

Ostrzeżenie o złej jakości powietrza

I. Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia poziomu alarmowego dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu.

W dniu 10.03.2021r. na części woj. mazowieckiego istnieje ryzyko wystąpienia przekroczenia poziomu alarmowego dla pyłu zawieszonego PM10.

Przekroczenie poziomu alarmowego dla pyłu zawieszonego PM10 obejmuje powiat **wołomiński**.

Zrezygnuj ze spacerów. Jeśli możesz, zostań w domu. Nie wietrz pomieszczeń. Chroń dzieci, osoby starsze, kobiety w ciąży.

Obowiązuje Cię zakaz rekreacyjnego palenia w kominkach, zakaz rozpalania grilli i ognisk, zakaz używania spalinowego sprzętu ogrodniczego oraz zakaz używania dmuchaw do liści.

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.

- ogranicz przebywania na otwartej przestrzeni,
- 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,

W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

Ryzyko wystąpienia przekroczenia poziomu informowania ($100 \mu\text{g}/\text{m}^3$) dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu. Prognozowane na dzień 10.03.2021 r. przekroczenie poziomu informowania dla pyłu PM10 obejmuje miasto Warszawa dzielnica Śródmieście oraz powiaty: legionowski, wołomiński, otwocki (na podstawie pomiarów ze stacji monitoringu jakości powietrza).