

เวลเนส เซ็นเตอร์ มฟล. ลงพื้นที่รณรงค์การป้องกัน PM 2.5 ห่วงกระทบสุขภาพประชาชน

วันเสาร์ ที่ 23 มีนาคม พ.ศ. 2567, 08.57 น.

แชร์  แชร์ 

ติดตามข่าวด่วน กระแสข่าวบน Facebook คลิกที่นี่



เวลเนส เซ็นเตอร์ มฟล. ลงพื้นที่รณรงค์การป้องกัน PM 2.5 ห่วงกระทบสุขภาพประชาชน

ด้วยจังหวัดเชียงรายประสบปัญหาหมอกภาวะฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 จากไฟฟ้าและหมอกควัน ทั้งจากภายในประเทศและประเทศเพื่อนบ้านที่ใกล้เคียง ซึ่งปกคลุมพื้นที่ในช่วงระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ - พฤษภาคมของทุกปี จนก่อให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน โดยเฉพาะผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก และผู้ป่วยโรคระบบทางเดินหายใจ รองศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ เจริญทรัพย์ รักษาการแทนผู้อำนวยการศูนย์บริการสุขภาพแบบครบวงจรแห่งภาคเหนือและอนุภูมิภาคลุ่มแม่น้ำโขง หรือ เวลเนส เซ็นเตอร์ มฟล. พร้อมผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ ดวงยอด รักษาการแทนหัวหน้าฝ่ายวิชาการและเผยแพร่ฯ นำบุคลากรทั้งผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ ลงพื้นที่เพื่อสร้างเสริมสุขภาพในรูปแบบการให้ความรู้เพื่อตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ (Promotion) โดยมีการนำร่องในพื้นที่ชายขอบที่พบความเสี่ยงค่าฝุ่น PM 2.5 ของจังหวัดเชียงราย อยู่ในระดับสีแดง คือพื้นที่ชายขอบของเขตติดต่อประเทศพม่าและลาว อาทิ อำเภอแม่สาย อำเภอแม่ฟ้าหลวง อำเภอเชียงแสน อำเภอเชียงของ อำเภอเมือง และอำเภอแม่ลาว



เวลเนส เซ็นเตอร์ มฟล. ห่วงผลกระทบจาก PM 2.5 ทำให้อายุขัยเฉลี่ยของประชาชนลดลงทำให้แก่เร็วขึ้นและอายุสั้นลงได้ด้วย อีกทั้งยังเพิ่มอัตราการเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล อันเนื่องมาจากโรคต่างๆ ขณะที่สุดดม PM 2.5 เป็นเวลายาวนาน ยิ่งส่งผลในระดับพันธุกรรม ซึ่งวิธีการป้องกันสำหรับประชาชน และกลุ่มเสี่ยงต่อการได้รับผลกระทบจากฝุ่นที่มีปริมาณ PM 2.5 สูง ควรจะได้รับความรู้ที่เหมาะสม รวมถึงการแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์สำหรับโรคที่เกี่ยวข้องระบบทางเดินหายใจ และการปฏิบัติตัวให้เหมาะสมตามสภาพอากาศที่พบและช่วงวัยที่เหมาะสมสำหรับแต่ละบุคคล โดยเฉพาะส่งผลกระทบต่อการทำงานของ เศรษฐกิจ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

สำหรับวิธีการดูแลตนเองในเมืองต้นให้ปลอดภัยจากฝุ่น PM2.5 มีตั้งแต่การ สวมหน้ากาก N95 (ป้องกันฝุ่น PM 2.5 ได้ไม่น้อยกว่า 95%) หรือสวมหน้ากากอนามัย แบบธรรมดาซ้อนกัน 2 ชั้น การเลี่ยงกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น PM2.5 เลี่ยงกิจกรรมนอกบ้าน ในบริเวณที่มีค่ามลพิษอากาศสูง การจัดทำห้องปลอดฝุ่น โดยจัดให้มีเครื่องฟอกอากาศ ปิดประตูห้อง ประตูหน้าต่างให้มิดชิด ติดตามสถานการณ์คุณภาพอากาศในแอปพลิเคชัน Air4Thai หรือข่าวสารตามช่องทางต่างๆ ทำความสะอาดบ้าน เพื่อลดการสะสมของฝุ่นภายในบ้าน เป็นต้น ทั้งนี้ให้ประชาชนสังเกตอาการ หากมีอาการไอ แน่นหน้าอก รังเวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน หรืออาการอื่นๆ ควรปรึกษาแพทย์ทันที