

WOJEWÓDZTWO MAZOWIECKIE

Poziom 0

Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

INFORMACJE O RYZYKU PRZEKROCZENIA POZIOMU ZEROWEGO

| | |
|----------------------------------|--|
| Zagrożenie | Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu |
| Przewidywany czas trwania | Od godz. 07:00 dnia 24.03.2026 r. do godz. 24:00 dnia 24.03.2026 r. |
| Przyczyny | <ul style="list-style-type: none">• Warunki meteorologiczne utrudniające rozprzestrzenianie się zanieczyszczeń,• Emisja z sektora bytowo-komunalnego szczególnie w okresie grzewczym. |

Obszar ryzyka wystąpienia przekroczenia poziomu zerowego dla pyłu zawieszonego PM10

Prognozowane na dzień 24.03.2026 r. przekroczenie dla pyłu zawieszonego PM10 obejmuje powiat legionowski Ostrzeżenie dla osób szczególnie wrażliwych - wydawane jest w przypadku ryzyka wystąpienia dobowych stężeń pyłu PM10 przekraczających wartość dopuszczalną 50 $\mu\text{g}/\text{m}^3$. Ostrzeżenie ma charakter informacyjny i ostrzegawczy dla ochrony wrażliwych grup ludności, do których należą: dzieci i młodzież poniżej 25 roku życia, osoby starsze i w podeszłym wieku, osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu oddechowego, osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu krwionośnego, osoby zawodowo narażone na działanie pyłów i innych zanieczyszczeń oraz osoby palące papierosy i bierni palacze.

Ludność narażona na ryzyko wystąpienia przekroczenia poziomu zerowego dla pyłu zawieszonego PM10

Ludność zamieszkująca obszar, na którym w dniu 24.03.2026 r. istnieje ryzyko przekroczenia poziomu zerowego dla pyłu zawieszonego PM10: ok. 133,1 tys. osób.

INFORMACJE O ZAGROŻENIU

| | |
|--------------------------------|--|
| Wrażliwe grupy ludności | <ul style="list-style-type: none">• osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego (np. astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc),• osoby starsze, kobiety w ciąży oraz dzieci,• ozdrowieńcy,• osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych (zwłaszcza niewydolność serca, choroba wieńcowa), |
| | <ul style="list-style-type: none">• osoby z rozpoznaną chorobą nowotworową. |
| | <ul style="list-style-type: none">• zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych,• osoby cierpiące z powodu chorób serca mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia (np. uczucie bólu w klatce |

| | |
|---|---|
| Możliwe negatywne skutki dla zdrowia | <p>piersiowej, brak tchu, znużenie),</p> <ul style="list-style-type: none"> osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego mogą odczuwać przejściowe nasilenie dolegliwości (np. kaszel, dyskomfort w klatce piersiowej, nasilenie się objawów ataków astmy), podobne objawy mogą wystąpić również u osób zdrowych. |
| Zalecane środki ostrożności | <p><u>Ogół ludności</u></p> <ul style="list-style-type: none"> unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza (np. palenia w kominku), ogranicz wietrzenie pomieszczeń. <p><u>Wrażliwe grupy ludności</u></p> <ul style="list-style-type: none"> osoby z astmą mogą częściej odczuwać objawy (np. duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie, ogranicz przebywanie na zewnątrz, ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz. <p><u>Dodatkowe informacje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> w przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem. <p><u>Zaleca się również</u></p> <ul style="list-style-type: none"> zwiększenie nadzoru nad osobami przewlekle 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, bieżące śledzenie informacji o danych pomiarowych ze stacji (http://powietrze.gios.gov.pl/pjp/current) i informacji o prognozowanych stężeniach zanieczyszczeń (https://powietrze.gios.gov.pl/pjp/airPollution). |

**DZIAŁANIA ZMIERZAJĄCE DO OGRANICZENIA PRZEKROCZEŃ
(określone przez Sejmik Województwa w Planie Działań Krótkoterminowych)**

| | |
|---|--|
| Zakres działań krótkoterminowych | <ul style="list-style-type: none"> ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz w przypadku odczuwania pieczenia w oczach, kaszlu lub bólu gardła, unikanie działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania ze źródeł spalania paliw stałych stanowiących dodatkowe/awaryjne źródło ciepła. |
|---|--|

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

| | |
|---------------------|---|
| Data wydania | 24.03.2026 r. godz. 06:00 |
| Opracowanie | Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego |