

# Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/aktualnosci/komunikaty/7999,Podwyzszone-stezenia-zanieczyszczen-ostrzezenia-dla-Mazowsza.html>  
29.04.2024, 03:02

## Podwyższone stężenia zanieczyszczeń – ostrzeżenia dla Mazowsza

Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego informuje, że w związku z utrzymywaniem się podwyższonego stężenia zanieczyszczeń powietrza (PM 2,5 i PM10) w województwie mazowieckim wydane zostały ostrzeżenia I stopnia o złej jakości powietrza.

### **Podwyższone stężenia zanieczyszczeń – ostrzeżenia dla Mazowsza**

Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego informuje, że w związku z utrzymywaniem się podwyższonego stężenia zanieczyszczeń powietrza (PM 2,5 i PM10) w województwie mazowieckim wydane zostały ostrzeżenia I stopnia o złej jakości powietrza (najniższe w trójstopniowej skali).

### **Komunikat ostrzegawczy**

W trakcie występowania podwyższonych stężeń należy 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 podjąć następujące środki ostrożności:

- unikać 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. powinny ograniczyć ruch samochodowy i przesiąść się do środków komunikacji miejskiej lub tak organizować przejazd samochodem, aby zabierać maksymalną liczbę pasażerów.

*źródło: [www.mazowieckie.pl](http://www.mazowieckie.pl)*