



## کاهش اثرات منفی آلودگی هوا با رعایت توصیه‌های بهداشتی

به گزارش روابط عمومی، در برنامه زنده «چای اوستی» رادیو شهر مراغه، رئیس واحد سلامت محیط و کار معاونت بهداشتی بهداشتی، با اشاره به تغییرات اخیر کیفیت هوا، توضیحات جامعی درباره علت‌های افزایش آلاینده‌ها و توصیه‌های لازم برای پیشگیری از آسیب‌های آن ارائه کرد.

امیرپور با بیان اینکه مراغه همواره به عنوان باغ شهری با هوای نسبتاً مطلوب شناخته شده است، وضعیت فعلی را ناشی از وارونگی دما و کاهش عوامل جوی پاک کننده هوا دانست. او توضیح داد که در روزهای اخیر به دلیل نبود بارندگی و کمبود جریان باد، لایه های آلوده در نزدیکی سطح زمین حبس شده و امکان جابه جایی پیدا نکرده اند.

وی منابع ایجاد آلودگی را به دو گونه طبیعی و انسانی تقسیم کرد و افزود: منابع انسانی مانند فعالیت صنایع، تردد خودورها و سوزاندن پسماندهای کشاورزی، سهم عمده ای در آلودگی فعلی دارند و لازم است به طور جدی مدیریت شوند.

امیرپور، ذرات معلق PM10 را شاخص اصلی پایش آلودگی در شهرستان عنوان کرد و خبر داد که به زودی امکانات لازم برای اندازه گیری ذرات ریز PM2.5 نیز فراهم خواهد شد.

او ضمن قدردانی از همکاری دستگاه هایی همچون پلیس راهور، جهاد کشاورزی، آموزش و پرورش و گروه های مردمی، بر ضرورت کنترل خودروهای فرسوده و ممانعت از سوزاندن برگ و ضایعات باغی تأکید کرد و خطاب به باغداران گفت: اگر مجبور به سوزاندن هستید، این کار باید در ساعات اولیه صبح انجام شود تا آلودگی در هوای سرد عصر و شب محبوس نشود.

امیرپور با هشدار نسبت به اثرات آلودگی هوا بر سلامت گروه های حساس، مجموعه ای از توصیه های ضروری را مطرح کرد:

• کاهش رفت و آمد غیرضروری، به خصوص در فضاهای باز

• استفاده از ماسک استاندارد نظیر N95

• بسته نگه داشتن در و پنجره ها در ساعات پایانی روز

• پرهیز از انجام فعالیت ورزشی در فضای باز

• مصرف بیشتر مایعات

• مراجعه سریع به مراکز درمانی در صورت بروز علائمی مانند تنگی نفس، سرفه مداوم یا سرگیجه

وی با تأکید بر اینکه شرایط کنونی مراغه در سطح تعطیلی شهر قرار نگرفته، ابراز امیدواری کرد که با بارش باران یا افزایش سرعت باد، وضعیت بهبود یابد.

در پایان، دکتر امیرپور از شهروندان خواست برای اطلاع از وضعیت لحظه ای کیفیت هوا، به سامانه پایش هوای کشور مراجعه کنند.