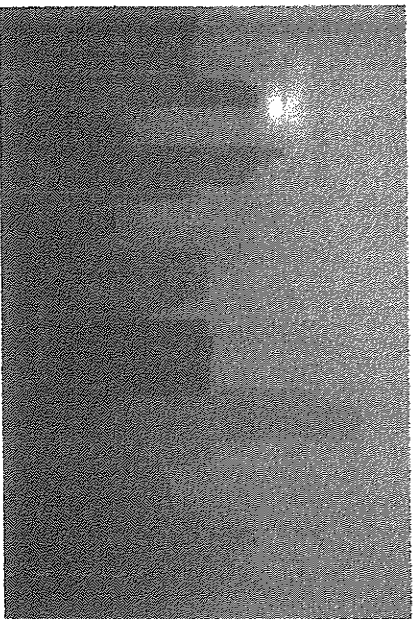


ฝุ่น PM ๒.๕ ภัยร้ายใกล้ตัวเรา



ช่วงนี้อากาศบ้านเราเต็มไปด้วยมลพิษ PM ๒.๕ โดยมีค่ามลภาวะทางอากาศสูงมากติดอันดับต้นๆ ของโลก ฝุ่น PM ๒.๕ หลายนกคงคุ้นชื่อ แต่ทราบหรือไม่ว่าฝุ่นมลพิษนี้ทำร้ายร่างกายเราอย่างไรบ้าง? วันนี้ผมจะมาพูดถึงเจ้าฝุ่น PM๒.๕ นี้คืออะไร มีผลเสียต่อร่างกายและผิวหนังอย่างไรบ้าง และเราจะป้องกันได้อย่างไร

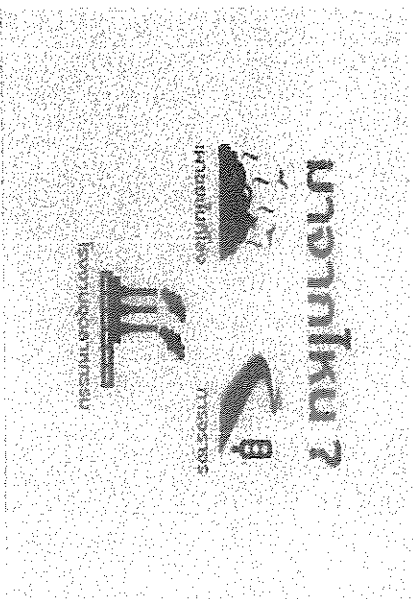
ฝุ่น PM ๒.๕ คืออะไร?

คือฝุ่นละอองในอากาศที่มีขนาดเล็กอนุภาคเล็กมาก ๆ (ขนาดเล็กกว่า ๒.๕ ไมครอน หรือ ไมโครเมตร) (PM ย่อมาจาก Particulate Matters) ด้วยขนาดที่เล็กมาก ๆ เราจึงมองไม่เห็นด้วยตาเปล่า แต่ถ้าฝุ่นนี้มีปริมาณสูงมาก ๆ ในอากาศ จะรู้สึกส่ายกับมีหมอกหรือควันสีขาว

ใหญ่มาจากการเผาไหม้จากท่อไอเสียของเครื่องยนต์ ควันบุหรี่ การเผาขยะ เผาหญ้า เผาเชื้อเพลิงที่ใช้โรงงาน เป็นต้น

ฝุ่น PM ๒.๕ นี้ยังสามารถรวมตัวกับสารมลพิษ เช่น สารไฮโดรคาร์บอน และโลหะหนัก และด้วยขนาดที่เล็กมากจึงสามารถลอดผ่านปากรองของจมูก ไปยังหลอดลม และลงลึกจนถึงถุงลมปอดและซึมเข้าสู่กระแสเลือด และทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย

ฝุ่น PM ๒.๕ มาจากไหน ?



แหล่งกำเนิดสำคัญ คือ การจราจร โรงงานอุตสาหกรรม การเผาไหม้ขยะสารที่สักรับมาเป็นองค์ประกอบ สามารถเข้าสู่ทางโพรงจมูก แล้วเข้าสู่กระแสเลือด

ฝุ่น PM ๒.๕ มีผลเสียต่อร่างกายอย่างไร? ในวันที่อากาศไม่ดี มีค่าฝุ่นมลพิษสูง หลายนกจะรู้สึกแสบตา แสบจมูก เจ็บคอ

ระบบที่มีผลกระทบมาก คือระบบทางเดินหายใจ เมื่อหายใจเอาฝุ่น PM๒.๕ เข้าไป จะรู้สึกแสบจมูก ไม่สบาย ไอและมีเสมหะได้ ในคนไข้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคภูมิแพ้ โรคปอด (เช่น หอบหืด, ถุงลมโป่งพอง) ต้องระวังสุขภาพเป็นพิเศษ เนื่องจากฝุ่นนี้จะทำให้โรคกำเริบได้ง่าย

ระยะยาวมีผลทำให้เกิดโรคมะเร็งปอดและ โรคระบบหัวใจและหลอดเลือดได้

นอกจากนี้ยังทำลายผิวของเราได้ด้วย ผิวหนังบางบริเวณที่ห่อหุ้มร่างกาย จึงหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญฝุ่นมลพิษได้ยาก

