

## ตีเกราะ เคาะไม้

### อากาศแปรปรวน

ช่วงนี้สภาพอากาศแปรปรวนในหลายพื้นที่ บางวันก็มีฝนฟ้าคะนอง ทั้งมีปัญหาฝุ่นละอองเกินค่ามาตรฐาน ส่งผลให้ประชาชนได้รับความเดือดร้อน คนอุดมศึกษามีวิธีป้องกันและรับมืออย่างไรกับปัญหานี้

เริ่มกันที่ สิริภากร พูลสวัสดิ์ “น้ำฟ้า” นิสิตชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ เอกเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) บอกว่า จากสภาพอากาศที่แปรปรวน บางวันมีถึง 3 ฤดู ทำให้การออกจากบ้านเป็นเรื่องที่ยาก แต่ด้วยหน้าที่ของแต่ละคนอย่างไรก็ต้องออกจากบ้าน ซึ่งน้ำฟ้าต้องป้องกันตัวเองด้วยการใส่หน้ากากอนามัยหรือผ้าปิดจมูกเพื่อป้องกันฝุ่นละออง เพราะเราไม่รู้ว่าสิ่งที่เราสูดเข้าไปนั้นจะมีผลต่อร่างกายอย่างไรบ้าง การไม่ออกจากบ้านหรือต้องใช้ผ้าปิดจมูกป้องกันฝุ่นละอองนั้นเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ น้ำฟ้าอยากให้ทุกคนแก้ปัญหาที่ต้นเหตุด้วยการช่วยกันรักษาสภาพแวดล้อมและไม่เพิ่มมลพิษในอากาศ เช่น การหันมาใช้รถบริการสาธารณะมากขึ้น แทนที่จะขับรถยนต์ส่วนตัว ซึ่งช่วยลดมลพิษแล้วยังประหยัดด้วย

“พัฒนา” พงษ์ฐนศักดิ์ นักกอล์ฟ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาภาษาไทย เพื่อการสื่อสาร มหาวิทยาลัยราชภัฏ (มรภ.) ต่อเนื่อง.

อุดรธานี บอกว่า สภาพอากาศที่จังหวัดอุดรธานี ในช่วงนี้ก็ค่อนข้างจะแปรปรวน ช่วงเช้าอากาศเย็นสบาย พอสาย ๆ ก็ร้อนมาก บางครั้งก็มีฝนตกลงมาอีก จนทำให้ปรับตัวแทบไม่ทัน ดังนั้นช่วงนี้พัฒนา ก็จะพยายามออกกำลังกาย เช่น การเดินไปเรียน หรือรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ซึ่งอย่างน้อยก็ช่วยทำให้มีภูมิคุ้มกันมากขึ้น หากใครสนใจจะนำวิธีนี้ไปปฏิบัติบ้างก็ไม่ว่ากัน อย่างไรก็ตามเมื่อสภาพอากาศเป็นเช่นนี้เราก็ควรที่จะตรวจสภาพอากาศจากแอปพลิเคชันต่าง ๆ หรือฟังข่าวจากกรมอุตุนิยมวิทยาอยู่เป็นประจำ เพื่อจะได้เตรียมรับมือกับสภาพอากาศที่จะเกิดขึ้นได้

“แยม” อินทอร เทพกำเนิด นักศึกษาชั้นปีที่ 3 สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง(มฟล.) บอกว่า เมื่อปี 2558 จังหวัดเชียงรายมีปัญหามหอกควันมาก เนื่องจากมีชาวบ้านเก็บผลผลิตจากการเกษตรแล้วก็จะถางและเผา ทำให้เกิดปัญหาหมอกควันและส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของชาวบ้าน ทำให้หน่วยงานต่าง ๆ รวมถึง มฟล.โดยสาขาวิชานานามัยสิ่งแวดล้อม สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ได้มีการติดตั้งเครื่องตรวจวัดฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM10) เพื่อประเมินสถานการณ์ความรุนแรงของปัญหาหมอกควัน รวมทั้งให้ความรู้และวิธีการป้องกันสุขภาพแก่ชาวบ้านโดยสาธิตวิธีการสวมหน้ากากอนามัยอย่างถูกต้อง และในปี 2560 ที่ผ่านมาถึงแม้ปัญหาหมอกควันในจังหวัดเชียงรายจะมีค่าอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน แต่ทางสาขาวิชาฯก็ยังคงดำเนินการตรวจวัดคุณภาพอากาศเป็นประจำอย่าง



สิริภากร

อินทอร

พงษ์ฐนศักดิ์