

รวมพลังสู้ “ฝุ่น PM 2.5”



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



เสี่ยงกิจกรรม บางชนิดในพื้นที่เสี่ยง



เสี่ยงการออกกำลังกาย
กลางแจ้ง



เสี่ยงการทำงาน
กลางแจ้ง

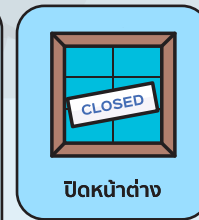


ถ้ามีความจำเป็นอย่าลืมสวม N95

บ้านควรปิดมิดชิด



ปิดประตู



ปิดหน้าต่าง



ทำความสะอาดด้วยผ้าชุบน้ำ



ลดการใช้รถยนต์
หมั่นเช็คสภาพรถ และตรวจควันดำ

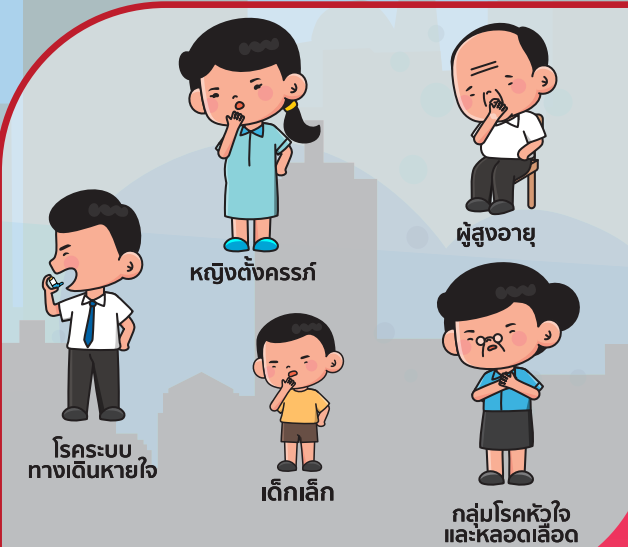


ลดการเผากลางแจ้ง



ลดการเผาขยะ

ลดการก่อฝุ่น



โรคระบบ
ทางเดินหายใจ

หญิงตั้งครรภ์

ผู้สูงอายุ

เด็กเล็ก

กลุ่มโรคหัวใจ
และหลอดเลือด

กลุ่มนี้ต้องระวัง



สำนักโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข