

Jak se chovat v období smogové situace?

osobám s chronickými dýchacími potížemi, srdečním onemocněním, starším lidem a malým dětem se doporučuje omezit pobyt pod širým nebem zvláště v ranních a večerních hodinách v důsledku zvýšení intenzity automobilové dopravy a vytápění, dospělým osobám bez zdravotních potíží se doporučuje zdržet se při pobytu pod širým nebem, zvýšené fyzické zátěže, spojené se zvýšenou frekvencí dýchání, větrat krátce, ale intenzivně (3-4 minuty), maximálně omezit využívání dopravních prostředků se spalovacím motorem a přednostně používat veřejnou dopravu (emise z automobilů se významně podílejí na zvýšených koncentracích suspendovaných částic PM10), zvážit nutnost rozvozu zboží a přednostně k rozvozu využívat automobily s lepšími emisními parametry, přednostně využívat zdroje tepla, které nejsou na tuhá paliva (především nevyužívat pro vytápění krby či krbová kamna, která mají sloužit pouze k příležitostnému vytápění a nerozdělávat ohně), topit výhradně kvalitními palivy a nepřetápět obytné místnosti tj. snížit teplotu ve vytápěných místnostech o 1 až 2°C, nenechávat zbytečně běžet motory aut na volnoběh, zdržet se všech činností, které jsou významným zdrojem škodlivin (např. kouření, práce s rozpouštědly, barvami a laky,...), pokud to jde, využít možnost homeoffice.

Další informace naleznete na stránkách SZÚ: <http://www.szu.cz/tema/zivotni-prostredi/smogova-situace-co-muzeme-udelat>