



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

# ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา

The Office of Disease Prevention and Control Region 12 Songkhla

ฉบับที่ 28/2567

วันที่ 25 กรกฎาคม 2567

สคร.12 สงขลา เตือน ปชช. ติดตามเฝ้าระวังสถานการณ์ปริมาณฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM<sub>2.5</sub>)

ในพื้นที่ภาคใต้ตอนล่าง แนะนำประชาชนกลุ่มเสี่ยงดูแลตนเองเป็นพิเศษ

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา (สคร.12 สงขลา) เตือนประชาชนติดตามเฝ้าระวังสถานการณ์ปริมาณฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM<sub>2.5</sub>) ในพื้นที่ภาคใต้ตอนล่าง แนะนำประชาชนกลุ่มเสี่ยงดูแลตนเองเป็นพิเศษ

นายแพทย์เฉลิมพล โอสถพรมมา ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา กล่าวว่า จากข้อมูลสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM<sub>2.5</sub>) ในพื้นที่สถานีตรวจวัดเขต 12 ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม – 21 กรกฎาคม 2567 พบว่า คุณภาพอากาศ ทั้ง 6 สถานีส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก ซึ่งประชาชนทุกคนสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ อย่างไรก็ตาม จากปีที่ผ่านมา พบว่า ช่วงเดือนกรกฎาคมเป็นช่วงที่มีหมอกควันข้ามแดน จากประเทศเพื่อนบ้าน จากการจราจรหรือบรรทุกขนส่งหนาแน่น รวมทั้งการเผาป่าในพื้นที่ ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน และเป็นปัญหาสำคัญที่จะต้องเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มเสี่ยงที่ต้องดูแลเป็นพิเศษ หากได้รับมลพิษจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM<sub>2.5</sub>) เข้าสู่ร่างกาย อาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยหรือมีผลกระทบต่อสุขภาพที่รุนแรงมากกว่าประชาชนทั่วไป

สำหรับกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และ 4 กลุ่มโรคสำคัญที่ต้องเฝ้าระวังและดูแลเป็นพิเศษ คือ 1.กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด เช่น เหนื่อยง่าย หัวใจเต้นเร็ว แน่นหน้าอก 2.กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น คัดจมูก น้ำมูกไหล แสบจมูกและลำคอ 3.กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ เช่น อาการคันตามร่างกาย มีผื่นแดงตามร่างกาย และ 4.กลุ่มโรคตาอักเสบ เช่น อาการแสบหรือคันตา น้ำตาไหล และตาแดง หากสงสัยหรือมีอาการผิดปกติ ควรรีบไปพบแพทย์โดยเร็ว

สคร.12 สงขลา จึงขอแนะวิธีปฏิบัติให้ปลอดภัยจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM<sub>2.5</sub> “รู้-ลด-เลี่ยง” รู้ : ตรวจสอบสภาพอากาศทุกครั้งก่อนเดินทางออกจากบ้าน ผ่านการติดตามสถานการณ์ฝุ่นละออง PM<sub>2.5</sub> ในแอปพลิเคชัน Air4thai ของกรมควบคุมมลพิษ หรือติดตามข่าวสารตามช่องทางต่าง ๆ ของหน่วยงานด้านสาธารณสุข ลด : ลดการสร้างมลพิษ ลดกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่นละออง PM<sub>2.5</sub> เช่น จุดธูป เผากระดาษ เผาขยะ เผาพืชมลทางการเกษตร เป็นต้น รวมถึงการติดเครื่องย่นต์ในบ้านเป็นเวลานาน เลี่ยง : หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่ที่มีฝุ่นละอองสูง การอยู่กลางแจ้ง หรือทำกิจกรรมนอกอาคารเป็นเวลานาน ในช่วงที่ฝุ่นละออง PM<sub>2.5</sub> มีปริมาณมากกว่า 25.1 – 37.5 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตรขึ้นไป โดยปราศจากอุปกรณ์ป้องกันฝุ่นละอองในอากาศ หากจำเป็นควรป้องกันการสัมผัสฝุ่นให้น้อยที่สุด โดยการสวมหน้ากากป้องกันฝุ่นละอองขนาดเล็ก และดื่มน้ำให้เยอะๆ เพื่อบรรเทาอาการระคายเคืองคอ แสบคอ ทั้งนี้ สามารถสอบถามข้อมูลได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422

“กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี”

ที่มา : แนวทางมาตรการการเฝ้าระวังสุขภาพและสื่อสารความเสี่ยง เพื่อสร้างความรอบรู้ ที่เกี่ยวข้องกับฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM<sub>2.5</sub>),

กองโรคติดต่อจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข  
ข่าวโดย: กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา
- 074-336080 ต่อ 29 โทรสาร 074-336084
- 168 ถนนสงขลา-นาทวี ตำบล เขารูปช้าง อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา 90000

