

กลุ่มเสี่ยง

เสี่ยงฝุ่น PM_{2.5}



• หญิงตั้งครรภ์

อวัยวะต่าง ๆ ของทารกในครรภ์กำลังพัฒนา อาจได้รับผลกระทบจากมลพิษที่แม่ได้รับผ่านสายรก



• เด็กเล็ก

ปอดกำลังพัฒนา อัตราการหายใจถี่ ทำให้ได้รับมลพิษมากกว่าผู้ใหญ่ในช่วงเวลาที่เท่ากัน



• ผู้สูงอายุ

ระบบหายใจเสื่อมตามวัย มีโอกาสเกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคถุงลมโป่งพอง



• ผู้ที่มีโรคประจำตัว

มีอาการกำเริบ เช่น ผู้ป่วยภูมิแพ้มีอาการจุกอึดเสบ ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดเจ็บหน้าอก หัวใจเต้นผิดจังหวะ



• ผู้ทำงานกลางแจ้ง

ตำรวจจราจร พนักงานกวาดถนน พ่อค้าแม่ค้าริมถนน วินมอเตอร์ไซด์รับจ้าง คนทำงานนอกอาคาร ได้รับสัมผัสฝุ่นเป็นเวลานาน มีโอกาสเกิดผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว



มลพิษทางอากาศ PM 2.5



PM 2.5 อันตรายสุดรับระยะยาวเสี่ยงมะเร็ง

ฝุ่น PM 2.5สามารถเข้าไปทำลายระบบต่างๆในเซลล์ของปอด เป็นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งปอดได้ในระยะยาว

วิธีป้องกันตัวเองจาก ฝุ่น PM 2.5

1. สวมหน้ากาก N95 ป้องกันฝุ่น
2. ทำความสะอาดบ้านบ่อยๆ
3. ติดตามข่าวสารเกี่ยวกับมลพิษทางอากาศ

กิจกรรมที่ควรหลีกเลี่ยง

- การเผาขยะ
- หลีกเลี่ยงกิจกรรมนอกบ้าน ในบริเวณที่ค่ามลพิษทางอากาศสูง