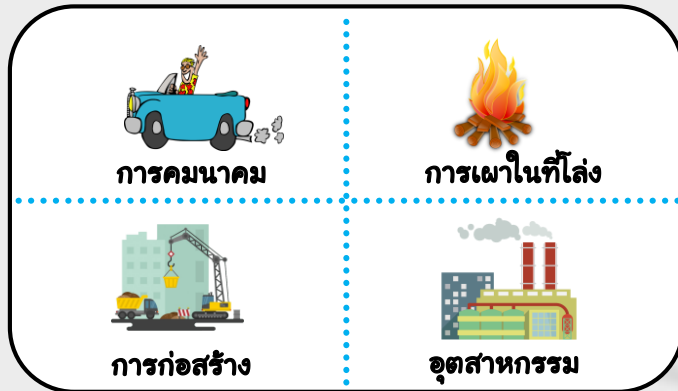
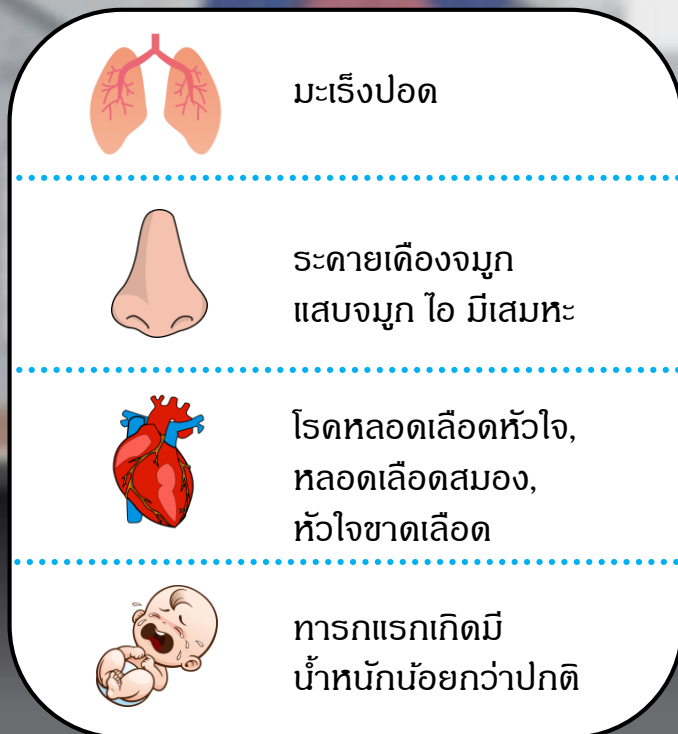


ฝุ่น PM2.5 มาจากไหน? ป้องกัน PM2.5 อย่างไร?



ฝุ่น PM2.5 อันตรายแค่ไหน?



ใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นละออง

ประสิทธิภาพการกรองฝุ่น PM2.5

หน้ากาก N95	หน้ากากอนามัย 1 ชั้น	หน้ากากอนามัย 2 ชั้น
99.59%	66.37%	89.75%

หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู 1 ชั้น 1 แผ่น พับครึ่ง หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู 1 ชั้น 2 แผ่น พับครึ่ง

98.05% 67.04%

เครื่องมือที่ใช้ทดสอบ Koken รุ่น MT-03

การป้องกันและดูแลตนเอง

ทำความสะอาดบ้านทุกวัน	ลดเวลาทำกิจกรรมนอกบ้าน	เตรียมยาประจำตัว รับประทาน
ติดตามสถานการณ์และสื่อต่างๆ	ปลูกต้นไม้เพื่อลดฝุ่น	รีบไปพบแพทย์



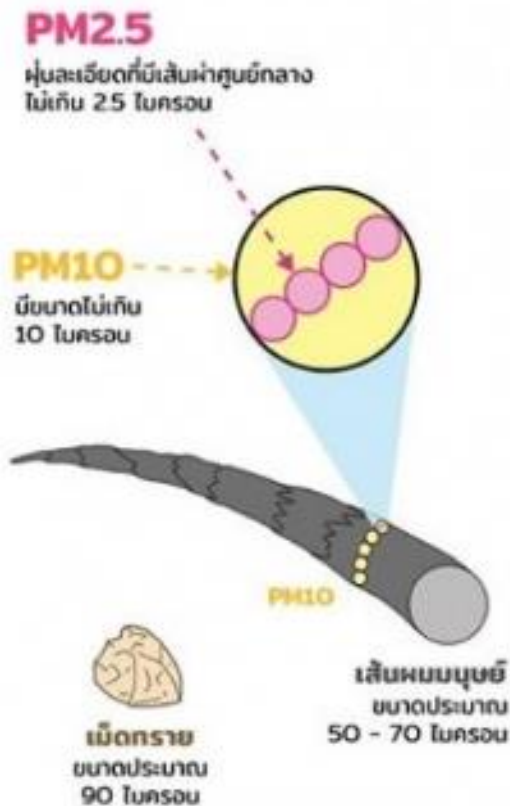
รู้ทัน ป้องกัน ฝุ่น PM 2.5



พบเห็นการเผาในที่โล่ง กรุณาแจ้ง
075-576215

ด้วยความปรารถนาดี..องค์การบริหารส่วนตำบลในควน

ฝุ่น PM2.5 คือ?



ฝุ่น PM2.5 คือ ฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมครอน หรือมีขนาดประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์ สามารถเดินทางผ่านทางเดินหายใจสู่ปอดและกระแสเลือด เพิ่มโอกาสของโรคหัวใจและโรคเกี่ยวกับทางเดินหายใจ

ระดับค่าสี PM2.5 อันตรายแค่ไหน?

AQI	ระดับ PM2.5	ประชาชนทั่วไป	กลุ่มเสี่ยง เด็ก/ หญิงตั้งครรภ์/ ผู้สูงอายุ
0-25	0-25	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ
26-50	26-37	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ	- หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - เฝ้าระวังอาการผิดปกติ หากผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที
51-100	38-50	- หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - เฝ้าระวังอาการผิดปกติ หากผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที	- หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - สวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นขนาดเล็ก - มีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์
101-200	51-90	- ควรลดหรือจำกัดการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - สวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นขนาดเล็ก - เฝ้าระวังอาการผิดปกติ หากผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที	- หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - สวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นขนาดเล็ก - มีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์
201 ขึ้นไป	91 ขึ้นไป	- งดการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - สวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นขนาดเล็ก - เฝ้าระวังอาการผิดปกติ หากผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที	- งดการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง - สวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นขนาดเล็ก - เฝ้าระวังอาการผิดปกติ หากผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที