

“Life under PM2.5 & COVID-19, @Bangkok”



“ท่ามกลางกลุ่มหมอกควัน เราควรมีสิทธิที่จะหายใจรับอากาศบริสุทธิ์มิใช่หรือ”

เป็นคำถามที่ควรจะมีใครสักคนตอบในช่วงเวลานี้ ช่วงเวลาที่ฝุ่นพิษหรือฝุ่น PM 2.5 ปกคลุมไปทั่วทุกมุมเมือง ภายใต้ท้องฟ้าของกรุงเทพฯ เมืองฟ้าอมร

ปัญหาฝุ่นพิษหรือฝุ่น PM 2.5 คงไม่ใช่เพียงแค่ปัญหาระดับบุคคลหรือแค่บางพื้นที่อีกต่อไป ฝุ่นเล็ก ๆ ขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน อาจเทียบอย่างง่าย ๆ ว่ามีขนาดประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์ เล็กขนาดที่ขนจมูกของมนุษย์นั้นไม่สามารถกรองได้ ไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า และเมื่อฝุ่นเหล่านี้มีความหนาแน่นมากขึ้นทำให้เราเห็นเป็นลักษณะคล้ายหมอกควันขึ้นมา

ในทุกเช้าหากผ่านวัดวาอารามหรือชุมชนต่าง ๆ อาจจะสังเกตเห็นว่าพระสงฆ์ที่ออกบิณฑบาต ท่านไม่ได้สวมใส่หน้ากากอนามัยขณะบิณฑบาตเลย เราได้มีโอกาสได้พูดคุยกับพระอาจารย์ท่านหนึ่งถึงปัญหาฝุ่นกับปัญหาสุขภาพและหน้ากากอนามัย ท่านให้ข้อมูลกับเราว่าในระหว่างบิณฑบาต การใส่หน้ากากอนามัยอาจไม่เหมาะสมนัก แต่ถ้าในขณะที่ปฏิบัติกิจอื่น ๆ หรือระหว่างการเดินทางสามารถใส่หน้ากากอนามัยได้ ไม่ผิดต่อวินัยของสงฆ์แต่อย่างใด ซึ่งหน้ากากอนามัยเหล่านี้ส่วนหนึ่งท่านก็ได้รับมาจากประชาชนที่มาตักบาตรนั่นเอง

หลายคนในหลายพื้นที่มีการหันมาใช้หน้ากากอนามัยที่สามารถกรองอนุภาคฝุ่นพิษเล็ก ๆ เหล่านี้ได้กันมากขึ้น แต่การลงทุนกับสุขภาพนั้นอาจมีต้นทุนที่มีราคาแพงเกินกว่าที่ใครหลายคนจะเข้าถึง



COVID-19

การเดินทางในทุกวันนี้ทำให้ไม่สามารถหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับฝุ่นเหล่านี้ โดยเฉพาะกับคนที่ต้องใช้ชีวิตบนท้องถนนหรือทางเท้าของกรุงเทพฯ

“ที่ต้องออกมาทำงานทุกวัน ก็เริ่มออกเร็วกว่าเวลาปกติ คิดเอาเองว่าตอนเช้า คงไม่มีฝุ่นมากเท่าไร” หญิงวัยกลางคนผู้ซึ่งต้องเดินจากบ้านมาทำงานในสถานที่ราชการแห่งหนึ่งทุกวันเล่าให้ฟัง **“ตอนอยู่ในซอยไม่ค่อยกังวล พอมาถึงที่ทำงานก็อาศัยเดินหลบตามตึกจนมาถึงแผนกของตัวเอง”**

“แต่ขากลับนี้ต้องใส่หน้ากากอนามัย เพราะเลิกงานพร้อมกันหมด” รถราจำนวนมากที่พร้อมใจกันติดเครื่องเพื่อจะเดินทางกลับบ้าน **“ฝุ่นมันเยอะต่างกับตอนเช้ามาก พี่ก็เริ่มรู้สึกแล้ว”** เราสังเกตเห็นว่าหน้ากากอนามัยของผู้หญิงท่านนี้เป็นรูปแบบผ้าที่ไม่มีวางขายในท้องตลาด **“พี่เย็บเอง มีสามอัน”** แล้วชักเปลี่ยนหมุนเวียนกันไป **“ให้ซื้อใช้ทุกวันก็ไม่ไหว พี่มีลูกอีกสองคนก็เย็บให้เค้าใช้เอง”** หน้ากากอนามัยของเธอเย็บสามชั้น แต่ก็บอกไม่ได้ว่าสิ่งที่เธอลงแรงไปนั้นสามารถป้องกันฝุ่น PM 2.5 ได้มากนัก

บริเวณหน้าโรงเรียน เด็กหลากหลายวัยใส่หน้ากากอนามัยที่มีรูปแบบสีสันแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการเลือกของตัวเอง และเงินในกระเป๋าของผู้ปกครอง

แบบแถม เด็กหญิงวัยสามขวบ เรียนอยู่ชั้นอนุบาลหนึ่ง ณ โรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตราชเทวี ที่ซึ่งเกือบทุกวันจะมีค่าฝุ่นละอองเกินเกณฑ์มาตรฐาน เด็กหญิงใส่หน้ากากอนามัยสำหรับเด็ก คุณแม่ต้องเป็นผู้เลือกขนาดให้พอดีกับใบหน้า สอนวิธีการสวมใส่ และที่สำคัญที่สุดคือความร่วมมือของลูก **“ถึงเราจะใส่ให้ในตอนเช้า แต่ถ้าเค้าไม่ยอมใส่ทั้งวันก็จบ”** สายตาของคุณแม่บ่งบอกถึงความกังวล ส่วนราคาหน้ากากอนามัยของเด็กไม่ได้แตกต่างกับของผู้ใหญ่มากนัก **“5 อัน ราคา 115 บาท ใช้ได้ 1 อาทิตย์ เราก็เลือกสั่งจากร้านค้าออนไลน์ที่ดูแล้วว่าราคาถูกที่สุด”**

เด็กวัยรุ่นหลายคนยังไม่เห็นความสำคัญของปัญหานี้มากนัก ส่วนหนึ่งเลือกที่จะไม่ใส่หน้ากากอนามัยเพราะเชื่อว่าตนเองแข็งแรงและโอกาสเผชิญกับฝุ่นเหล่านี้ไม่มากเมื่อเทียบกับคนอื่น ๆ **“ผมเป็นคนแข็งแรง คงไม่เป็นอะไร อีกร้อยผมก็ไม่ได้เจอกับฝุ่นโดยตรง”** เด็กชายชั้นมัธยมคนหนึ่งบอกกับเราที่สถานีรถไฟฟ้าใต้ดินเพชรบุรี

ท่ามกลางการคมนาคมที่สะดวกสบายของการโดยสารรถไฟฟ้าบีทีเอส เราพบหญิงชราคนหนึ่งใต้สถานี คุณยายนั่งขายของอยู่ที่พื้นถนนท่ามกลางฝุ่นควันพิษ และยังเป็นบริเวณที่ค่าประเมินฝุ่นพิษเป็นสีส้มสลับแดงในเกือบทุกวัน เราหยิบยื่นหน้ากากอนามัยอันใหม่ให้ แต่คุณยายกลับล้วงมือลงไปใญ่ยามเก่าคร่ำคร่า หยิบหน้ากากอนามัยที่เป็นผ้าสีขาวสะอาดขึ้นมาให้ดู พร้อมกับบอกว่า **“ยายมีแล้ว แต่ซื้อร้านใส่”**

เรายังไม่ละความพยายามในการเข้าถึงผู้คนที่ใช้ชีวิตบนท้องถนน เราเลือกโดยสารจักรยานยนต์รับจ้างท่ามกลางการจราจรหนาแน่นในช่วงเวลาเร่งด่วน ซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าการเดินทางในลักษณะนี้ช่วยย่นระยะเวลาได้มากทีเดียว วินมอเตอร์ไซด์รับจ้างจอดอยู่ตามริมถนน บนบาทวิถี ไม่เว้นแม้แต่ในซอยเล็ก ๆ ที่ครคร่ำไปด้วยรถหลากหลายประเภท ควันดำจากท่อไอเสียที่พุ่งออกมาตามกำลังและอายุของเครื่องยนต์ บังทัศนียภาพรวมถึงทัศนวิสัยในการขับขี่ด้วย

เราถามพี่วินหลังจ่ายค่าโดยสารว่า มีความกังวลในสุขภาพจากมลภาวะของฝุ่นละอองหรือไม่ **“ฝุ่นมันเยอะแหรอ”** พี่วินย้อนถามเรา เมื่อเราได้แจกแจงถึงค่าฝุ่นละอองที่เกินเกณฑ์มาตรฐานแทบทุกวัน พี่วินเองก็น่าจะได้รับผลกระทบโดยตรงเต็ม ๆ **“ไม่รู้สิ ก็ไม่เห็นจะมีใครใส่กัน”** พี่วินตอบกลับมาพลาบเบนสายตาเงยหน้ามองไปบนท้องฟ้ามัวหม่นที่ปกคลุมไปด้วยฝุ่นละอองและควันดำ

โรงพยาบาลหลายแห่งมีมาตรการการงดสูบบุหรี่ภายในโรงพยาบาล รวมถึงพื้นที่สาธารณะของสถานที่ต่าง ๆ ทำให้ผู้สูบบุหรี่เลือกออกมาจากพื้นที่นั้นเพื่อสูบบุหรี่ ซึ่งส่วนใหญ่คือริมถนน เมื่อกลิ่นและควันของบุหรี่ร่วมกับฝุ่นควันกลายเป็นหมอกสีเทาอบกวนผู้ที่เดินผ่านไปมา หน้ากากอนามัยป้องกันได้เพียงส่วนหนึ่ง อีกส่วนหนึ่งยังคงเข้าสู่ร่างกายตามการหายใจ กลิ่นบุหรี่ยังคงรบกวนผู้ที่ไม่ได้เป็นคนสูบ ทำให้กลายเป็นผู้สูบบุหรี่มือสอง (Second hand smoking) จากควันที่ผู้สูบบุหรี่นั้นพ่นลมหายใจออกมา และยังคงเป็นผู้สูบบุหรี่มือสาม (Third hand smoking) ด้วยควันที่อยู่ตามสถานที่ที่มีคนมาสูบบุหรี่และทิ้งร่องรอยของสารพิษตกค้างไว้ อนุภาคละอองไอสารเคมีที่เป็นพิษสามารถก่อให้เกิดมะเร็งได้ถึงแม้ควันเหล่านั้นจะจางหายไปสู่อากาศแล้วก็ตาม และการเผาไหม้ของบุหรี่ยังทำให้เกิดฝุ่น PM 2.5 อีกแหล่งหนึ่ง

มลพิษยังไม่ทันจางหาย ประเทศไทยก็ต้องมาพบกับปัญหาใหญ่ระดับชาติอีกอย่างหนึ่ง คือ ปัญหาของเชื้อ Corona Virus หรือที่ได้รับการขนานนามเป็นทางการว่า **“COVID-19”** ดังพระศุกร์เข้าพระเสาวนทร์ท่ามกลางการจัดการทางสาธารณสุขที่เต็มไปด้วยอุปสรรค ปัญหามากมายจากหลายด้าน ซึ่งหนึ่งในนั้น คือ ปัญหาการจัดการเรื่องหน้ากากอนามัยและความตื่นตระหนกของประชาชน

หน้ากากอนามัยเริ่มขาดแคลนในท้องตลาด ราคาพุ่งสูงจนไม่สามารถควบคุมได้ รวมถึงการขาดแคลนในสถานบริการสาธารณสุขเกือบทุกแห่ง เป็นผลมาจากการกว้านซื้อของประชาชนจำนวนมาก จนรัฐบาลต้องสั่งการเร่งผลิตหน้ากากอนามัยให้เพียงพอต่อความต้องการของประเทศ

เราปฏิเสธไม่ได้ว่า การมาของไวรัสชนิดนี้สร้างความตื่นตัวในการสวมใส่หน้ากากอนามัยมากขึ้น แต่ก็นำมาซึ่งความแตกตื่นของประชาชน ก่อเกิดการส่งต่อข่าวลือ ข่าวลวงและข้อมูลต่าง ๆ อย่างมากมายโดยไม่ได้ตรวจสอบที่มา การเผยแพร่ข่าวสารที่ถูกต้องตามความเป็นจริงยังอยู่ท่ามกลาง Fake news ที่ลั่งไหลมาจาก Social Media ทุกวัน การเปิดเผยข้อมูลที่ถูกต้องยังต้องต่อสู้กับข่าวลวงในทุกขณะ

“Life under PM 2.5 & COVID-19, @Bangkok” และบทสรุปที่ขมฝากไว้

PM 2.5 และ COVID-19 เป็นปัญหาสำคัญระดับประเทศและโลก เราไม่สามารถคาดการณ์ได้ว่าในอนาคตปัญหาเหล่านี้จะเป็นเช่นไร แนวโน้มไปในทางที่ดีขึ้นหรือเลวลง การวางแผนดำเนินการแก้ไขและบรรเทาความเสียหายย่อมอาศัยภาครัฐบาลหรือหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งเพียงอย่างเดียวคงเป็นไปได้ เราควรมีส่วนช่วยโดยเริ่มต้นที่ตัวเรา ติดตามข่าวสารจากแหล่งข่าวที่ดีเชื่อถือได้ ปฏิบัติตามคำแนะนำโดยเคร่งครัด ร่วมกันดูแลตนเอง และร่วมกันรับผิดชอบต่อสังคม เพียงเท่านี้ก็เป็น การช่วยให้การทำงานของบุคลากรทางการแพทย์สามารถดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ปัญหาใด ๆ ที่เกิดขึ้น เราทุกคนย่อมร่วมกันแก้ไขได้อย่างแน่นอนในที่สุด



ณ เวลาที่เขียนเรื่องนี้ สถานการณ์ COVID-19 ในประเทศไทยยังอยู่ในสภาวะที่เรียกว่า ควบคุมได้ หากแต่เรื่องระบาดวิทยาของโรคติดต่อ COVID-19 นี้มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ผู้อ่านจำเป็นต้องติดตามข่าวสาร ข้อมูล ข้อควรปฏิบัติและสถานการณ์ของโรคอย่างใกล้ชิด จากแหล่งข่าวที่มีหลักฐานอ้างอิงที่เชื่อถือได้



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

Rama App

นัดหมาย จ่ายเงิน รับยา ง่ายครบ
จบใน App เดียว



ดาวน์โหลดฟรีได้แล้ววันนี้
ทั้ง iOS และ Android

*รองรับ iOS 11 และ Android 6.0 เป็นต้นไป

Powered by **SCB**