มาตรการลดฝุ่น

เข้มงวด
ตรวจจับรถควันดำ

ประสานตำรวจ
เข้มงวดกวดขัน

ขอความร่วมมือ
Work From Home

รณรงค์
บำรุงรักษาเครื่องยนต์

ควบคุมสถานประกอบการ
ไม่ปล่อยมลพิษ

งดกิจกรรมเกิดฝุ่น/ Big Cleaning
ก่อสร้าง/แพลนท์ปูน

เข้มงวดห้ามเผาทุกชนิด

เพิ่มความถี่
ล้างถนน ฉีดล้างต้นไม้

ให้ความรู้
สุขภาพอนามัย

ออกหน่วยบริการสาธารณสุข
หน่วยแพทย์เคลื่อนที่

ดำเนินการตาม
มาตรการลดฝุ่น
ในโรงเรียน
อย่างเคร่งครัด

@PRbangkok

กทม

5 วิธี ป้องกันภัยฝุ่น PM2.5

1. ทำความสะอาดบ้านทุกวัน

2. ติดตามสถานการณ์และสื่อต่าง ๆ

3. ลดเวลาทำกิจกรรมนอกบ้าน / ใส่หน้ากากอนามัยหรือ N95 ทุกครั้ง

4. เตรียมยาประจำตัว หากมีอาการผิดปกติรีบไปพบแพทย์

5. ปลูกต้นไม้เพื่อลดฝุ่น

ที่มา : เอกสารข้อมูลเรื่อง ในวันที่เมืองเปื้อนฝุ่น PM2.5 (กรมอนามัย)

$PM_{2.5}$

ฝุ่นจิ๋วร้าย ภัยสุขภาพ

ข้อแนะนำ

ติดตามสถานการณ์ ค่าฝุ่น $PM_{2.5}$: Air4Thai หรือแอปพลิเคชันอื่นๆ

0 - 25	26 - 37	38 - 50	51 - 90	มากกว่า 90
				มคก./ลบ.ม.
คุณภาพอากาศ ดีมาก	คุณภาพอากาศ ดี	คุณภาพอากาศ ปานกลาง	เริ่มมีผลกระทบ ต่อสุขภาพ	มีผลกระทบ ต่อสุขภาพ

*** สิ่งสำคัญหากค่าฝุ่นอยู่ใน ระดับสีส้ม หรือสีแดง งดกิจกรรมกลางแจ้ง หากต้องออกจากบ้านควรสวมหน้ากากป้องกันฝุ่น

สังเกตอาการ

ไอบ่อย หายใจลำบาก
หายใจไม่ออก
แน่นหน้าอก
รีบไปพบแพทย์

ผู้มีโรคประจำตัว

เช่น โรคหัวใจ โรคปอด
โรคหืด ภูมิแพ้ ควรเตรียม
ยาประจำตัว และอุปกรณ์
ที่จำเป็นให้พร้อม

เด็ก ผู้สูงอายุ

เป็นกลุ่มเปราะบาง
ที่ควรได้รับ
การดูแลสุขภาพ
อย่างใกล้ชิด

ข้อมูล ณ วันที่ 30 พฤศจิกายน 2565

ที่มา : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

สำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
Bureau of Risk Communication and Health Behavior Development

สายด่วน กรมควบคุมโรค 1422