นใดในบริเวณกว้างที่ทำให้เกิดควันจำนวนมากและแพร่ขยายไปทั่ว ทำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในบริเวณที่มีหมอกควันอาจสูดหายใจเอาควันเหล่านี้เข้าสู่ร่างกายโดยไม่รู้ตัว และอาจได้รับอันตรายจากหมอกควันเหล่านี้ เนื่องจากในหมอกควันประกอบไปด้วยฝุ่นละอองขนาดเล็ก และสารมลพิษและเขม่าควันที่อาจมีผลกระทบต่อสุขภาพได้

ดังนั้น เพื่อให้ประชาชนได้ตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว เทศบาลฯ จึงขอความอนุเคราะห์ท่านประชาสัมพันธ์เรื่องการปฏิบัติตัวเมื่อต้องอยู่ในพื้นที่มีหมอกควัน ตามรายละเอียดที่แนบมาพร้อมนี้ เทศบาลฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีเหมือนเช่นเคย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

ขอแสดงความนับถือ

(นางพีระพรรณ สิริกุล)

รองนายกเทศมนตรี ปฏิบัติราชการแทน

นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

โทร. ๐-๕๓๗๐-๓๖๕๓ ต่อ ๑๕๒

โทรสาร ๐-๕๓๗๐-๓๖๕๓ ต่อ ๑๑๐



เมื่อต้องอยู่
ในพื้นที่มี

หมอกควัน

หลีกเลี่ยง

ทำกิจกรรม/
ออกกำลังกาย
กลางแจ้ง

ใช้ผ้าชุบน้ำ

ปิดปากและจมูก หรือ
ใส่หน้ากากอนามัย
เมื่อต้องออกนอกบ้าน

ปิดประตู

หน้าต่าง
ไม่ให้ฝุ่นเข้า

ผู้มีโรคประจำตัว
ถ้ามีอาการผิดปกติ
ให้รีบไป**พบแพทย์**
ทันที

ดื่มน้ำมากๆ /
ใช้น้ำเกลือกลั้วคอ
ป้องกันการเจ็บคอ

**เพิ่มความ
ระมัดระวัง**
ในการขับขี่
ยานพาหนะ





มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
คณะวิทยาศาสตร์

ประสิทธิภาพการกรองฝุ่น PM 2.5

หน้ากาก
อนามัย
N95



≈ 99.59%

หน้ากาก
อนามัย 1 ชั้น



≈ 66.37%

หน้ากาก
อนามัย 2 ชั้น



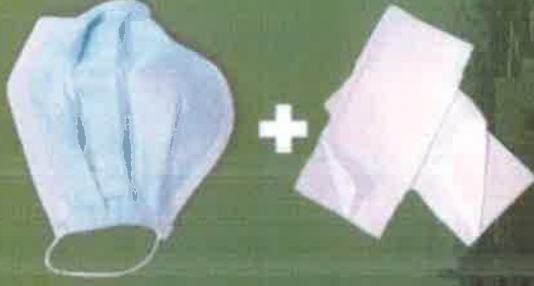
≈ 89.75%

หน้ากากอนามัย 1 ชั้น
+ กระดาษทิชชู 1 แผ่น
พับครึ่ง



≈ 98.05%

หน้ากากอนามัย 1 ชั้น
+ กระดาษทิชชู 2 แผ่น
พับครึ่ง



≈ 67.04%

เครื่องมือที่ใช้ทดสอบ Koken Su MT-03



กลุ่มเสี่ยง



ผู้สูงอายุ



หญิงตั้งครรภ์



เด็กเล็ก



ผู้ป่วยด้วยโรคประจำตัว

อาชีพเสี่ยง



ตำรวจจราจร



พ่อค้าแม่ค้าริมทาง



คนขี่รถ
จักรยานยนต์รับจ้าง



คนงานก่อสร้าง

DDC
กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สำนักสื่อสารความเสี่ยง
และพัฒนากลยุทธ์สุขภาพ
Bureau of Risk Communication
and Health Behavior Development



สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422



ฝุ่น PM 2.5

เนื่องจากค่า **PM 2.5** นั้น ในแต่ละจุด ในแต่ละเวลา อาจไม่เท่ากัน
ผลกระทบต่อสุขภาพ จึงขึ้นกับ ?



1. "ตำแหน่ง" การไปมีกิจกรรม ไปเดินทางผ่าน หรืออยู่อาศัย
ในหรือใกล้ใกล้จุดที่มีหรือรายการประกาศว่า มี PM 2.5 สูง

"ช่วงเวลา" กับ "ระยะเวลา" ที่สัมผัส



2.



3. "ชนิดกิจกรรม" ที่กระทำในพื้นที่ที่มีค่า PM 2.5 สูง
เช่น ออกกำลังกาย ทำงานหนัก ก็มีความเสี่ยงมากกว่า

"ลักษณะบุคคล" ว่าเป็นกลุ่มเสี่ยง
(เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงมีครรภ์) หรือ
กลุ่มที่มีโรคประจำตัวที่ไวต่อผลกระทบ
(โรกระบบทางเดินหายใจ
โรคหัวใจและหลอดเลือด)

4.



ข้อมูล
เพิ่มเติม



DDC
กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

ศูนย์ปฏิบัติการควบคุมโรค
กรมควบคุมโรค
Center of Disease Control and
Public Health Surveillance



สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422

กรมศร.

เตือนกลุ่มเสี่ยงระวัง

โดยเฉพาะช่วงที่มีฝุ่นละอองขนาดเล็ก



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สถานการณ์

คุณภาพอากาศ

ในพื้นที่ กทม. และปริมณฑล

เมื่อ 24 ม.ค. 61

PM

พบค่าฝุ่นละออง ขนาด

2.5

เกินค่ามาตรฐานในบางพื้นที่

สาเหตุส่วนใหญ่



โรงงานอุตสาหกรรม



เผาในที่โล่ง



การคมนาคม

กลุ่มเสี่ยงที่ควรระวัง

- ผู้มีโรคประจำตัว
- ผู้สูงอายุ
- หญิงตั้งครรภ์
- เด็กเล็ก



คำแนะนำ

ให้ดูแลสุขภาพอย่างใกล้ชิด รวมถึงผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ เด็กเล็กและ ผู้ที่มีโรคประจำตัว โดยเฉพาะผู้ป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ หอบหืด ภูมิแพ้ ภาวะปอดอักเสบ โดยหมั่นสังเกต อาการ หากพบอาการผิดปกติ ควรรีบปรึกษาแพทย์

ไม่มากเสียต้อง

ทำอย่างไร

- งด ตามข้อมูลข่าวสารจากทางราชการอย่างใกล้ชิด
- งด ระบายทุกชนิด
- งด การใช้ยาหนะส่วนตัว สวมใส่การชนสนั สารระณะ



กรณีมีฝุ่นในบรรยากาศมาก

- หลีก เลี่ยงการสัมผัสฝุ่นละอองโดยยวงพะกลุ่มเสี่ยง
- ปิด ประตู หน้าต่างปิดกั้นฝุ่น หรือใช้ผ้าชุบน้ำ เป็นน้ำนฉีดแทน
- ใช้ หน้ากากกันฝุ่น N95 หรือใช้ผ้าชุบน้ำัดหมาด
- หลีก เลี่ยงการอดกสนหรือกำนากลนสน

กรมควบคุมโรค

Office of Disease Prevention and Control, Ministry of Health
www.dpcr.tdcr.go.th
www.facebook.com/dpcr



สายด่วน 1422