มั่นคง ตรงไป ตรงมา
แนวหน้า
วันศุกร์ ที่ 25 พฤศจิกายน พ.ศ. 2565

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา https://www.naewna.com/newhilight

เกาะติด! รายงานสถานการณ์ผู้ติดเชื้อไวรัส COVID-19 ทั่วโลก

วันจันทร์ ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2566, 07.43 น.

ติดตามรายงานสถานการณ์การแพร่ระบาดล่าสุดของ ไวรัสโควิด-19 จากประเทศต่างๆ ทั่วโลก ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566 มีรายละเอียดดังต่อไปนี้...

ผู้ติดเชื้อรวม : 681,529,950

ผู้เสียชีวิตรวม : 6,811,898

รักษาหายรวม : 654,429,539

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา: https://www.dailynews.co.th/news/๒๐๖๔๑๔๑/

สหรัฐยกเลิกมาตรการตรวจโควิด-19 “นักเดินทางจากจีน”

หน่วยงานสาธารณสุขของรัฐบาลวอชิงตัน ประกาศยุติมาตรการ ตรวจคัดกรองโควิด-19 กับผู้ที่เดินทางมาจากจีน ฮ่องกง และมาเก๊า ตั้งแต่วันที่ 10 มี.ค. ที่ผ่านมา

สำนักข่าวซินหัวรายงานจากนครลอสแอนเจลิส ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อวันที่ 11 มี.ค. ว่า ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคสหรัฐ (ซีดีซี) ประกาศยกเลิกมาตรการตรวจคัดกรองโรคโควิด-19 กับผู้ที่เดินทางมาจากจีน และเขตบริหารพิเศษอีกสองแห่งของรัฐบาลปักกิ่ง คือ ฮ่องกงและมาเก๊า ตลอดจนท่าอากาศยานที่กำหนด มีผลตั้งแต่วันศุกร์ที่ผ่านมา หลังบังคับใช้ตั้งแต่ต้นเดือน ม.ค. ปีนี้

สำหรับท่าอากาศยานนานาชาติที่กำหนดตามรายชื่อของซีดีซี ได้แก่ ท่าอากาศยานนานาชาติอินชอนของเกาหลีใต้ ท่าอากาศยานนานาชาติโทรอนโต เพียร์สัน ในเมืองโทรอนโต ของแคนาดา และท่าอากาศยานนานาชาติแวนคูเวอร์ ในเมืองแวนคูเวอร์ของแคนาดา

ทั้งนี้ ผู้โดยสารที่เดินทางมาจากสนามบินเหล่านี้ ไม่ต้องเข้ารับการตรวจโรคโควิด-19 และไม่ต้องแสดงผลตรวจโรคโควิด-19 ที่เป็นลบ หรือแสดงเอกสารการหายป่วยจากโรคดังกล่าว ก่อนเดินทางด้วยเครื่องบินจากกลุ่มพื้นที่ข้างต้น และมีจุดหมายปลายทาง คือ สหรัฐ.

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา : https://www.hfocus.org/content/

ปัญหาฝุ่น PM2.5 ผลกระทบสุขภาพ หมอแนะช่องทางเช็คค่าฝุ่น - ประเมินตัวเอง

กระทรวงสาธารณสุขเตือนประชาชนระวังผลกระทบ ฝุ่น PM2.5 แนะช่องทางประเมินสุขภาพ และเช็คค่าฝุ่นก่อนออกจากบ้าน ขณะที่ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์ฯ ออกประกาศแนวปฏิบัติสำหรับประชาชน

สถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 ยังคงมีอยู่... และหลายพื้นที่ได้รับผลกระทบต่อสุขภาพ(สีส้ม) กระจายในจังหวัดต่างๆ โดยเฉพาะในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จนหน่วยงานด้านสุขภาพต้องออกคำแนะนำประชาชน โดยเฉพาะหน่วยงานในกระทรวงสาธารณสุข ออกคำแนะนำเรื่องนี้มาตลอด

กรมอนามัย เตือนฝุ่น PM2.5 ผลกระทบหลายระบบร่างกาย

กรมอนามัย โดยนพ. สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย อธิบดีกรมอนามัย ออกมาเตือนว่า ฝุ่น PM 2.5 หากรับเข้าสู่ร่างกายในระยะยาว จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ทำให้เกิดโรคทั้งระบบทางเดินหายใจ ระบบหัวใจและหลอดเลือด และมะเร็งปอด เนื่องจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก จะเข้าไปทำให้เนื้อเยื่อปอดอักเสบ ส่งผลต่อกระบวนการแบ่งตัวผิดปกติภายในเซลล์ ส่งผลให้กลายเป็นเซลล์มะเร็ง หากได้รับในปริมาณมากและระยะยาว

นอกจากนี้ ยังมีองค์ประกอบของสารเคมีบางชนิดที่ก่อให้เกิดมะเร็ง เช่น โพลีไซคลิกอโรมาติกไฮโดรคาร์บอน หรือสารอินทรีย์ระเหยง่าย ซึ่งส่งผลให้เกิดมะเร็งปอดได้เช่นเดียวกัน ซึ่งองค์การวิจัยโรคมะเร็งนานาชาติ (International Agency for Research on Cancer, IARC, 2013) ระบุว่า มลพิษทางอากาศ และฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM2.5) เป็นสารก่อมะเร็งในมนุษย์

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา : https://www.hfocus.org/content/

ฝุ่น PM2.5 อีกสาเหตุเสี่ยงมะเร็งปอด

การรับสัมผัสฝุ่นพีเอ็ม จึง เป็นสาเหตุหนึ่งที่ก่อให้เกิดมะเร็งปอด นอกจากการได้รับควันบุหรี่ หรืออยู่ในสถานที่ทำงานที่มีสารก่อมะเร็ง หรืออาจเกิดจากพันธุกรรม โดยจากข้อมูลการศึกษาภาระโรคขององค์การอนามัย ปี 2562 พบว่า คนไทยเสียชีวิตจากฝุ่นละอองในบรรยากาศ จำนวนรวม 31,081 ราย โดยมีสาเหตุจากโรคหัวใจขาดเลือด (Ischemic heart disease) 11,408 ราย โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) 7,274 ราย โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD) 3,043 ราย และมะเร็งปอด 2,464 ราย นอกจากนี้ รายงานการเจ็บป่วยโรคจากมลพิษทางอากาศของคลังข้อมูลสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข พบว่าการเจ็บป่วยจากมลพิษทางอากาศ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี รวมถึง มะเร็งปอด ซึ่งในปี 2565 พบรายงานผู้ป่วยมะเร็งปอดถึง 189,713 ราย คิดเป็น 291.18 ต่อแสนประชากร

เตือนประชาชนกลุ่มเสี่ยง เด็ก โรคหอบหืด ผู้สูงอายุ

กรมอนามัยขอให้ประชาชนและกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็ก ผู้ป่วยโรคหอบหืด ผู้สูงอายุ ป้องกันตนเองจากฝุ่น โดยลดกิจกรรมนอกบ้านและอยู่ภายในบ้านหรือในอาคารให้มากขึ้น ควรใส่หน้ากากสำหรับป้องกันฝุ่น PM 2.5 เมื่อต้องออกนอกอาคาร งดออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงในที่ที่มีฝุ่นมาก งดสูบบุหรี่ และหากมีอาการผิดปกติ เช่น มีอาการระคายเคืองบริเวณทางเดินหายใจ แสบจมูก แสบคอ หายใจไม่สะดวก เหนื่อยง่าย หรือไอ ให้รีบปรึกษาแพทย์ทันที และให้ช่วยกันลดกิจกรรมที่ทำให้เกิดฝุ่นเพื่อสุขภาพที่ดีในระยะยาว

ช่องทางเช็คฝุ่น ประเมินสุขภาพตัวเอง

อีกทั้ง ประชาชนควรเฝ้าระวังตนเองด้วยการประเมินอาการจากการรับสัมผัส PM2.5 พร้อมรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นได้ที่เว็บไซต์ “4HealthPM2.5” หรือ เว็บไซต์ “คลินิกมลพิษออนไลน์” และหากมีอาการรุนแรง เช่น แน่นหน้าอก หายใจลำบาก เหนื่อยง่าย หายใจมีเสียงหวีด ให้รีบไปพบแพทย์ หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมสามารถสอบถามได้ที่ สายด่วนกรมอนามัย 1478 หรือกรมควบคุมโรค 1422

ผู้สื่อข่าวรายงานว่า ประชาชนสามารถเช็คค่าฝุ่นก่อนออกจากบ้านผ่านแอปพลิเคชั่นต่างๆ ซึ่งปัจจุบันมีจำนวนมาก โดยมีอีกหนึ่งแอปฯ ของคนไทย คือ แอปพลิเคชัน “เช็คฝุ่น” เป็นความร่วมมือกันระหว่างสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ สำนักงานพัฒนาเทคโนโลยีอวกาศและภูมิสารสนเทศ(องค์การมหาชน) หรือ Gistda และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ นอกจากนี้ ยังสามารถประเมินสุขภาพตนเอง ผ่านเว็บไซต์ https://4health.anamai.moph.go.th/

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา : https://www.hfocus.org/content/

ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์ฯ ออกแนวปฏิบัติตัวของประชาชนต่อฝุ่น PM2.5

ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย และองค์กรวิชาชีพที่เกี่ยวข้องออกประกาศ การปฏิบัติตัวของประชาชนในช่วงวิกฤตฝุ่น PM2.5" ประกอบด้วย

1. หมั่นตรวจสอบคุณภาพอากาศ

จากแหล่งข้อมูลของรัฐและเอกชนอย่างสม่ำเสมอ หรือใช้เครื่องวัดปริมาณฝุ่นแบบพกพา เพื่อวางแผนกิจวัตร ประจำวันให้เหมาะสมและให้หลีกเลี่ยงการสัมผัส สูด PM2.5 โดยการจัดให้มีพื้นที่ปลอดภัย (safetyzone)

ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

ที่มา : https://www.hfocus.org/content/

2. เมื่อค่า PM2.5 ในขณะนั้น (ค่ารายชั่วโมง) ขึ้นสูงเกินเกณฑ์ คือ

ก. สูงกว่า 50 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร กลุ่มเสี่ยงควรงดทำกิจกรรมกลางแจ้ง บุคคลทั่วไปควรลดและปรับเวลาทำกิจกรรมกลางแจ้ง โดยใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา

ข. สูงกว่า 100 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร ทุกคนควรงดทำกิจกรรมกลางแจ้ง ยกเว้นผู้ที่ต้องทำหน้าที่บริการสาธารณะกลางแจ้งให้ใส่หน้ากาก N95 ตลอดเวลา

ค. สูงกว่า 150 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร ทุกคนควรอยู่ในตัวอาคารซึ่งติดตั้งระบบระบายและฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพเพียงพอ ยกเว้นผู้ที่ต้องทำหน้าที่บริการสาธารณะกลางแจ้ง ให้ใส่หน้ากาก N95 ตลอดเวลา และจำกัดช่วงเวลาปฏิบัติงานไม่ให้เกินครั้งละ 60 นาที

3.ขณะที่ปริมาณฝุ่นภายนอกขึ้นสูง

ภายในตัวอาคารควรจัดให้มีระบบระบายและฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพเพียงพอ

4.การออกกำลังกาย

การออกกำลังกายสม่ำเสมอจะช่วยให้ร่างกายแข็งแรงลดโอกาสเจ็บป่วย แต่ขณะที่ปริมาณฝุ่นขึ้นสูงควรหลีกเลี่ยงหรือลดเวลาการออกกำลังกายกลางแจ้งตามระดับเตือนภัยในข้อ 2 หรือออกกำลังกายในร่มที่มีระบบระบายและฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพเพียงพอ

5.ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ

จะช่วยเร่งการขับฝุ่น PM2.5 ที่เล็ดลอดเข้ากระแสเลือด ออกไปทางไตในรูปของปัสสาวะได้มากขึ้น

6.การอยู่ในบริเวณที่มีต้นไม้ใบเขียว

จะช่วยการดูดซับฝุ่นในอากาศได้เพิ่มมากขึ้น