

# UWAGA SMOG - Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu



W dniu 08.03.2024, na części woj. mazowieckiego istnieje ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu informowania - 100  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu.

Prognozowane przekroczenie poziomu informowania dla PM10 (100  $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ). Prognozowane przekroczenie obejmuje obszar powiatów: legionowski, otwocki, piaseczyński, Płock, pruszkowski, Radom, Siedlce, siedlecki, Warszawa, warszawski zachodni, wołomiński. Ogranicz wietrzenie pomieszczeń. Unikaj długotrwałego przebywania na otwartej przestrzeni. Unikaj intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz. Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania ze źródeł spalania paliw stałych stanowiących dodatkowe/awaryjne źródło ciepła (np. palenia w kominku).

## **Uwaga! SMOG POZIOM 2**

Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

## **Informacje o ryzyku przekroczenia poziomu informowania**

### **Zagrożenie**

Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu informowania - 100 µg/m<sup>3</sup> dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

### **Opis**

Prognozowane na dzień 08.03.2024 r. przekroczenie dla pyłu zawieszonego PM10 obejmuje powiaty: legionowski, otwocki, piaseczyński, Płock, pruszkowski, Radom, Siedlce, siedlecki, Warszawa, warszawski zachodni, wołomiński.

### **Przewidywany czas trwania ryzyka**

od godz. 08:30 dnia piątek, 08-03-2024 do godz. 24:00 dnia piątek, 08-03-2024 łącznie 15.5 godz.

### **Przyczyny**

- Warunki meteorologiczne utrudniające rozprzestrzenianie się zanieczyszczeń
- Oddziaływanie emisji związanej z intensywnym ruchem pojazdów w centrum miasta
- Emisja z sektora bytowo-komunalnego szczególnie w okresie grzewczym

### **Obszar ryzyka**

Powiat piaseczyński, powiat otwocki, powiat pruszkowski, powiat Radom, powiat wołomiński, powiat siedlecki, powiat Płock, powiat legionowski, powiat Warszawa, powiat warszawski zachodni, powiat Siedlce

### **Narażona ludność**

ok. 3 382,1 tys. osób

### **Informacje o zagrożeniu**

#### **Wrażliwe grupy ludności**

- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego (np. astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc)
- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych (zwłaszcza niewydolność serca, choroba wieńcowa)
- osoby z rozpoznaną chorobą nowotworową oraz ozdrowieńcy
- osoby starsze, kobiety w ciąży oraz dzieci

#### **Możliwe negatywne skutki dla zdrowia**

- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego mogą odczuwać przejściowe nasilenie dolegliwości (np. kaszel, dyskomfort w klatce

piersiowej, nasilenie się objawów ataków astmy)

- podobne objawy mogą wystąpić również u osób zdrowych
- osoby cierpiące z powodu chorób serca mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia (np. uczucie bólu w klatce piersiowej, brak tchu, zmęczenie)
- zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych

### **Zalecane środki ostrożności**

#### **Dodatkowe informacje**

- w przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem

#### **Ogół ludności**

- ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz w przypadku odczuwania pieczenia w oczach, kaszlu lub bólu gardła
- ogranicz wietrzenie pomieszczeń
- unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania ze źródeł spalania paliw stałych stanowiących dodatkowe/awaryjne źródło ciepła

#### **Zaleca się również**

- prowadzenie szerokiej edukacji adresowanej przede wszystkim do uczniów szkół podstawowych, średnich oraz ich prawnych opiekunów, dotyczącej problemu zanieczyszczonego powietrza oraz możliwych zachowań i czynności zmniejszających ryzyko narażenia na wysokie stężenia zanieczyszczeń w tym pyłu zawieszonego
- zwiększenie nadzoru nad osobami przewlekle chorymi, w tym niepełnosprawnymi
- bieżące śledzenie prognoz zmian zanieczyszczenia powietrza (<http://powietrze.gios.gov.pl/pjp/airPollution>)

#### **Wrażliwe grupy ludności**

- ogranicz przebywanie na otwartej przestrzeni
- ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz
- regularnie przyjmuj leki (osoby z astmą mogą częściej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie)

#### **Publikacja**

<https://powietrze.gios.gov.pl/pjp/rwms/7/overruns/0>

Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

**Załącznik**

**Rozmiar**

[komunikat-gios-4.pdf](#) 84.27 KB Pobierz

- [Udostępnij](#)
- [Tweet](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[wszystkie aktualności](#)