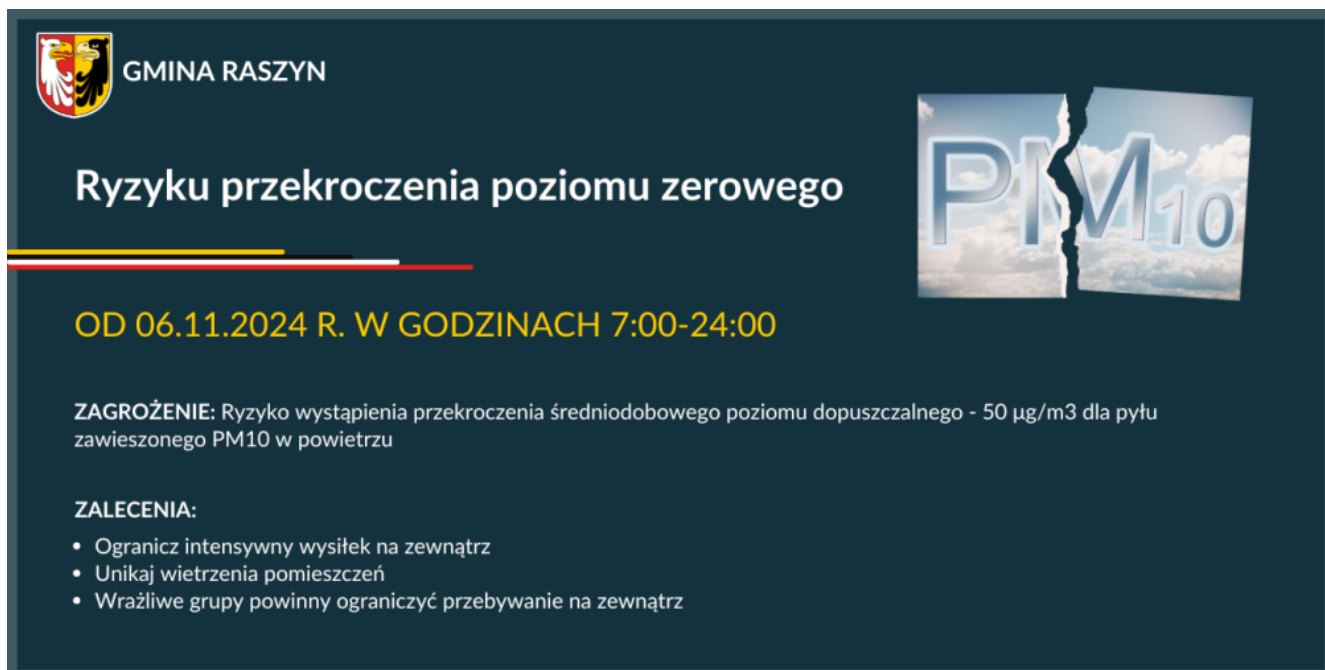


# Powiadomienie o ryzyku przekroczenia normy pyłu PM10 w powietrzu



The infographic features the coat of arms of Gmina Raszyn and the text 'GMINA RASZYN'. The main title is 'Ryzyku przekroczenia poziomu zerowego'. A graphic shows the text 'PM10' split by a jagged crack. The date and time are 'OD 06.11.2024 R. W GODZINACH 7:00-24:00'. The risk is described as 'Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m3 dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu'. Recommendations include limiting outdoor activity, avoiding ventilation, and sensitive groups limiting outdoor time.

**GMINA RASZYN**

## Ryzyku przekroczenia poziomu zerowego

**OD 06.11.2024 R. W GODZINACH 7:00-24:00**

**ZAGROŻENIE:** Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m<sup>3</sup> dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

**ZALECENIA:**

- Ogranicz intensywny wysiłek na zewnątrz
- Unikaj wietrzenia pomieszczeń
- Wrażliwe grupy powinny ograniczyć przebywanie na zewnątrz

## **UWAGA: Powiadomienie o ryzyku przekroczenia normy pyłu PM10 w powietrzu!**

Na dzień **6 listopada 2024 r.** prognozuje się ryzyko przekroczenia dopuszczalnego poziomu pyłu PM10 (50 µg/m<sup>3</sup>) w powiecie pruszkowskim. Czynniki, takie jak intensywny ruch drogowy, sezon grzewczy oraz obecne warunki meteorologiczne, mogą sprzyjać gromadzeniu się pyłów zawieszonych w powietrzu.

### **Szczególnie wrażliwe grupy:**

- Dzieci, młodzież poniżej 25 lat i osoby starsze
- Osoby z problemami układu oddechowego lub krwionośnego
- Osoby cierpiące na choroby przewlekłe, w tym choroby sercowo-naczyniowe i układu oddechowego (np. astma, POChP)
- Kobiety w ciąży i ozdrowieńcy

## **Możliwe skutki zdrowotne:**

- Podrażnienie dróg oddechowych, kaszel, duszności
- Osoby z chorobami serca mogą odczuwać bóle w klatce piersiowej, zmęczenie
- Wzrost ryzyka infekcji dróg oddechowych

## **Zalecenia:**

- Ogranicz intensywny wysiłek na zewnątrz
- Unikaj wietrzenia pomieszczeń
- Wrażliwe grupy powinny ograniczyć przebywanie na zewnątrz
- [Udostępnij](#)
- [Tweet](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[wszystkie aktualności](#)