

เมื่อไหร่ ควรเปลี่ยนหน้ากาก





ตั้งแต่มีฝุ่น PM 2.5 ครอบคลุมหลายพื้นที่ และยังมีไวรัสอู่ฮั่น
หรือไวรัสโคโรน่าระบาด ขยายไปหลายพื้นที่ ทำให้ประชาชนอย่าง
เราๆต้องพกพาทากากอนามัย จนเหมือนเป็นปัจจัยที่ 5
ไปดูกันว่าแบบไหนควรเปลี่ยนหน้ากาก





เมื่อไหร่ควรเปลี่ยนหน้ากาก

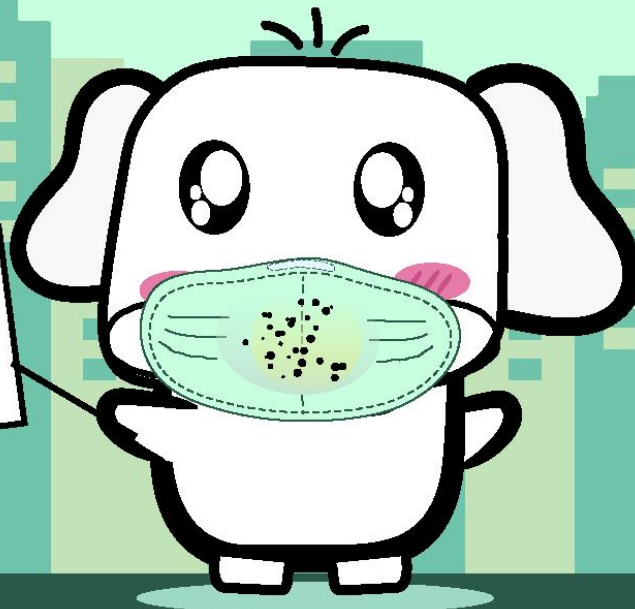
ควรเปลี่ยนทุกวัน(ดีที่สุด) ถ้าไม่สะดวกสังเกตวิธีดังนี้

ผ่านสถานที่ที่ฝุ่นละออง
มากๆก็ควรเปลี่ยน

สังเกตสี ถ้าเปลี่ยนสีเข้ม
ก็ควรเปลี่ยน

ไม่ควรใช้เกิน 3 วัน

อู่เรามีอากาศโอ ชาม
อู่ตัวเปลี่ยนบ่อย



ข้อแนะนำที่ดีที่สุด คือ ควรเปลี่ยนหน้ากากทุกวัน
เพราะประสิทธิภาพในการป้องกันฝุ่นของหน้ากากจะลดลง
ตามอายุการใช้งาน รวมทั้งยังเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรค
และแบคทีเรียอีกด้วย



แต่ด้วยราคาที่ค่อนข้างสูง จะให้เปลี่ยนทุกวันอาจจะกระทบ
กับเงินในกระเป๋า ดังนั้น เราอาจใช้วิธีสังเกตสีของหน้ากาก
ว่าเปลี่ยนไปมากน้อยแค่ไหน ถ้าจากสีขาวสะอาดๆ
เริ่มเปลี่ยนเป็นสีเทา ก็ถึงคราวต้องเปลี่ยนได้แล้ว



อีกข้อสังเกต คือ หากเรามีอาการไอ จาม บ่อยๆ
หรือต้องผ่านในสถานที่ที่มีฝุ่นละอองมากๆ
ก็สมควรต้องเปลี่ยนบ่อยๆ เช่นกัน

