



กรมการแพทย์  
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

# ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข  
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-25918254 โทรสาร 0-2591-8266

e-mail : pr\_dms@yahoo.co.th

www.dms.moh.go.th



## กรมการแพทย์ห่วงสุขภาพคนกรุงแนะวิธีเลี่ยงมลพิษทางอากาศ

กรมการแพทย์เผยปัญหาหมอกพิษทางอากาศส่งผลกระทบต่อสุขภาพต่อคนกรุงเทพมหานคร และผู้มีโรคประจำตัว ผู้สูงอายุและเด็ก หลีกเลี่ยงหรือลดกิจกรรมที่อยู่ภายนอกอาคารเมื่อระดับมลพิษทางอากาศสูงพร้อมแนะประชาชนร่วมกันลดมลพิษทางอากาศ

นายแพทย์สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ อธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่าปัญหาหมอกพิษทางอากาศ (Smog) มีมากขึ้น โดยเฉพาะในเขตเมืองหลวงหรือกรุงเทพมหานคร ซึ่งในบางครั้งไม่สามารถ หลีกเลี่ยงได้ ดังนั้น สิ่งที่สำคัญคือประชาชนควรตระหนักถึงผลกระทบที่จะเกิดมลพิษทางอากาศ และผลกระทบต่อสุขภาพเพื่อจะได้ใช้ชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย ซึ่งมลพิษทางอากาศที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพมีส่วนผสมของก๊าซและอนุภาคที่เล็กมากจะมองไม่เห็นหรือไม่มีกลิ่นขึ้น อยู่กับหลายปัจจัยคือ ระดับและชนิดของมลพิษในอากาศ อายุและสภาวะสุขภาพ ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคเรื้อรังหรือ ผู้ที่สูบบุหรี่จะได้รับผลกระทบมากกว่า ความแปรปรวนของอากาศ ถ้าอากาศเย็นจะมีมลพิษทางอากาศลอยตัวต่ำมากขึ้น ถ้าฝนตก สถานการณ์จะดีขึ้นระยะเวลาการสัมผัส ถ้าอยู่นอกบ้านและหายใจหรือสัมผัสสมากจะมีผลมากขึ้น และ ถ้าอยู่อาศัยในบริเวณที่มี มลพิษทางอากาศ เช่นในเมืองหลวงจะมีผลมากกว่า ดังนั้น ประชาชนควรติดตามข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ หรือคำเตือนต่างๆ จากหน่วยงานรัฐอย่างสม่ำเสมอ

นายแพทย์สมบูรณ์ ทศบวร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี เปิดเผยว่าผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากมลพิษทางอากาศ จะทำให้เกิดการระคายเคืองต่อตา จมูกคอ ทางเดินหายใจ ทำให้คันเคืองตา แน่นจมูก เจ็บคอ ไอ หายใจลำบากและทำให้ ผู้ป่วยโรคหัวใจหรือโรคปอดแสดงอาการมากขึ้นแต่ยังไม่มียาหลักฐานชัดเจนว่าการสัมผัสระยะยาวจะทำให้เกิดมะเร็งหรือไม่ นอกจากนี้ เมื่อเกิดมลพิษทางอากาศขึ้น จะทำให้คนที่เป็โรคหอบหืด ถุงลมโป่งพอง หรือโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดแสดงอาการ มากขึ้นเช่นกัน จากการศึกษาพบว่า โอโซน จะเข้าไปทำลายเนื้อปอดอย่างต่อเนื่องแม้จะไม่มีอาการเลย ผู้ที่เป็น โรคปอดและหัวใจจะเป็นกลุ่มเสี่ยง โดยเฉพาะผู้สูงอายุ และเด็กจะทำให้มีความเสี่ยงมากยิ่งขึ้น เนื่องจากมีความไวต่อผลของมลพิษ ทางอากาศ ดังนั้น ผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือเป็กลุ่มเสี่ยงดังกล่าว หากพบอาการผิดปกติต่างๆ ควรรีบพบแพทย์ เพื่อรักษาอย่างทันท่วงที

นายแพทย์อดุลย์ วัฒนกุล รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลนพรัตนราชธานีและ นายกสภาคมนตรีจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมแห่งประเทศไทย เปิดเผยว่า มลพิษทางอากาศ (Smog) คือ อนุภาคและโอโซน นอกจากนี้ยังมีสารอื่นๆ ได้แก่ ซัลเฟอร์ไดออกไซด์ และคาร์บอนมอนนอกไซด์ ซึ่งอนุภาค (Particulate Matter-PM)เกิดจากอนุภาคนขนาดเล็กที่ทำให้อากาศเกิดมลพิษ มีขนาดแตกต่างกันไป และเป็นสารเคมีชนิดต่างกัน มีแหล่งกำเนิดจากอุตสาหกรรม และยานพาหนะ ฝุ่นบนถนน การก่อสร้าง การเผาไม้ และการเกษตรดังนั้น จึงขอแนะนำการปฏิบัติตัวที่สำคัญ คือหลีกเลี่ยงหรือลดกิจกรรมที่ต้องออกนอกอาคารเมื่อระดับ มลพิษทางอากาศสูง โดยเฉพาะในช่วงบ่าย ที่ระดับโอโซนภาคพื้นดินสูง ให้ทำกิจกรรมอยู่ภายในอาคารแทนลดการออกกำลังกายใกล้บริเวณที่มีรถจำนวนมาก โดยเฉพาะในช่วงเวลาเร่งด่วน สำหรับผู้ที่ป่วยเป็น โรคหัวใจหรือโรคปอด ควรปรึกษาแพทย์ถึงวิธีการป้องกันเพิ่มเติมให้เหมาะกับวิถีชีวิตของแต่ละคน ทั้งนี้ ประชาชนทุกคนควรมีส่วนร่วมในการช่วย ลดปริมาณมลพิษทางอากาศ ได้แก่ ควร ใช้รถประจำทาง หรือรถขนส่งมวลชน แทนรถส่วนตัว เพื่อลดมลพิษทางอากาศ ลดการใช้พลังงานในบ้าน และไม่ควร เผาใบไม้ กิ่งไม้หรือขยะ เพราะจะก่อให้เกิดมลพิษทางอากาศได้