



ช่วย  
วาดด้วยเรื่อง...

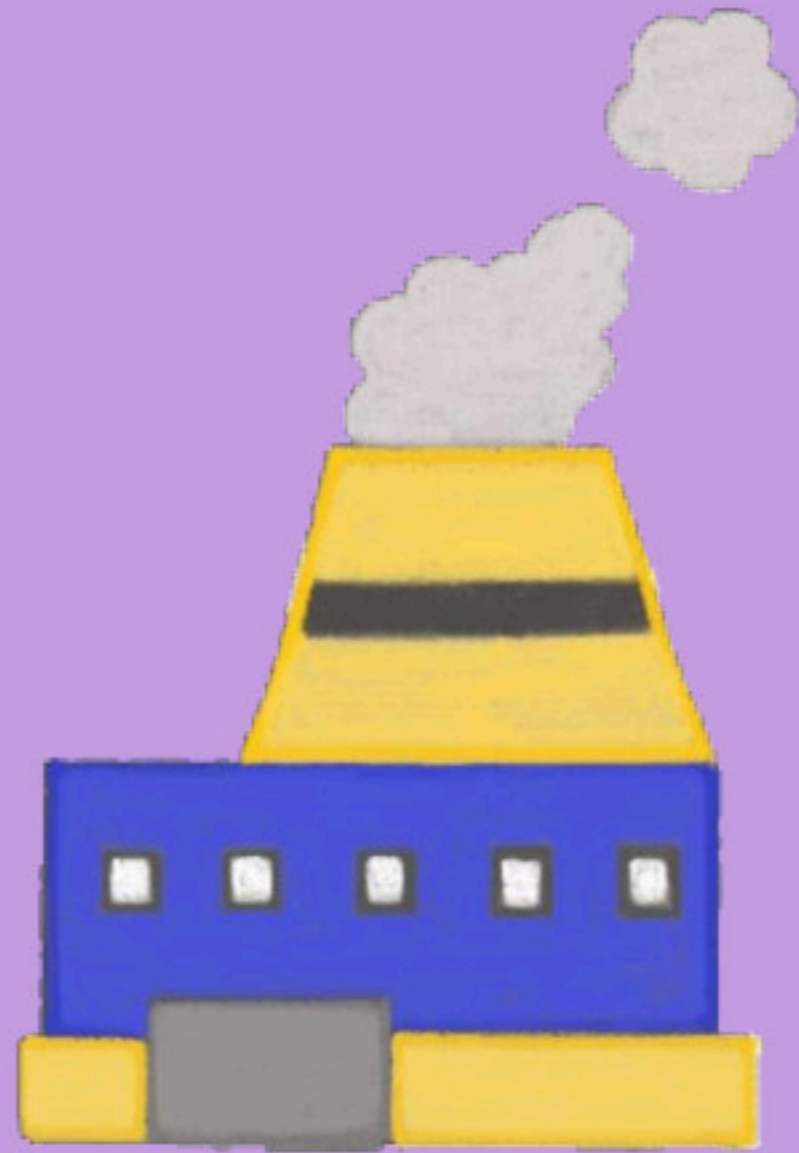


PM 2.5

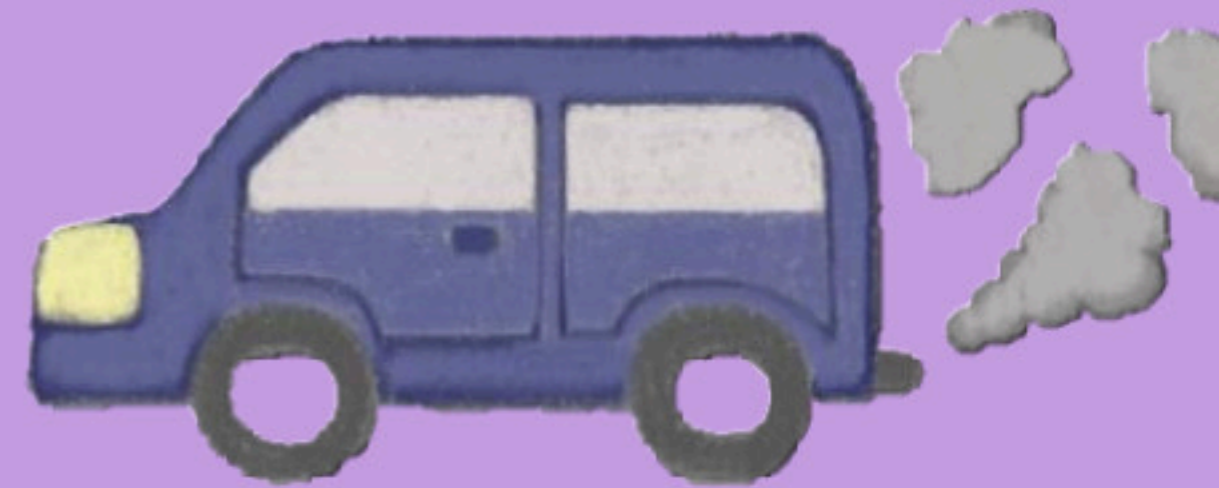
# สาเหตุเกิดจาก?



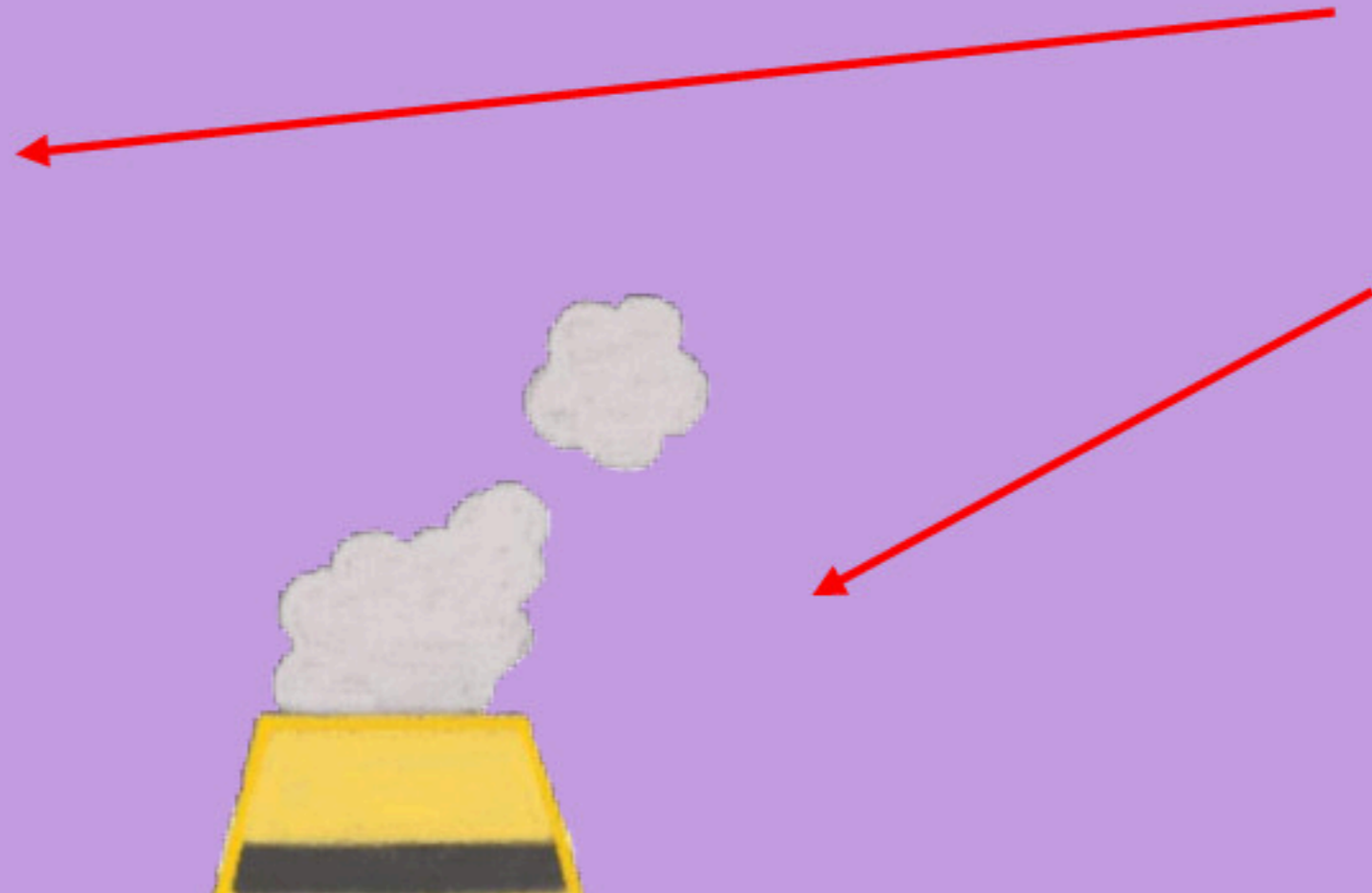
เผาป่า/เผาขยะ/เผาเศษไม้



ควันจากโรงงานอุตสาหกรรม



ควันเสียจากยานพาหนะ





# ผลกระทบที่เกิดขึ้น

เนื่องจากฝุ่นละออง

**PM 2.5**

มีขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมครอน เล็กมากพอที่จะเข้าสู่ปอด และซึมผ่านเข้าสู่กระแสเลือดได้ ทำให้เกิดผลต่างๆกับร่างกายดังนี้



แบบเฉียบพลัน (เห็นผล 1-2 วัน)



ไอ/เจ็บคอ



หายใจมีเสียงพืดฟาด



เลือดกำเดาไหล



ตาแดง/ระคายเคือง



มีผื่นคัน

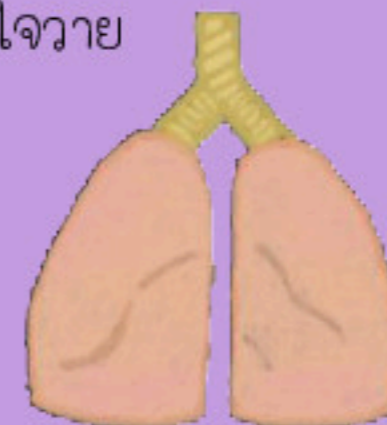
แบบเรื้อรัง (สะสมในระยะยาว)



หัวใจเต้นผิดปกติ/หัวใจวาย



เส้นเลือดสมองตีบทำให้เป็นอัมพาต/เสียชีวิต



เป็นมะเร็งปอด



# แอปพลิเคชันวัดค่าฝุ่นละออง PM2.5

รองรับ

**Android & IOS**

AirVisual

Air4Thai

BreezoMeter



**Android**

**Real time AQI**



สามารถโหลดแอปเหล่านี้เพื่อ  
ติดตามค่าฝุ่นได้เลยนะครับ



# วิธีการป้องกันฝุ่นละออง PM2.5



ใส่หน้ากากที่ได้มาตรฐาน  
N95 (ป้องกัน 95%)

หากไม่มีหน้ากาก N95

ใส่หน้ากากธรรมดา  
ทับกัน 2 ชั้น



หลีกเลี่ยงการสัมผัสฝุ่น



งดออกกำลังกายในพื้นที่เปิดโล่ง



ลดกิจกรรมที่ทำฝุ่นกระจายในบ้าน โดยเปลี่ยน  
จากปิดกวาดบ้าน เป็นใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดแทน



ปลูกต้นไม้เพื่อลดฝุ่น

\*กลุ่มเสี่ยงที่ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ

- ผู้สูงอายุ
- ผู้ป่วยโรคปอด/โรคหัวใจ
- เด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี
- คุณแม่ตั้งครรภ์



# มาตรฐานหน้ากากป้องกันฝุ่นละออง PM2.5

## N95

ผ่านการรับรองมาตรฐานจากประเทศ  
สหรัฐอเมริกา สามารถป้องกันได้

95%



## KN95

ผ่านการรับรองมาตรฐานจาก  
ประเทศจีน สามารถป้องกันได้

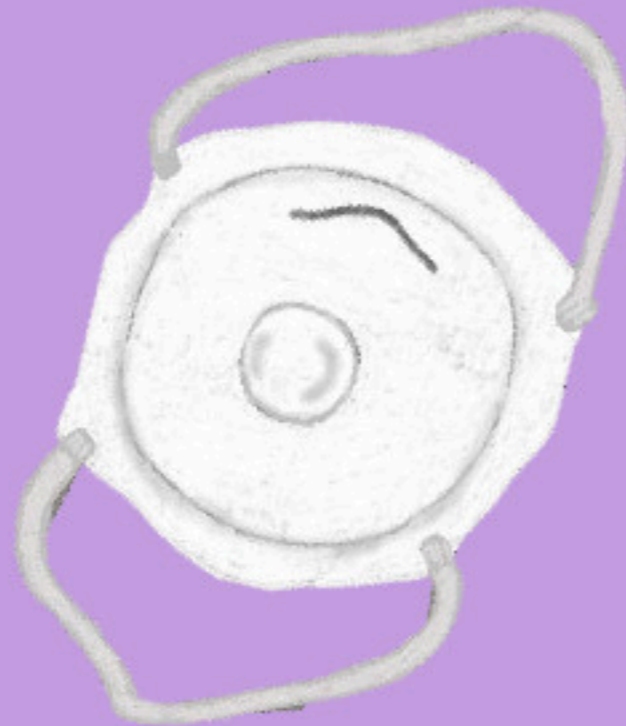
95%



## FFP2

ผ่านการรับรองมาตรฐานจาก  
ยุโรป สามารถป้องกันได้

94%



## P2

ผ่านการรับรองมาตรฐานจาก  
ประเทศออสเตรเลียและนิวซีแลนด์  
สามารถป้องกันได้

94%

