



ข่าวสิ่งแวดล้อม ประจำ **วันศุกร์ที่ 2 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2561**

หนังสือพิมพ์ **คมชัดลึก** ปีที่ **17** ฉบับที่ **5923** หน้า **9**

Col.Inch : 48.38

Ad Value : 65,313

PRValue (x3) : 195,939

อากาศแปรปรวนสร้างฝุ่น(พิษ) กระทบปอด...ภูมิแพ้...หัวใจ





ในช่วงที่อากาศแปรปรวนเสมือนมีหมอก

ปกคลุม บางครั้งอาจไม่ใช่หมอกแต่เป็นฝุ่นละอองที่มีปริมาณมากเกินขนาดจนเป็นพิษต่อร่างกาย ซึ่งอาจพบเป็นบางวันในช่วงฤดูหนาวถึงต้นฤดูร้อน ผู้ที่มีโรคประจำตัวทางระบบหายใจ ผู้ที่ป่วยด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด ควรต้องระวังและใส่ใจดูแลตัวเองมากเป็นพิเศษเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้

ศูนย์โรคปอดและระบบทางเดินหายใจกรุงเทพ รพ.กรุงเทพ เปิดเผยว่า ปัญหามลพิษทางอากาศเป็นปัญหาหลักของคนเมือง แต่หลายคนอาจไม่เคยรู้ว่า ฝุ่นละอองที่มีปริมาณมากเกินขนาดในชั้นบรรยากาศส่งผลกระทบต่อร่างกายและการใช้ชีวิตได้มากกว่าที่คิด ดังนั้นการรู้เท่าทันในเรื่องนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญ ข้อมูลจากกรมควบคุมมลพิษระบุว่า ฝุ่นละอองในชั้นบรรยากาศมีขนาดตั้งแต่ 0.002 ไมครอน มองด้วยตาเปล่าไม่เห็น ไปจนถึงขนาดใหญ่กว่า 500 ไมครอน ที่สามารถเห็นได้ด้วยตาเปล่าคือฝุ่นที่มีขนาดตั้งแต่ 50 ไมครอนขึ้นไป

ฝุ่นละอองอาจเป็นของแข็งหรือของเหลว แต่ที่แขวนลอยบนอากาศได้เป็นเวลานานคือฝุ่นละออง

ขนาดเล็ก

ฝุ่นละอองที่สามารถเข้าสู่ทางเดินหายใจและส่งผลกระทบต่อสุขภาพมนุษย์ คือฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็กกว่า 10 ไมครอน เมื่อเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจทำให้เกิดการระคายเคืองและทำลายเนื้อเยื่อของอวัยวะนั้นได้ เช่น เนื้อเยื่อปอด หากรับเข้าไปมากเกินขนาดหรือติดต่อกันเป็นเวลานานจะเกิดการสะสมเป็นพังผืดหรือแผล สมรรถภาพปอดเสื่อม หลอดลมอักเสบ หอบหืด ถุงลมโป่งพอง และยังสามารถทำให้ติดเชื้อระบบทางเดินหายใจได้ง่าย

มลพิษทางอากาศในเมืองอย่างกรุงเทพฯ และปริมณฑล มีแหล่งกำเนิดหลักๆ ได้แก่ 1.การจราจร 2.อุตสาหกรรม 3.การเผาในที่โล่ง นอกจากนี้ยังประกอบกับการเกิดสภาพอากาศนิ่ง ลมสงบ และชั้นอากาศผกผันใกล้พื้นดิน ทำให้มลพิษทางอากาศเกิดการสะสมตัวในปริมาณมาก ทำให้เกิดมลพิษทางอากาศจนส่งผลกระทบต่อร่างกายได้ ฝุ่นละอองที่มีมากเกินขนาด ส่งผลกระทบต่อสุขภาพได้มากกว่าที่คิด ได้แก่ ระบบทางเดินหายใจส่วนบน ทำให้มีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล เจ็บคอ ระบบทางเดินหายใจส่วนล่าง ทำให้มีอาการไอ มีเสมหะ หายใจไม่สะดวก หายใจวิ๊ด หายใจไม่อิม แน่นหน้าอก ระบบการไหลเวียนเลือดและหัวใจ ทำให้ร่างกายต้องเพิ่มอัตราการหายใจ เนื่องจากแลกเปลี่ยนออกซิเจนลดลง ทำให้เสี่ยงต่อการหัวใจวาย เป็นต้น วิธีปฏิบัติตัวคือ



ข่าวสิ่งแวดล้อม ประจำ **วันศุกร์ที่ 2 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2561**

หนังสือพิมพ์ **คมชัดลึก** ปีที่ **17** ฉบับที่ **5923** หน้า **9**

Col.Inch : 48.38

Ad Value : 65,313

PRValua (x3) : 195,939

หากเป็นผู้ป่วยเกี่ยวกับโรกระบบทางเดินหายใจควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายกลางแจ้ง บุคคลทั่วไปโดยเฉพาะเด็กและผู้สูงอายุ ไม่ควรทำกิจกรรมภายนอกอาคารเป็นเวลานาน ถ้าหลีกเลี่ยงกิจกรรมนอกอาคารไม่ได้แนะนำให้สวมหน้ากากอนามัยหรือใช้ผ้าปิดจมูก ผู้ที่เป็นเจ้าของรถดูแลรักษาเครื่องยนต์ให้อยู่ในสภาพดีไม่ปล่อยควันดำและลดการใช้รถยนต์ส่วนบุคคลและหันไปใช้ระบบขนส่งมวลชนแทน

ทั้งนี้ประชาชนควรติดตามข่าวสารและปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างใกล้ชิด หากเกิดความผิดปกติกับร่างกายใดๆ ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที สอบถามรายละเอียดได้ที่ศูนย์โรคปอดและระบบทางเดินหายใจ กรุงเทพฯ โทร.0-2310-3000 หรือคอลเซ็นเตอร์ โทร. 1719 อีเมล : info@bangkokhospital.com

● โรงพยาบาลกรุงเทพ ●