

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



Poziom 2

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

Zagrożenie

Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu informowania – 100 µg/m dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu
Przewidywany czas trwania

Od godz. 08:30 dnia 08.03.2024 r. do godz. 24:00 dnia 08.03.2024 r.

Przyczyny

- Warunki meteorologiczne utrudniające rozprzestrzenianie się zanieczyszczeń,

- Emisja z sektora bytowo-komunalnego szczególnie w okresie grzewczym,
- Oddziaływanie emisji związanej z intensywnym ruchem pojazdów w centrum miasta.

Obszar ryzyka wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłozawieszonego PM10

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.

Ludność narażona na ryzyko wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10

Ludność zamieszkująca obszar, na którym w dniu 08.03.2024 r. istnieje ryzyko przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10: ok. 3 382,1 tys. osób.

INFORMACJE O ZAGROŻENIU:

- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych (zwłaszcza niewydolność serca, choroba wieńcowa),
- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego (np. astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc),
- osoby z rozpoznaną chorobą nowotworową oraz ozdrowieńcy,
- osoby starsze, kobiety w ciąży oraz dzieci.
- zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych,
- osoby cierpiące z powodu chorób serca mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia (np. uczucie bólu w klatce piersiowej, brak tchu, zmęczenie),
- osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego mogą odczuwać przejściowe nasilenie dolegliwości (np. kaszel, dyskomfort w klatce piersiowej, nasilenie się objawów ataków astmy),

Ogranicz wietrzenie pomieszczeń,

Ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz w przypadku odczuwania pieczenia w oczach, kaszlu lub bólu gardła,

Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania ze źródeł spalania paliw stałych stanowiących dodatkowe/awaryjne źródło ciepła.

Wrażliwe grupy ludności

Ogranicz przebywanie na otwartej przestrzeni,

Regularnie przyjmuj leki (osoby z astmą mogą częściej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie),

Dodatkowe informacje

W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

Zaleca się również

Zwiększenie nadzoru nad osobami przewlekle chorymi, w tym niepełnosprawnymi,

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,

Bieżące śledzenie prognoz zmian zanieczyszczenia powietrza → powietrze.gios.gov.pl