สารบัญ

ภาค ๑ วิธีช่วยชาติ ลดขยะพลาสติกและโฟม 2

2ล 2ย คาถาช่วยชาติ ลดพลาสติกและโฟม 5

ล...ลด 7

ล...เลี่ยง 9

ย...แยก 11

ย...ยืนยัน 19

ภาค ๒ โทษภัย ของพลาสติกและโฟม 28

ให้คุณ-ให้โทษ 31

ร้ายเงียบๆ แต่ร้ายลึก 34

พลาสติกและโฟมคุกคามสยามเมืองยิ้ม 35

ขยะที่คนไทยร่วมกันผลิต 37

ดูตัวเลขแล้ว มีอะไรสะดุดใจบ้างไหม 39

คร่าชีวิต เพื่อนร่วมโลก 41

พิษร้ายต่อคนไทย 43

- สารเคมีตกค้างจากกระบวนการผลิตพลาสติกและโฟม 45
- พิษจากเม็ดพลาสติกเก่า 47
- พิษที่มาจากขวดพลาสติก 49
- พิษที่มากับความร้อน 51
- พิษภัยของจานชามเมลามีน 53

ทรรศนะอุจาด 55

ภัยพิบัติต่อเมืองไทยและต่อโลก 57

ภาค ๓ ขยะ วันละกว่า 60 ล้านชิ้น จะเพิ่มหรือลด อยู่ที่ใจ เราทุกคน 60

ความรู้ "ขยะ" 61

ขยะพลาสติก ขยะโฟม มาจากไหน 63

ตัวเลข "ขยะ" 67

บานเบอะหลุมขยะ 69

เราทุกคน ล้วนเป็นตัวการผลิตขยะพลาสติกและโฟม 71

เขาจัดการขยะพลาสติกและโฟมกันอย่างไร? 73

ภาค ๔ คุณประโยชน์ ของ พลาสติกและโฟม และวัสดุ/ผลิตภัณฑ์ทดแทนฯ 82

วัสดุแห่งศตวรรษที่ 20 83

พลาสติกคืออะไร 85

โฟมคืออะไร 89

ประเภทของพลาสติก 91

ประเภทของโฟม 95

สารพัดประโยชน์จากพลาสติก 97

7 พลาสติก ในชีวิตประจำวัน 101

TOP 7 ขยะพลาสติก 119

ไม่ใช้พลาสติก ไม่ใช้โฟม แล้วเราจะใช้อะไร? 121

เอกสารอ้างอิง 137

คู่มือ+ข้อมูลช่วยชาติ
ลดขยะ พลาสติกและโฟม

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2548

ที่ปรึกษา
ผศ.ดร.ศุภชาติ สุขารมณ์ รศ.ดร.เรณู สุขารมณ์
รศ.เกียรติไกร อายุวัฒน์ นายพงศ์ชนิศ ชูวีรัช
นางมนชนก วัดมณี นางสาวเบญจลักษณ์ ดอบขุนทด

คณะทำงาน
นายสากล ฐินะกุล
นางสาวเพชรดา อ้อชัยภูมิ นางสาวระเบียบ ภูผา

กองบรรณาธิการ
อาจารย์และนิสิต ภาควิชาการออกแบบอุตสาหกรรม
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บรรณาธิการ
ดร. เถกิง พัฒโนภาษ

ออกแบบรูปเล่ม/กำกับศิลป์
นายเกรียงไกร ชัยวิจิตมลากูล
นายพงศ์วุฒิ ลัคนากูล
นายเดชา พงษ์พันธ์เดชา

318.728
เลขหมู่ ส 21
2548
เลขทะเบียน 15669
วันที่ 8 ก.ย. 2551
96892

จัดพิมพ์และเผยแพร่
กองส่งเสริมและเผยแพร่
กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ.2539
กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม

BSTI DEPT. OF SCIENCE SERVICE
สำนักหอสมุดฯ กรมวิทยาศาสตร์บริการ
1110004916

กองส่งเสริมและเผยแพร่
กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
49 พระราม 6 ซอย 30 ถนนพระรามที่ 6
กรุงเทพฯ 10400
http://www.deqp.go.th
โทรศัพท์ / โทรสาร : 0-2298-5630 ถึง 31