

รายงานค่าฝุ่น PM_{2.5} เฉลี่ยรายวัน (ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร) ณ ศูนย์บริการสาธารณสุขที่ ๒ - ๑๑ เทศบาลนครนนทบุรี

จุดตรวจวัด																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลนคร นนทบุรีที่ 10 ต.ท่าทราย อ.เมือง จ.นนทบุรี	103	89	84	47	97	67	72		55	61	58	48	65	42	46	45	59	32	55	76	59	46	37	52	51	51	28	18	58	60	52	71
ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลนคร นนทบุรีที่ 11 ต.ท่าทราย อ.เมือง จ.นนทบุรี	110	92	80	51	67	92	61		56	65	51	56	68	47	51	53	50	33	62	72	79	54	56	70	69	61	37	38	80	89	71	90
ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลนคร นนทบุรีที่ 2 ต.สวนใหญ่ อ.เมือง จ.นนทบุรี	91	83	82	43	64	50	51		52	56	48	50	65	36	48	46	49	32	51	77	70	46	43	50	N/A	N/A	37	43	64	66	69	85
นนทบุรีที่ 3 ต.บางกระสอ อ.เมือง จ. นนทบุรี	88	73	74	35	62	43	53		43	48	44	46	54	38	36	22	47	21	43	65	62	45	52	56	55	55	32	25	57	59	54	71
นนทบุรีที่ 4 สมรโกฏิ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี	74	63	74	39	58	42	45		47	50	41	42	57	38	40	38	39	24	46	58	62	44	44	53	47	41	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลนคร นนทบุรีที่ 5 ทรายทอง อ.เมือง จ.นนทบุรี	51	41	42	10	30	17	14		16	13	8	12	21	11	9	6	13	3	26	33	31	9	15	20	27	19	7	4	29	53	25	35
นนทบุรีที่ 6 ต.บางกระสอ อ.เมือง จ. นนทบุรี	80	66	69	39	64	40	47		48	52	39	43	55	32	39	36	36	19	39	60	67	43	47	53	50	43	17	22	58	55	49	67
นนทบุรีที่ 7 ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ. นนทบุรี	117	102	107	56	76	86	56		59	60	68	55	68	50	69	71	67	56	87	89	76	55	59	78	116	78	45	33	132	84	73	92
นนทบุรีที่ 8 ต.บางเขน อ.เมืองนนทบุรี จ. นนทบุรี	96	78	77	37	27	N/A	N/A		N/A	N/A	N/A	45	N/A	N/A	N/A	N/A	37	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลนคร นนทบุรีที่ 9 ไขแสง กำเนิดมี ต.บางเขน อ.เมืองนนทบุรี จ.นนทบุรี	75	68	72	33	55	36	52		45	50	46	47	54	38	36	24	41	30	37	62	56	41	45	65	51	48	28	25	57	57	58	72

 ระดับดีมาก (0 – 15.0 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร)	- ประชาชนทุกคน สามารถทำกิจกรรมกลางแจ้งได้
 ระดับดี (15.1 – 25.0 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร)	- ประชาชนทั่วไป สามารถทำกิจกรรมนอกอาคารได้ตามปกติ - กลุ่มเสี่ยง หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมนอกอาคารและควรเฝ้าระวังตนเอง
 ระดับปานกลาง (25.1 – 37.5 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร)	- ประชาชนทั่วไป เลี่ยงออกกำลังกายกลางแจ้ง /การทำงานที่ใช้แรงมาก หากมีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์ - กลุ่มเสี่ยง ลดระยะเวลาการออกกำลังกายกลางแจ้ง สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง
 ระดับที่เริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ (37.6 – 75.0 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร)	- ประชาชนทุกคน ควรลดระยะเวลาออกกำลังกายกลางแจ้ง/การทำงานที่ใช้แรงมาก สวมหน้ากากอนามัยป้องกันฝุ่นละอองทุกครั้ง เมื่ออยู่กลางแจ้ง
 ระดับที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ (75.1 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตรขึ้นไป)	- ประชาชนทุกคน งดกิจกรรมนอกอาคาร และการออกกำลังกายกลางแจ้งอยู่ในห้องที่ปิดฝุ่น สวมหน้ากากป้องกันฝุ่นทุกครั้งและหากมีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์ ผู้มีโรคประจำตัวเตรียมยาและอุปกรณ์ที่จำเป็นให้พร้อมรวมถึงปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

การวิเคราะห์และสรุปผลค่าฝุ่น PM_{2.5} ประจำเดือนธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

๑. จากการตรวจวัดค่าฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน (PM_{2.5}) ระหว่างวันที่ ๒-๓ และวันที่ ๑๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ พบว่า ค่าฝุ่น PM_{2.5} อยู่ในระดับ “ดีมาก” อย่างต่อเนื่อง โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในช่วง ๕-๒๐ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร (µg/m³) ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ค่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ไม่เกิน ๓๗.๕ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร

๒.วันที่มีค่าฝุ่น PM_{2.5} สูงสุด คือวันที่ ๒๘ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ ตรวจวัดได้ค่า ๑๓๒ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร (µg/m³) ณ จุดตรวจวัด ศูนย์บริการสาธารณสุขที่ ๗ ตำบลตลาดขวัญ ซึ่งอยู่ในระดับที่เริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ จำเป็นต้องเฝ้าระวังและแจ้งเตือนประชาชนอย่างใกล้ชิด

๓.วันที่มีค่าฝุ่น PM_{2.5} ต่ำสุด คือวันที่ ๑๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ ตรวจวัดได้ค่า ๓ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร (µg/m³) โดยพบว่าค่าฝุ่นอยู่ในระดับต่ำมากในทุกจุดตรวจวัดของศูนย์บริการสาธารณสุขในพื้นที่ ศูนย์บริการสาธารณสุขที่ ๕ ทรายทอง

คำแนะนำในการป้องกันฝุ่น PM_{2.5}

๑. สวมหน้ากากอนามัยที่มีประสิทธิภาพ เช่น หน้ากาก N๙๕ เมื่ออยู่ในพื้นที่ที่ค่าฝุ่นสูง
๒. ปิดประตู-หน้าต่าง ลดการเปิดหน้าต่างในวันที่ค่าฝุ่นสูง เพื่อป้องกันไม่ให้ฝุ่นเข้าสู่บ้านหรืออาคาร
๓. ติดตั้งเครื่องกรองอากาศ ใช้เครื่องกรองอากาศในบ้าน โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หรือผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจ
๔. หลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง งดออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งในวันที่มีค่าฝุ่นเกินมาตรฐาน
๕. ติดตามข้อมูลคุณภาพอากาศ ตรวจสอบข้อมูลค่าฝุ่น PM_{2.5} ผ่านแอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์ เช่น Air4Thai เพื่อวางแผนการใช้ชีวิตประจำวัน
๖. ส่งเสริมการลดฝุ่นในระยะยาว: ลดการใช้รถยนต์ส่วนตัว และเลือกใช้ระบบขนส่งสาธารณะหลีกเลี่ยงการเผาขยะหรือการเผาในที่โล่งแจ้งปลูกต้นไม้เพื่อช่วยกรองอากาศ