

กรมควบคุมโรค ขอเผยแพร่ “พยากรณ์โรคและภัยสุขภาพรายสัปดาห์”

ฉบับที่ 3/2566 ประจำสัปดาห์ที่ 5 (วันที่ 29 มกราคม – 4 กุมภาพันธ์ 2566)

“จากการเฝ้าระวังของกรมควบคุมโรค พบว่าสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM2.5) ในประเทศไทยตั้งแต่ช่วงเดือน มกราคม 2563 ถึง มกราคม 2566 มีค่าเกินเกณฑ์มาตรฐาน (50 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร) มักเกิดในช่วงรอยต่อฤดูหนาวเข้าสู่ฤดูร้อน คือ ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน ถึง เดือน มีนาคม คาดว่าอากาศไม่ยกตัว อัตราการระบายอากาศค่อนข้างอ่อน/ไม่ดี และอากาศปิดกับมีฝนบางพื้นที่ ส่งผลให้การสะสมของฝุ่นละออง PM2.5 ยิ่งทรงตัว และจากข้อมูลของศูนย์แก้ไขปัญหามลพิษทางอากาศ กรมควบคุมมลพิษ วันที่ 26 มกราคม 2566 พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM2.5 เกินค่ามาตรฐาน พบในพื้นที่ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยคุณภาพอากาศในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ถึงเริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ (พื้นที่สีส้ม) การคาดการณ์แนวโน้มฝุ่นละออง ในช่วงเดือนมกราคม - กุมภาพันธ์ 2566 สถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน จะรุนแรงกว่าปี 2565 เนื่องจากสภาพอากาศที่นิ่งและปิด ประกอบกับมีมวลอากาศเย็นระลอกใหม่จากประเทศจีนแผ่เข้ามา โดยพื้นที่ที่ควรเฝ้าระวัง ได้แก่พื้นที่ กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และภาคเหนือ”

“การพยากรณ์โรคและภัยสุขภาพในสัปดาห์นี้ คาดว่าในช่วงนี้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และ ภาคเหนือ อาจเกิดภัยสุขภาพที่ประชาชนมีโอกาสได้รับผลกระทบจากฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM2.5) ได้แก่ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจขาดเลือด ตาอักเสบ และผิวหนังอักเสบ ประชาชนควรเฝ้าระวังสุขภาพ ลดเวลาการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเองหากมีความจำเป็น ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ ควรหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือหากมีความจำเป็นให้อุปกรณ์ป้องกันตนเอง และขอความร่วมมือ งดการเผาในที่โล่งแจ้ง และตรวจสอบคุณภาพอากาศก่อนออกจากบ้าน ถ้ามีอาการทางสุขภาพ ควรปรึกษาแพทย์ทันที

กรมควบคุมโรค ขอแนะนำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีปริมาณฝุ่นเกินค่ามาตรฐาน ควรเลี่ยงกิจกรรม หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่อาจได้รับผลกระทบโดยตรง ได้แก่ กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และผู้ที่มีโอกาสสัมผัสฝุ่นอย่างต่อเนื่อง เช่น ตำรวจจราจร คนขับรถสาธารณะ คนกวาดถนน คนทำงานในที่โล่งแจ้ง เป็นต้น สำหรับผู้ป่วย 4 กลุ่มโรคสำคัญที่ต้องระวังเป็นพิเศษ คือ 1.กลุ่มโรคหัวใจ และหลอดเลือด 2.กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ 3.กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ และ 4.กลุ่มโรคตาอักเสบ ซึ่งหากได้รับฝุ่นเข้าสู่ร่างกายอาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยหรือมีผลต่อสุขภาพมากกว่าคนทั่วไป ควรสวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่น เช่น หน้ากาก N95 หรือหน้ากากที่มีแผ่นกรองคาร์บอนทุกครั้งที่ออกจากบ้าน หรือเมื่อไปในพื้นที่ที่มีระดับฝุ่น PM2.5 เกินค่ามาตรฐาน นอกจากนี้ ขอให้ประชาชนติดตามรับฟังข่าวสารและข้อมูลจากทางราชการอย่างใกล้ชิด โดยติดตามสถานการณ์ค่าฝุ่น PM2.5 จากเว็บไซต์ของกรมควบคุมมลพิษ <http://air4thai.pcd.go.th/> หรือผ่านทางแอปพลิเคชัน Air4Thai เพื่อตรวจสอบคุณภาพอากาศ และปฏิบัติตัวตามข้อแนะนำ รวมถึงการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม หากมีอาการ ไอ หายใจลำบาก แน่นหน้าอก ใจสั่น

ระคายเคืองตา หรือมีอาการผิดปกติ ให้รีบไปพบแพทย์โดยเร็ว สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วน
กรมควบคุมโรค โทร.1422”