

5 วิธี ป้องกัน ภัยฝุ่น PM2.5

1 ทำความสะอาดบ้าน ทุกวัน

2 ติดตาม สถานการณ์ และสื่อต่าง ๆ

3 ลดเวลาทำกิจกรรมนอกบ้าน / ใส่หน้ากากอนามัย หรือ N95 ทุกครั้ง

4 เตรียมยาประจำตัว หากมีอาการผิดปกติ รับไปพบแพทย์

5 ปลุกต้นไม้เพื่อลดฝุ่น