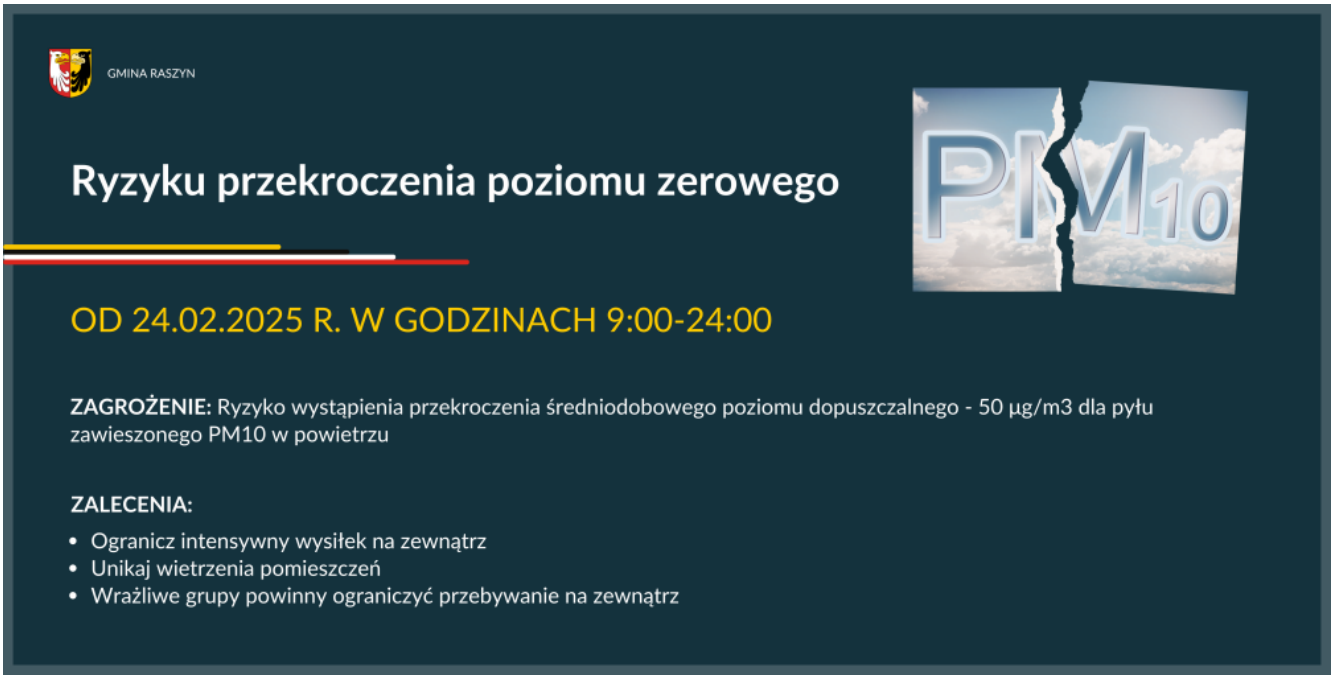
Ryzyko przekroczenia poziomu zerowego!



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