



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

## **Do piątku podwyższone stężenia szkodliwych pyłów w powietrzu**

Publikowane od  
11.10.2018 15:15:39



Jak poinformowa?o Wojewódzkie Centrum Zarz?dzania Kryzysowego w Warszawie, w zwi?zku z utrzymaniem si? podwy?szonych st??e? zanieczyszcze? powietrza (PM 10 i PM 2,5) w województwie mazowieckim wydane zosta?o ostrze?enie I stopnia o z?ej jako?ci powietrza. Obowi?zuje ono do pi?tku

12 października br.

Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego radzi, aby w trakcie występowania podwyższonych stężeń ograniczyć czas spędzany na powietrzu. Osoby szczególnie wrażliwe na zanieczyszczenia powietrza, m.in.: dzieci i młodzież poniżej 25. roku życia, kobiety w ciąży, osoby starsze i w podeszłym wieku oraz osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu oddechowego, powinny unikać długotrwałego przebywania na otwartej przestrzeni; ograniczyć duży wysiłek fizyczny na otwartej przestrzeni, np. uprawianie sportu, czynności zawodowe zwiększające narażenie na działanie zanieczyszczeń; zaniechać palenia papierosów. Osoby chore powinny zaopatrzyć się we właściwe medykamenty i stosować się do zaleceń lekarzy. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia należy skontaktować się z lekarzem. Osoby udające się do pracy, szkół itp. powinny ograniczyć ruch samochodowy i przesiąść się do środków komunikacji miejskiej lub tak organizować przejazd samochodem, aby zabierać maksymalną liczbę pasażerów.

*Źródło: Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego w Warszawie*

---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artukul/do-piatku-podwyzszone-stezenia-szkodliwych-pylov-w-powietrzu>