

Lepiej nie wychodzić!

Data publikacji: 17.02.2025 10:21

Silny mróz i smog raczej nie zachęcają do wyjścia z domu. Szczególnie osoby chore, dzieci i osoby starsze powinny unikać przebywania na zewnątrz.

Bobrówka w Cieszynie częściowo skuta lodem, fot. Natasza Gorzołka

Biuro Prognoz Meteorologicznych w Krakowie wydało ostrzeżenie przed silnym mrozem.

- Prognozuje się temperaturę minimalną w nocy od -16°C do -14°C. Temperatura maksymalna w dzień od -6°C do -3°C. Wiatr o średniej prędkości od 5 km/h do 10 km/h. Ostrzeżenie obowiązuje od godz.22,00 dnia 16 lutego 2025 r. do godz.9,00 dnia 20 lutego 2025 r.

Andrzej Szczygieł Naczelnik Regionalny Wydział Monitoringu Środowiska w Katowicach ostrzega przed złym powietrzem w województwie śląskim, również w powiecie cieszyńskim.

- Na podstawie wyników pomiarów jakości powietrza oraz prognoz meteorologicznych, na poniższym obszarze, ze względu na pył zawieszony PM10, prognozowana jest zła jakość powietrza.

Prognozowane na dzień 17.02.2025 r. przekroczenia poziomu informowania dla pyłu PM10 obejmują: powiat miasto Częstochowa, [...] powiat cieszyński. [...] Ludność zamieszkująca obszar, na którym w dniu 17.02.2025 r. istnieje ryzyko przekroczenia poziomu informowania dla pyłu PM10 wynosi: 1 483 117 osób.

Zalecania

Dla ogółu 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, np. palenia w kominku.

Wrażliwe grupy ludności (naczyniowcy, astmatycy, kobiety w ciąży, dzieci, osoby starsze etc.):

- 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, np. palenia w kominku.

W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

Zaleca się również:

- zwiększenie nadzoru nad osobami przewlekłe chorymi, w tym niepełnosprawnymi, - prowadzenie szerokiej edukacji adresowanej przede wszystkim do uczniów szkół podstawowych, średnich oraz ich prawnych opiekunów, dotyczącej problemu zanieczyszczonego powietrza oraz możliwych zachowań i czynności zmniejszających ryzyko narażenia na wysokie stężenia zanieczyszczeń w tym pyłu zawieszonego,

- bieżące śledzenie informacji o zanieczyszczeniu powietrza <https://powietrze.gios.gov.pl/pjp/current>

NG