

# กรมควบคุมโรค พยากรณ์โรคและภัยสุขภาพ รายสัปดาห์ ฉบับที่ 9 (วันที่ 6 - 12 มีนาคม 2565)

จากการเฝ้าระวังของกรมควบคุมโรค

พบว่าสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM<sub>2.5</sub>) ในประเทศไทย ปี 2562-2564 มีค่าเกินเกณฑ์มาตรฐาน (50 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร) ซึ่งจะสูงขึ้นช่วงรอยต่อฤดูหนาวเข้าสู่ฤดูร้อน ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน จนถึงเดือนมีนาคม อันเนื่องมาจากปัจจัยความกดอากาศสูง และลมสงบ จึงทำให้ระดับฝุ่นละอองมีค่าสูงขึ้น และข้อมูลจากศูนย์แก้ไขปัญหามลพิษทางอากาศ กรมควบคุมมลพิษ วันที่ 2 มีนาคม 2565 พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM<sub>2.5</sub> เกินค่ามาตรฐาน พบในพื้นที่ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันตก และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยคุณภาพอากาศในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ถึงเริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ



กรมควบคุมโรค  
Office design co.,ltd.  
★★★★★

FREE

หน้า 1/2

การพยากรณ์โรคและภัยสุขภาพในสัปดาห์นี้ คาดว่าในช่วงนี้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และพื้นที่ภาคเหนือ มีโอกาสได้รับผลกระทบทางสุขภาพจากฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (**PM2.5**) ควรดกกิจกรรมในพื้นที่โล่ง และขอความร่วมมือ งดการเผาในที่โล่งเด็ดขาด เผื่อระวังสุขภาพอนามัยตนเอง และตรวจสอบคุณภาพอากาศก่อนออกจากบ้าน

กรมควบคุมโรค ขอแนะนำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีปริมาณฝุ่นเกินค่ามาตรฐานและอยู่ในระดับเริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ (พื้นที่สีส้ม) และระดับมีผลกระทบต่อสุขภาพ (พื้นที่สีแดง) ควรเลี่ยงกิจกรรมบางชนิดในพื้นที่เสี่ยง หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่อาจได้รับผลกระทบโดยตรง ได้แก่ กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และผู้ที่มีโอกาสสัมผัสฝุ่นอย่างต่อเนื่อง เช่น ตำรวจจราจร คนขับรถสาธารณะ คนกวาดถนน เป็นต้น สำหรับผู้ป่วย 4 กลุ่มโรคสำคัญที่ต้องระวังเป็นพิเศษ คือ 1.กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด 2.กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ 3.กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ 4.กลุ่มโรคตาอักเสบ ซึ่งหากได้รับฝุ่นเข้าสู่ร่างกายอาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยหรือมีผลต่อสุขภาพมากกว่าคนทั่วไป ควรสวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่น เช่น หน้ากาก **N95** หรือหน้ากากที่มีแผ่นกรองคาร์บอน ทุกครั้งที่ออกจากบ้านหรือเมื่อไปในพื้นที่ที่มีระดับฝุ่น **PM<sub>2.5</sub>** เกินค่ามาตรฐาน

นอกจากนี้ ขอให้ประชาชนติดตามรับฟังข่าวสารและข้อมูลจากทางราชการอย่างใกล้ชิด โดยติดตามสถานการณ์ค่าฝุ่น **PM<sub>2.5</sub>** จากเว็บไซต์ของกรมควบคุมมลพิษ <http://air4thai.pcd.go.th/> หรือผ่านทางแอปพลิเคชัน **Air 4 Thai** เพื่อให้เกิดความเข้าใจและปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง รวมถึงการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม หากมีอาการ ไอ หายใจลำบาก แน่นหน้าอก ใจสั่น ระคายเคืองตา หรือมีอาการผิดปกติ ให้รีบไปรับการตรวจโดยเร็ว สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422

