

# วิธีป้องกันอันตรายจากหมอกควัน

สวมหน้ากาก/ผ้าตาเขียวขาว  
มากกว่า 2-3 สัปดาห์



ไม่สูบบุหรี่ ไม่หายใจเอาควันบุหรี่ที่คนอื่น  
สูบเข้าไป

ใช้หน้ากาก (mask) ปิดปาก-จมูก

หลีกเลี่ยงการเดินเท้า-เครื่องจักร

หลีกเลี่ยงการออกนอกอาคาร

หมอนี้น้อย

ลดการกวาดบ้าน, กุ๊พื้อนให้บ่อยขึ้น

ถ้าสมาชิกในครัวเรือนที่ป่วย หรือจา  
งของตาดกุ่มลดการระคายเคือง

