



องค์การบริหารส่วนตำบลละลมใหม่พัฒนา



“บริการด้วยความจริงใจ โปร่งใสในการปฏิบัติงาน ยึดธรรมาภิบาลเป็นสำคัญ”



โครงการส่งเสริม และพัฒนาศักยภาพเด็ก ประจำปี 2568



“ตำบลน่าอยู่ ชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจดี คนมีคุณธรรม”

โครงการอบรม และศึกษาดูงานแกนนำสุขภาพและเครือข่ายสุขภาพ
ประจำปี 2568



พิธีบวงสรวงอนุสาวรีย์ท้าวสุรนารี (ย่าโม) องค์ประจำอำเภอโชคชัย
ประจำปี 2568

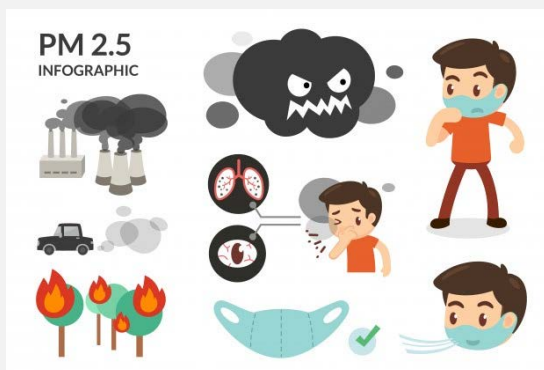


“ ตำบลน่าอยู่ ชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจดี คนมีคุณธรรม ”

วิธีป้องกันฝุ่น pm 2.5

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข แนะนำวิธีปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันอันตรายจากสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน หรือ PM 2.5 เกินค่ามาตรฐาน โดยเฉพาะประชาชนกลุ่มเสี่ยง 4 กลุ่มโรค ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด, โรคระบบทางเดินหายใจ, โรคเยื่อตาอักเสบ และโรคผิวหนัง

1. ให้อยู่ภายในอาคารบ้านเรือน หากไม่จำเป็นต้องอยู่ออกนอกบ้าน โดยเฉพาะประชาชนกลุ่มเสี่ยง
2. ปิดประตูหน้าต่าง ป้องกันฝุ่นเข้า หากปิดไม่ได้ให้ใช้ผ้าชุบน้ำทำเป็นม่านปิดแทน
3. หากต้องออกนอกบ้าน ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดพอหมาดๆ ปิดจมูกและปาก หรือใส่หน้ากากกรองฝุ่น
4. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกาย และทำงานหนัก เมื่ออยู่นอกบ้าน
5. ให้ดื่มน้ำมาก ๆ และไม่สูบบุหรี่ ในช่วงที่มีปัญหาฝุ่นขนาดเล็ก
6. ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง ผู้สูงอายุ ผู้หญิงตั้งครรภ์ และเด็กเล็ก จะต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสอากาศที่มีฝุ่นละออง
7. ไม่เผาขยะ โดยเฉพาะขยะที่เป็นสารพิษ เช่น พลาสติก ขางรถยนต์ รวมทั้งขยะทั่วไป
8. ลดการใช้รถยนต์ หรือใช้เท่าที่จำเป็น เพื่อไม่ให้มลพิษจากท่อไอเสีย ทำให้คุณภาพอากาศแย่ลง



“ ตำบลน่าอยู่ ชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจดี คนมีคุณธรรม ”