

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 µg/m ³ dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu
Przewidywany czas trwania	Od godz. 07:00 dnia 20.01.2026 r. do godz. 24:00 dnia 20.01.2026 r.
Przyczyny	• 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 20.01.2026 r. przekroczenie dla pyłu zawieszonego PM10 obejmuje powiat warszawski zachodni Ostrzeżenie dla osób szczególnie wrażliwych - wydawane jest w przypadku ryzyka wystąpienia dobowych stężeń pyłu PM10 przekraczających wartość dopuszczalną 50 µg/m³. 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 20.01.2026 r. istnieje ryzyko przekroczenia poziomu zerowego dla pyłu zawieszonego PM10: ok. 136,5 tys. osób.

INFORMACJE O ZAGROŻENIU

Wrażliwe grupy ludności	• osoby starsze, kobiety w ciąży oraz dzieci, • osoby z rozpoznaną chorobą nowotworową, • osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego (np. astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc), • ozdrowieńcy,
	• osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych (zwłaszcza niewydolność serca, choroba wieńcowa).
	• zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych, • osoby cierpiące z powodu chorób serca mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia (np. uczucie bólu w klatce piersiowej, brak tchu, zmęczenie),

Możliwe negatywne skutki dla zdrowia	- 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	<u>Ogół ludności</u> - ogranicz wietrzenie pomieszczeń, - unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza (np. palenia w kominku). <u>Wrażliwe grupy ludności</u> - 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. <u>Dodatkowe informacje</u> - w przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem. <u>Zaleca się również</u> - 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, - 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).

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

Zakres działań krótkoterminowych	- unikanie działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania ze źródeł spalania paliw stałych stanowiących dodatkowe/awaryjne źródło ciepła, - ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz w przypadku odczuwania pieczenia w oczach, kaszlu lub bólu gardła.
---	--

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Data wydania	20.01.2026 r. godz. 06:00
Opracowanie	Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego