

ปัญหาหมอกควัน



หมอกควัน หมายถึงการสะสมของควันหรือฝุ่นในอากาศ ส่วนใหญ่เกิดจากเผาเศษวัสดุเหลือใช้ทางการเกษตรและไฟฟ้า หมอกควันจัดเป็นมลพิษทางอากาศอย่างหนึ่งในบรรดาสารต่างๆ ที่ปะปนอยู่ในอากาศ หมอกควันจัดเป็นฝุ่นละอองขนาดเล็กกว่า 10 ไมครอน (PM10) ซึ่งมีผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน ความเป็นอันตรายของฝุ่นละอองต่อสุขภาพขึ้นอยู่กับขนาดของฝุ่นละอองความเข้มข้นและระยะเวลาที่สัมผัสรวมทั้งสภาพร่างกายของผู้รับแต่ละคนด้วย



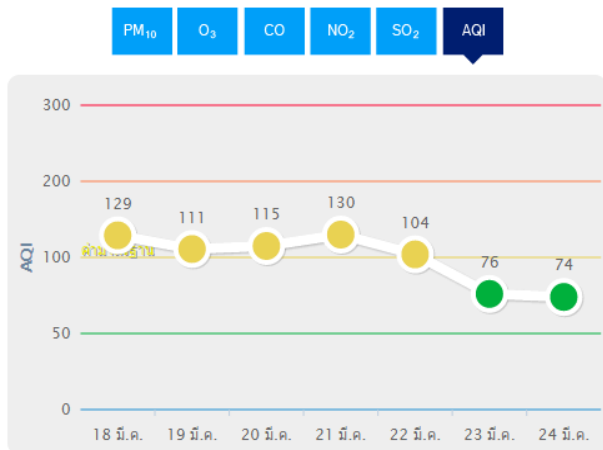
หนทางปรับตัวรับมือปัญหาหมอกควัน

สถานการณ์หมอกควันในเขตพื้นที่ภาคเหนือ เริ่มจากที่เป็นปัญหาเฉพาะพื้นที่ ขณะนี้ได้กลายเป็นปัญหาระดับชาติ ที่ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ความสำคัญในการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจัง เนื่องจากปัญหาดังกล่าวส่งผลกระทบต่อในวงกว้างทั้งด้านสิ่งแวดล้อม สังคม เศรษฐกิจ การท่องเที่ยว และที่สำคัญคือ ผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพของประชาชนเป็นวงกว้างในเวลา

คุณภาพอากาศบริเวณ อ.เมือง, ลำปาง

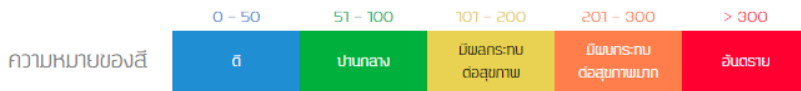
จากผลการตรวจวัดคุณภาพอากาศในพื้นที่ อ.เมือง, ลำปาง พบปริมาณก๊าซโอโซน (O₃) มีค่า 75 ส่วนในล้านส่วน (ppb) อยู่ในเกณฑ์คุณภาพปานกลาง

กราฟคุณภาพอากาศแสดงค่าของมลพิษตามแต่ละสถานี



ตารางแสดงคุณภาพอากาศย้อนหลัง 7 วัน

วันที่	PM ₁₀ (ug/m ³) Avg	O ₃ (ppb) Max	CO (ppm) Avg 8hr Max	NO ₂ (ppb) Avg	SO ₂ (ppb) Avg	AQI	คุณภาพอากาศ
24 มี.ค.	ไม่มีข้อมูล	75	0.96	22	1	74	คุณภาพปานกลาง
23 มี.ค.	ไม่มีข้อมูล	76	1.29	22	1	76	คุณภาพปานกลาง
22 มี.ค.	127	93	2.39	20	2	104	มีผลกระทบต่อสุขภาพ
21 มี.ค.	189	114	2.38	40	2	130	มีผลกระทบต่อสุขภาพ
20 มี.ค.	154	111	2.19	37	2	115	มีผลกระทบต่อสุขภาพ
19 มี.ค.	143	104	1.85	43	2	111	มีผลกระทบต่อสุขภาพ
18 มี.ค.	186	108	2.05	32	2	129	มีผลกระทบต่อสุขภาพ



- สถานีตรวจวัดที่ห้วยมูรายวัน
- สถานีตรวจวัดที่ห้วยมูรายชั่วโมง

สำหรับข้อแนะนำเพื่อป้องกันปัญหาจากหมอกควันนั้นได้แก่ หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่มีหมอกควันหรือฝุ่นละออง ถ้าจำเป็นต้องอยู่ในสถานที่ที่มีหมอกควันหรือฝุ่นละออง ควรใช้หน้ากากอนามัยชนิดกรอง 3 ชั้นปิดปากและจมูก เพราะจะช่วยป้องกันฝุ่นละอองที่มีขนาดใหญ่กว่า 5 ไมครอนได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้หน้ากากอนามัยชนิด N95 ที่สามารถกรองฝุ่นละอองที่มีขนาดตั้งแต่ 0.3 ไมครอนได้ ควรเปลี่ยนหน้ากากอนามัยทุกวัน และถ้าเป็นไปได้ควรใช้แบบครั้งเดียวทิ้ง เพื่อสุขลักษณะที่ดี

หากจำเป็นต้องอยู่ในสถานที่ที่มีฝุ่นละอองติดต่อกันยาวนาน เช่น เกินกว่าสัปดาห์ หรือเดือน ควรเตรียมความพร้อมด้านการกรองอากาศในที่อยู่อาศัย เช่น ติดระบบกรองอากาศในบ้าน ซึ่งจะช่วยลดผลกระทบของฝุ่นต่อร่างกายได้ โดยเลือกใช้ระบบกรองอากาศที่เหมาะสม และสามารถถอดล้างได้ในระยะยาว สำหรับบริเวณพื้นที่ว่างเปล่า ควรปลูกพืชคลุมหน้าดินไว้ เพื่อลดโอกาสที่ฝุ่นละอองจะลอยฟุ้งขึ้นมาในอากาศได้

สำหรับผู้ที่มิโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือด โรคความดัน โรคระบบทางเดินหายใจ โรคภูมิแพ้ โรคหอบหืด ควรเตรียมยาประจำตัวให้พร้อมและพกติดตัว เพื่อป้องกันและใช้รักษาเมื่ออาการกำเริบ หากมีอาการผิดปกติ เช่น หายใจลำบาก แน่นหน้าอก ควรรีบพบแพทย์ที่โรงพยาบาลหรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน



ข้อเสนอแนะสำหรับประชาชนในการปฏิบัติตน

- ใช้ผ้าชุบน้ำพอมหาตๆ ปิดจมูกและปาก ในกรณีที่อยู่ในบริเวณที่มีหมอกควัน
- ปิดหน้าต่าง ประตู เพื่อป้องกันไม่ให้ฝุ่นควันเข้าบ้าน
- ไม่อยู่ในบริเวณที่มีหมอกควันปกคลุม โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ เด็ก คนชรา ผู้ป่วยโรคมะเร็ง หอบหืด
- ผู้เป็นโรคหอบหืด โรคหัวใจ โรคปอด เด็ก และคนชรา ควรพักผ่อนอยู่ในบ้าน โดยผู้ป่วยด้วยโรคดังกล่าวควรเตรียมยาและอุปกรณ์ที่จำเป็นให้พร้อม
- เมื่อมีอาการผิดปกติหลังจากสูดดมหมอกควัน ควรรีบไปพบแพทย์ทันที
- งดเว้นการสูบบุหรี่และควรดื่มน้ำบ่อยๆ ในช่วงที่มีฝุ่นควันรบกวน
- หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายและการทำงานหนักที่ต้องออกแรงมากในบริเวณที่มีฝุ่นควันรบกวน
- ติดตามรับฟังข่าวสารและข้อมูลจากทางราชการอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และมีการปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง
- งดการรองรับน้ำฝนไว้ใช้อุปโภคบริโภคชั่วคราว แต่ถ้าหากจำเป็นต้องรองน้ำควรปล่อยให้ฝนตกลงมาอย่างน้อย 1 ชั่วโมง-ก่อนรองน้ำไว้ใช้