

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 25.03.2026 r. do godz. 24:00 dnia 25.03.2026 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 25.03.2026 r. przekroczenie dla pyłu zawieszonego PM10 obejmuje powiat szydłowiecki 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 25.03.2026 r. istnieje ryzyko przekroczenia poziomu zerowego dla pyłu zawieszonego PM10: ok. 37,2 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 cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych (zwłaszcza niewydolność serca, choroba wieńcowa),• ozdrowieńcy,• osoby starsze, kobiety w ciąży oraz dzieci,
	<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

<p>Możliwe negatywne skutki dla zdrowia</p>	<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.
<p>Zalecane środki ostrożności</p>	<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"> • ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz, • ogranicz przebywanie na zewnątrz, • osoby z astmą mogą częściej odczuwać objawy (np. duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie. <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, • 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), • 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.

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

<p>Zakres działań krótkoterminowych</p>	<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

<p>Data wydania</p>	<p>25.03.2026 r. godz. 06:00</p>
<p>Opracowanie</p>	<p>Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego</p>