

ใครคือกลุ่มเสี่ยง? PM_{2.5}



ตรวจสอบค่า
PM_{2.5}
ได้ที่ไหน?

pm2.5



เว็บไซต์ของ
กรมควบคุมมลพิษ

www.air4thai.pcd.go.th

www.aqmthai.com

แอปพลิเคชัน



AIR4Thai



ป้องกัน PM_{2.5} อย่างไร?

สวมใส่หน้ากากทุกครั้ง
เมื่อออกจากบ้าน (พื้นที่เสี่ยง)

สวมหน้ากากที่ได้มาตรฐาน



หน้ากากมาตรฐาน N95
ป้องกันฝุ่นขนาดเล็กกว่า
0.3 ไมครอน ได้อย่างน้อย
95 % = ป้องกัน PM_{2.5} ได้



หน้ากากอนามัยทั่วไป
ป้องกันฝุ่นขนาด 3 ไมครอน
ได้ 99% แต่ป้องกัน PM_{2.5}
ไม่ได้ (เพราะ PM_{2.5} เล็กกว่า
3 ไมครอน)

เลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง

ในช่วงที่ค่าฝุ่นเกินมาตรฐาน



ที่มา : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

อยู่เหนือบม

ในขณะที่หุงต้มอาหาร
โดยการใช้ฟืนและถ่าน



ไม่เผาขยะ เผาป่า

หรือพืชผลทางการเกษตร



หลีกเลี่ยง
การใช้รถยนต์ส่วนตัว

รณรงค์ให้ใช้รถโดยสารสาธารณะ
หรือทางเดียวกันไปด้วยกัน (Carpool)



Google play



App Store

รู้ทัน
กับโรค

www.ddc.moph.go.th

DDC
1422
สายด่วนกรมควบคุมโรค



ความรู้เรื่อง ฝุ่น

PM_{2.5}

