

Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego

<https://czkw.kielce.uw.gov.pl/czk/aktualnosci-i-komunikat/komunikaty-kryzysowe/11501,SMOG-ZALECENIA-DLA-LUDNOSCI.html>
07.05.2024, 07:06

SMOG: ZALECENIA DLA LUDNOŚCI

Zalecenia dla ludności przy zanieczyszczonym powietrzu.

Osoby szczególnie wrażliwe na zanieczyszczenie powietrza: dzieci i młodzież poniżej 25 roku życia, kobiety w ciąży, osoby starsze i w podeszłym wieku, osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu oddechowego, chorzy na astmę, choroby alergiczne skóry i oczu, osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu krwionośnego, osoby zawodowo narażone na działanie pyłów i innych zanieczyszczeń oraz osoby palące papierosy, powinny podjąć następujące środki ostrożności:

- uniknąć długotrwałego przebywania na otwartej przestrzeni dla uniknięcia długotrwałego narażenia na podwyższone stężenia zanieczyszczeń;
- ograniczyć duży wysiłek fizyczny na otwartej przestrzeni np. uprawianie sportu, czynności zawodowe zwiększające narażenie na działanie zanieczyszczeń;
- osoby chore powinny zaopatrzyć się we właściwe medykamenty i stosować się do zaleceń lekarzy;
- zaniechać palenia papierosów;

W przypadku pogorszenia stanu zdrowia należy skontaktować się z lekarzem.

Osoby udające się do pracy, szkół itp. ograniczyć ruch samochodowy i przesiąść się do komunikacji miejskiej lub tak organizować przejazd autem, aby zabierać maksymalną liczbę pasażerów.

[Drukuj](#)

[Generuj PDF](#)

[Powiadom](#)

[Powrót](#)
