

## สารเคมีในบ้านและที่ทำงาน ก่อโรครภูมิแพ้

นำเสนอเมื่อ : 29 เม.ย. 2552

## สารเคมีในบ้านและที่ทำงาน ก่อโรครภูมิแพ้...



หลายคนอาจไม่ทราบว่าในบ้านหรือที่ทำงานนั้น  
มีมลพิษและสารเคมีอยู่รอบตัวโดยที่เรามองไม่เห็น ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของโรครระบบการหายใจต่างๆ

ศาสตราจารย์นายแพทย์อรรถ นานา  
นายกสมาคมออร์เวชแห่งประเทศไทย ให้ข้อมูลเกี่ยวกับมลพิษและสารเคมีในบ้านและที่ทำงาน  
ซึ่งมีผลกระทบต่อโรครภูมิแพ้ว่า  
ภูมิแพ้คือโรครระบบการหายใจอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีการไวผิดปกติต่อสิ่งซึ่งสามารถก่อให้เกิดภูมิแพ้  
(Allergen) โรครภูมิแพ้เกิดได้ทุกเพศทุกวัย ตัวการที่ทำให้เกิดอาการแพ้ เรียกว่า สารก่อภูมิแพ้ (Allergens)  
สารก่อภูมิแพ้ที่พบได้บ่อย เช่น

ตัวไรฝุ่นมักปะปนอยู่ในฝุ่นที่มีขนาดเล็กกว่า 0.3 มม. มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า พบมากในที่ที่มีความชื้นสูง พบรวมกับฝุ่นที่มาจากเสื่อ หมอน แมว ขนสัตว์ สะอาดเพียงไรก็ไม่สามารถกำจัดไรฝุ่นได้หมด แต่ถ้าใช้เครื่องกรองอากาศที่มีประสิทธิภาพสูงก็สามารถลดไรฝุ่นได้



### เชื้อรา

มักปะปนอยู่ในบรรยากาศตามห้องที่มีลักษณะอับชื้น หรือภายในอาคารหรือบ้านที่เปิดเครื่องปรับอากาศตลอดเวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ไม่ได้ทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศสม่ำเสมอ เชื้อรายังเติบโตในถาดรองน้ำของเครื่องปรับอากาศ และหมันเวียอยู่ในห้องน่านับเดือนนับปี ทำให้สุขภาพของคนทำงานอ่อนแอลง เจ็บป่วยง่าย และภูมิิตานทานต่ำ



### แมลงต่างๆ

ที่มีอาศัยอยู่ภายในบ้าน เช่น แมลงสาบ แมงมุม มด ยุง ปลวก และแมลงที่อาศัยอยู่นอกบ้าน เช่น ผึ้ง แตน ตอ มด นานาชนิด เป็นต้น เศษผงขนาดเล็กที่มาจากแมลงเหล่านี้จะฟุ้งกระจายภายในห้อง และเป็นอันตรายต่อสุขภาพ



### เกสรดอกไม้ ดอกไม้, ดอกข้าว และวัชพืช

สิ่งเหล่านี้มักปลิวอยู่ในอากาศตามกระแสลม ซึ่งสามารถพัดลอยไปได้ไกลๆ หรืออาจเป็นลักษณะขุยๆ ติดตามมุง ลวดหน้าต่าง เกสรดอกไม้ที่ปลิวมาตามสายลม



### ขนสัตว์

ขนของสัตว์เลี้ยงเป็นต้นเหตุของโรคภูมิแพ้ เช่น ขนแมว ขนสุนัข ขนนก ขนเป็ด ขนสัตว์ที่ตากแห้งซึ่งใช้บรรจุยัดที่นอนและหมอน สำหรับหนุน ฟองน้ำ ยางพารา โยมะพร้าว เมื่อใช้ไปเป็นระยะเวลานานก็จะสามารถเป็นสารก่อภูมิแพ้

ส่วนสารเคมีต่างๆ ในบ้านและที่ทำงานจากอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ และสิ่งแวดล้อมเป็นสาเหตุต่อโรคระบบการหายใจ ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน เช่น



### สารแอมโมเนีย

มีสถานะเป็นของเหลวหรือก๊าซ เป็นสารที่ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ละลายได้ดีในน้ำ ในแอลกอฮอล์ และในดีเทอร์ ซึ่งส่วนใหญ่ใช้ในอุตสาหกรรมอะลูมิเนียม, ห้องปฏิบัติการเคมี, ทำสีย้อมผ้า, ทำปุ๋ย, ทำกาวยา, ฉาบด้านหลังกระจกเงา, ดูเย็น และกำมะถัน, นอกจากนี้ยังเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในปุ๋ยหรืออีกด้วย แอมโมเนียจะเข้าสู่ร่างกายทางจมูกโดยการหายใจ มีอันตรายต่อร่างกาย ซึ่งจะทำให้เป็นโรคปอดบวม ถุงลมโป่งพอง และหลอดลมอักเสบ



### สารแอสเบสตอส

เป็นแร่ประเภทเส้นใย ใช้ในกิจการอุตสาหกรรมเส้นใยแอสเบสตอส ผลิตภัณฑ์ป้องกันความร้อน และผลิตภัณฑ์กระเบื้อง แอสเบสตอสสามารถเข้าสู่ร่างกายได้โดยทางจมูก ซึ่งถ้าสูดดมฝุ่นแอสเบสตอสเข้าไปเป็นเวลานาน จะเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ทำให้ปอดแข็ง หอบ เหนื่อยง่าย ไอเรื้อรัง น้ำหนักลด เจ็บหน้าอก ก่อให้เกิดโรคมะเร็งเยื่อหุ้มปอด และโรคมะเร็งปอด



### สารเรดอน

เป็นแร่ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เป็นสารกัมมันตภาพรังสี ก๊าซเรดอนสามารถเดินทางไปตามพื้นดินเข้าไปในอาคารและบ้านผ่านรอยแตกของบ้านหรืออาคาร เมื่อสูดดมสารเรดอนเข้าไปเป็นเวลานานจะทำให้เป็นโรคมะเร็งปอด หนทางป้องกันก๊าซเรดอนคือ ใช้ผ้ายางพิเศษปูพื้นเพื่อกันการระเหย หรือติดตั้งระบบระบายอากาศอย่างเพียงพอ



### สารฟอร์มัลดีไฮด์

เป็นสารที่มาจากเฟอร์นิเจอร์ตกแต่งบ้าน หรือสีทาบ้าน

เมื่อเกิดการระเหยแล้วทำให้เป็นพิษต่อสุขภาพ หากสูดดมเข้าไปไม่ได้ทำให้เป็นมะเร็งโดยตรง แต่ทำให้เกิดการอักเสบของปอด และเมื่อปอดเป็นแผลเป็นมากๆ ก็จะมีโอกาสเป็นมะเร็งปอด

**วิธีการป้องกันสารมลพิษ** คือ หลีกเลี้ยงใช้งานเครื่องนอน พรหม และเฟอร์นิเจอร์ที่ทำจากเส้นใยซึ่งมีอายุหลายปี เพื่อลดความเสี่ยงที่ต้องสัมผัสกับไรฝุ่น เลือกใช้ข้าวของที่เคลือบด้วยสารป้องกันไรฝุ่น การเช็ดล้างหรือดูดฝุ่นทำความสะอาดสม่ำเสมอ เป็นอีกวิธีที่สามารถไล่ไรฝุ่นได้ระดับหนึ่ง การซักเครื่องนอนเป็นประจำด้วยน้ำที่มีอุณหภูมิอย่างน้อย 55 องศาเซลเซียส ซึ่งเป็นอุณหภูมิที่สามารถฆ่าไรฝุ่นและกำจัดสารภูมิแพ้จากไรฝุ่นได้ดี หรือตากแดดเพื่อให้ไข่ไรฝุ่นที่ฝังตัวอยู่กับเครื่องนอนฟุ้งไต่ด้วย

ส่วนสารเคมีต่างๆ เราสามารถป้องกันได้ โดยไม่เข้าใกล้หรือสูดดมสารเคมีเหล่านี้ ผู้ที่ต้องทำงานกับสารเคมีควรตรวจและรักษาสุขภาพสม่ำเสมอ และควรจัดสถานที่ที่บ้าน ตลอดจนสถานที่ทำงานให้ปลอดภัย ไม่ประมาทในขณะทำงาน และเก็บรักษาสารพิษในที่ปลอดภัย เป็นต้น



ขอขอบคุณข้อมูลจาก

**ไทยพีเอสซี**

ภาพประกอบทางอินเทอร์เน็ต