

สาเหตุของ PM 2.5 คือ

ทุกวันนี้ปัญหาเรื่อง PM 2.5 คือสิ่งที่ประชาชนต้องเผชิญอย่างเลี่ยงไม่ได้ คุณภาพอากาศที่เป็นอันตรายอย่างมากต่อสุขภาพโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หรือในต่างจังหวัดบางภูมิภาคเองก็มีระดับที่เสี่ยงเป็นอันตรายต่อสุขภาพเช่นกัน ซึ่งสาเหตุของฝุ่น PM 2.5 เกิดจากหลายสาเหตุ

-การเผาป่าและไฟป่า - ไฟป่าสามารถเกิดขึ้นเองได้ตามธรรมชาติ ทั้งเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ เช่น ไฟป่า กิ่งไม้เสียดสีกันของวัสดุทางธรรมชาติ หรือการเกิดปฏิกิริยาเคมีจากแสงแดดในพื้นที่แห้ง แต่ในขณะเดียวกันพบว่า 90% ของไฟป่าในประเทศไทยเกิดจากการเผาป่าโดยมนุษย์เพื่อการเก็บหาของป่า การจุดไฟให้พื้นป่าโล่งสะดวกในการเดิน การจุดเพื่อกระตุ้นการงอกและกระตุ้นการแตกใบใหม่ของพืชผัก ซึ่งการเผาป่าและไฟป่ายังส่งผลให้เกิด ควันไฟ หมอก ซีเก้่า แก๊สพิษ รวมถึงฝุ่น PM 2.5

-มลพิษ ควันจากท่อไอเสียของรถยนต์ - จากข้อมูลโดยกรมควบคุมมลพิษ ด้วยการจราจรที่ติดขัดในแต่ละวัน และเครื่องยนต์ดีเซลเก่าเป็นอีกสาเหตุที่สำคัญที่สุด กระบวนการเผาไหม้ของเครื่องยนต์ดีเซลทำให้เกิดเขม่า และควันดำ ซึ่งควันดำเหล่านี้ยังมีสารที่ก่อให้เกิดมะเร็ง และฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5

-อุตสาหกรรม การก่อสร้าง - เกิดจากการเผาไหม้เชื้อเพลิงฟอสซิล ถ่านหิน และเชื้อเพลิงที่ไม่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม กระบวนการอุตสาหกรรมอย่างการบด การม่ การระเบิดหิน ไปจนถึงการฟุ้งกระจายของฝุ่นละอองจากก่อสร้าง ส่งผลทับ

-การเผาภาคเกษตร - การเผาในภาคการเกษตรหรือการเผาในที่โล่งเป็นอีกหนึ่งในต้นตอที่สำคัญที่ทำให้เกิดฝุ่น PM 2.5 การเผาเศษวัสดุการเกษตรเพื่อลดต้นทุน เช่น การเผาอ้อย การเผาในไร่ข้าวโพดนาข้าว และไร่มันฝรั่ง ถือเป็นสาเหตุหลัก ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม

PM 2.5 คืออะไร เกิดจากอะไร ทำความเข้าใจและป้องกันฝุ่นไปพร้อมกัน

มลพิษทางอากาศ ปัญหาหมอกควัน และ PM 2.5 ได้ส่งผลกระทบต่ออย่างรุนแรงต่อสุขภาพของประชาชนในหลาย ๆ ภูมิภาค จนบางจังหวัดในภาคเหนือมีค่า PM2.5 พุ่งสู่อันดับหนึ่งของโลก นับเป็นวิกฤติมลพิษทางอากาศ PM 2.5 คือปัญหาหลักของประเทศในขณะนี้ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เช่น ระยะสั้นอาจเป็นการระคายเคืองคอ ไอ คัดจมูก แต่ในระยะยาวอาการก็จะยิ่งรุนแรงและเป็นสาเหตุของโรคร้าย องค์การวิจัยโรคมะเร็งนานาชาติได้ระบุว่า มลพิษทางอากาศ และฝุ่นละออง PM2.5 เป็นสารก่อมะเร็งในมนุษย์ รวมถึงเกิดโรคทางเดินหายใจ เพราะไม่ใช่แค่เพียงฝุ่น PM 2.5 คือสิ่งเดียวที่เข้ามาสู่ร่างกายของเราเท่านั้น แต่ฝุ่นเองก็ยังเป็นพาหะที่นำสารเคมีอันตราย และโลหะหนักที่อยู่ในฝุ่นเข้าสู่ร่างกายอีกด้วย



วิธีป้องกันฝุ่น PM 2.5



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลจำป่าหวาย
อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา

โทร 054-453031



วิธีป้องกันฝุ่น PM 2.5



1. สวมหน้ากากป้องกันฝุ่น หน้ากาก N95 หรือ KN95 มีความสามารถในการกรองฝุ่น PM_{2.5} ได้ดี ควรสวมใส่เมื่อต้องออกจากบ้านในพื้นที่ที่มีฝุ่นสูง
2. หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมนอกบ้านโดยเฉพาะในวันที่ค่าฝุ่นสูง ตรวจสอบคุณภาพอากาศผ่านแอปหรือเว็บไซต์ที่แสดงดัชนีคุณภาพอากาศ (AQI)
3. ใช้เครื่องฟอกอากาศ การใช้เครื่องฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพในการกรองฝุ่นขนาดเล็กจะช่วยลดปริมาณฝุ่นภายในบ้าน ทำให้อากาศสะอาดขึ้น
4. ปิดประตูหน้าต่างให้มิดชิด ป้องกันฝุ่นจากภายนอกเข้ามาภายในบ้าน โดยการปิดประตู หน้าต่าง หรือใช้ผ้าปิดรูระบายอากาศที่อาจมีฝุ่นเข้าได้
5. ล้างหน้าหรือทำความสะอาดตัวหลังออกข้างนอกเมื่อกลับจากนอกบ้าน ควรล้างหน้า ล้างมือ และเปลี่ยนเสื้อผ้าเพื่อลดการสะสมฝุ่นบนร่างกาย

ผลกระทบต่อสุขภาพของ PM 2.5 คืออะไร

อย่างที่ทราบว่า PM 2.5 คือ ฝุ่นขนาดเล็กที่ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า เราจะไม่มีทางรู้เลยว่าเราได้สูด ฝุ่น PM 2.5 เข้าไปเป็นจำนวนมากเท่าไรแล้ว จนจะรู้ตัวอีกทีก็เมื่อเกิดอาการผิดปกติของร่างกาย สามารถเช็ค อาการแพ้ฝุ่น PM 2.5 และทางเราได้รวบรวมผลกระทบต่อสุขภาพของ PM 2.5 ไว้ ดังนี้

-ระบบทางเดินหายใจ เมื่อเราสูดหายใจเอา PM 2.5 เข้าไปจะก่อให้เกิดการไอ ระคายเคือง แสบจมูก หอบหืด หายใจลำบาก ในบางรายฝุ่น PM 2.5 จะกระตุ้นอาการกำเริบของโรคได้ เช่น โรคภูมิแพ้ โรคหอบหืด โรคถุงลมโป่งพอง และอาจทำให้การทำงานของปอดเสื่อมลง

-ระบบผิวหนัง ฝุ่น PM 2.5 สามารถทำลายเซลล์ผิวหนังกำพร้าของมนุษย์ ก่อให้เกิดการคันตามร่างกายและปวดแสบทั้งตัว ระคายเคืองผิวหนัง ผดผื่นขึ้นตามตัว ไปจนถึงก่อให้เกิดสิ่วที่ใบหน้า

-ดวงตา เยื่อบุตาเป็นส่วนที่สัมผัสกับปัจจัยภายนอกโดยตรง ทั้งมลพิษและฝุ่น PM 2.5 ที่จะส่งผลให้เกิดการระคายเคืองที่ตา ตาแห้ง ตาแดง เยื่อบุตาอักเสบ ในระยะยาวอาจทำให้จอประสาทตาผิดปกติ ส่งผลต่อการมองเห็นได้

PM 2.5 คืออะไร

PM 2.5 ถือเป็นมลพิษต่อสุขภาพของมนุษย์ตามที่กรมอนามัยได้ให้ความสำคัญและออกมาแจ้งเตือนให้ เพราะเป็นฝุ่นที่มีขนาดเล็กกว่าเส้นผม 20 เท่า ทำให้เล็ดลอดผ่านจมูกเข้าสู่ปอด และหลิตเลือดได้ง่ายส่งผลกระทบต่อร่างกายระยะยาว เพิ่มความเสี่ยงเป็นโรคเรื้อรัง

