

PM 2.5 ก็คืออนุภาคที่มีขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมโครเมตร และหากนำไปเปรียบเทียบกับขนาดเส้นผมของเราที่มีขนาด 50-70 ไมโครเมตร ฝุ่นขนาดเล็กจิ๋วนี้มีขนาดเล็กกว่าขนาดเส้นผมถึง 20-30 เท่า



ความสำคัญของ PM 2.5

ปกติในทางเดินหายใจของเรามีขนพัดโบก และมีการหลั่งน้ำมูก เสมหะ เพื่อดักจับไม่ให้สิ่งแปลกปลอมเข้าสู่ทางเดินหายใจ แต่ฝุ่นขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมโครเมตรจะสามารถเล็ดรอดเข้าไปได้ถึงหลอดลมฝอยขนาดเล็ก และหากมีขนาดเล็กกว่า 1 ไมโครเมตรก็จะสามารถซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้

ดังนั้นหากสภาพอากาศมีค่า PM 2.5 เกินมาตรฐาน คนกลุ่มแรกที่ได้รับผลกระทบอย่างมากก็คือเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคทางเดินหายใจเรื้อรัง โรคปอด และโรคหัวใจ เนื่องจากกระบวนการป้องกันของร่างกายที่อ่อนแอกว่าคนที่มีความสุขแข็งแรง

ส่วนในคนที่มีความสุขแข็งแรงนั้น จากการศึกษาพบว่าหากสัมผัสกับอากาศที่มี PM 2.5 เกินมาตรฐานในระยเวลานานมีความสัมพันธ์กับการเพิ่มโอกาสในการเสียชีวิตด้วยโรคปอดและโรคหัวใจ และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งปอดด้วย

งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย



PM 2.5

คืออะไร ??



องค์การบริหารส่วนตำบลปากช่อง

มลพิษทางอากาศที่ ทำให้เกิดอันตรายต่อ สุขภาพ

ได้แก่ ก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์ (CO), ซัลเฟอร์ไดออกไซด์ (SO₂), โอโซน (O₃), ไนโตรเจนไดออกไซด์ (NO₂) รวมทั้งฝุ่นละอองที่อยู่ในชั้นบรรยากาศซึ่งมีได้ตั้งแต่ขนาดใหญ่นและขนาดเล็กซึ่งฝุ่นละอองขนาดหยาบหรือที่เราเรียกว่า PM₁₀ คือมีขนาดตั้งแต่ 2.5-10 ไมครอน มีแหล่งกำเนิดจากการจราจรบนถนน ฝุ่นผง ซึ่งมีผลทำให้ระคายเคืองทางเดินหายใจส่วนบน เช่น แสบคอ คันทคอจาม น้ำมูก คัดจมูก คันทตา แสบตา หรือคันผิวหนังได้ สำหรับฝุ่นละอองขนาดเล็กหรือที่เราเรียกว่า PM_{2.5} คือฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน ได้จากการเผาไหม้ การผลิตไฟฟ้า โรงงานอุตสาหกรรม ซึ่งขนอมูกไม่สามารถกรองได้

ทำให้เข้าไปสู่ทางเดินหายใจส่วนล่าง ซึมเข้ากระแสเลือดผ่านทางถุงลม ทำให้มีผลกระทบต่ออวัยวะต่างๆ เช่น ระบบไหลเวียนโลหิต มีปัญหาต่อโรคหัวใจ สมอง ทางเดินหายใจ ทำให้หอบกำเริบ ถุงลมโป่งพอง หลอดอักเสบเรื้อรัง นอกจากนี้หากเป็นเวลานานจะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งได้ ซึ่ง PM_{2.5} ถือว่าเป็นมลพิษที่มีผลกระทบต่อสุขภาพมากที่สุด เนื่องจากเป็นฝุ่นละอองขนาดเล็ก โดยมีขนาดเล็กกว่าเส้นผมประมาณ 20 – 30 เท่า ทำให้สามารถแพร่ไปยังอวัยวะต่างๆ และกระแสเลือดได้โดยตรง

ทั้งนี้ผลกระทบต่อโรคหืดและภูมิแพ้ทางเดินหายใจขึ้นอยู่กับระดับ PM_{2.5} และระยะเวลาที่ได้รับ หากระดับ PM_{2.5} สูงมาก อาจทำให้เกิดอาการได้เร็วเช่น ไอ หอบ เหนื่อย แน่นหน้าอก คันทตา คันผิวหนัง ในขณะที่หากได้รับระดับไม่สูงมาก เป็นเวลานานอาจมีผลทำให้เกิด ปอดอุดกั้นเรื้อรัง สมรรถภาพปอดลดลง เพิ่มความเสี่ยงในการเป็นโรคหืด และเป็นมะเร็งปอดได้

ทั้งนี้ การใส่ หน้ากากให้ได้ ประสิทธิภาพ ในการป้องกัน ฝุ่น PM 2.5 ต้องใส่ให้ถูก วิธีและกระชับ กับใบหน้าของ ผู้สวมใส่ด้วย



การป้องกัน

- แบน้งงดกิจกรรมกลางแจ้ง และการออกกำลังกายกลางแจ้ง
- หากมีความจำเป็นต้องออกไปกลางแจ้ง แบน้งนำใส่สวมหน้ากาก จากการศึกษพบว่า
- หน้ากาก N 95 สามารถป้องกันอนุภาคฝุ่น PM 2.5 ประมาณ 90-95%
- หน้ากาก PM 2.5 สามารถป้องกันอนุภาคฝุ่น PM 2.5 ประมาณ 90%
- หน้ากากอนามัยทั่วไป (surgical mask) สามารถป้องกันอนุภาคฝุ่น PM 2.5 ประมาณ 40 %
- หน้ากากอนามัยทั่วไป (surgical mask) และซ็อนกระดาษทิชชู 2 ชั้น สามารถป้องกันอนุภาคฝุ่น PM 2.5 ประมาณ 90 %

1. องค์การบริหารส่วนตำบลปากช่อง



032 - 740291