



Zanieczyszczenie powietrza - lokalne przekroczenie

2020-12-11

Dziś, 11 grudnia możliwe jest lokalne przekroczenie poziomu 100 µg/m³ dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu - ostrzega Główny Inspektorat Ochrony Środowiska. Chodzi o rejon al. Krasińskiego.

Możliwe negatywne skutki dla zdrowia:

Osoby cierpiące z powodu chorób serca mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia np. uczucie bólu w klatce piersiowej, brak tchu, znużenie.

Osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego mogą odczuwać przejściowe nasilenie dolegliwości, w tym kaszel, dyskomfort w klatce piersiowej, nasilenie się objawów ataków astmy.

Podobne objawy mogą wystąpić również u osób zdrowych. W okresach wysokich stężeń pyłu zawieszonego w powietrzu zwiększa się ryzyko infekcji dróg oddechowych.

Zalecane środki ostrożności:

• Ogół ludności:

- rozważ ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz, jeśli odczuwasz pieczenie w oczach, kaszel lub ból gardła
- ogranicz wietrzenie pomieszczeń
- unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza

Wszelkie informacje o stanie jakości powietrza można śledzić na bieżąco [na stronie internetowej WIOŚ](#) lub na smartfonach za pomocą aplikacji [Powietrze Kraków](#).

• Wrażliwe grupy ludności:

- ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz
- nie zapominaj o normalnie przyjmowanych lekach,
- osoby z astmą mogą częściej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie
- ogranicz wietrzenie pomieszczeń,
- unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza
- w przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem