

Ryzyko przekroczenia poziomu zerowego!



GMINA RASZKÓW

Ryzyku przekroczenia poziomu zerowego



OD 24.02.2025 R. W GODZINACH 9:00-24:00

ZAGROŻENIE: Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m³ dla pyłu zawieszzonego PM10 w powietrzu

ZALECENIA:

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

Ze względu na obecne warunki zanieczyszczenia powietrza przypominamy o ważnych środkach ostrożności, szczególnie dla osób z grup wrażliwych oraz całej społeczności.

Wrażliwe grupy ludności:

- Osoby starsze, kobiety w ciąży, dzieci,
- Osoby z chorobami nowotworowymi oraz ozdrowieńcy,
- Osoby cierpiące na choroby serca i przewlekłe choroby układu oddechowego (astma, POChP).

Możliwe negatywne skutki dla zdrowia:

- Zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych,
- Pogorszenie samopoczucia u osób z chorobami serca (ból w klatce piersiowej, brak tchu),
- Nasilenie objawów u osób z chorobami układu oddechowego (np. kaszel, duszność, ataki astmy).

Zalecane środki ostrożności dla wszystkich:

- Ogranicz wietrzenie pomieszczeń,
- Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza (np. palenie w kominku).

Dla grup wrażliwych:

- Ogranicz przebywanie na zewnątrz i intensywny wysiłek fizyczny,
- Osoby z astmą powinny mieć swoje leki przy sobie i stosować je częściej, jeśli zajdzie potrzeba,
- W przypadku nasilenia objawów skonsultuj się z lekarzem.

Dodatkowe zalecenia:

Śledź informacje o jakości powietrza na: <http://powietrze.gios.gov.pl/pjp/current>

Załącznik	Rozmiar
------------------	----------------

komunikat-gios-14.pdf	68.33 KB Pobierz
---------------------------------------	------------------

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

[wszystkie aktualności](#)