



Гранична = Толерантна вредност 50 µg/m<sup>3</sup>

ИНДЕКС КВАЛИТЕТА ВАЗДУХА (SAQI\_11) од 01.01. до 18.01.2021. године

Период 1-31.01.	Загађујућа материја	ГВ	ТВ	Одличан	Добар	Прихва- тљив	Загађен	Јако загађен
24 часа	PM <sub>10</sub>	50 µg/m <sup>3</sup>	50 µg/m <sup>3</sup>	0 - 25,00	25,1-35,00	35,1-50,0	50,1-100,0	>100,0
Број дана	18			1	3	6	6	2

#### Утицај на здравље и препоруке за понашање становништва

Индекс квалитета ваздуха: **ОДЛИЧАН**

##### Утицај на здравље становништва

Квалитет ваздуха је одличан, без ризика по здравље становништва.

##### Препоруке за понашање становништва

Нема ограничења у боравку на отвореном а у циљу одржавања и унапређења здравих стилова живота, у овим условима се препоручује што дужи боравак на отвореном уз физичке активности, у складу са здравственим стањем појединца (шетња, вежбање на отвореном, возња бицикла и сл.) Ове активности на отвореном треба обављати на што је већој удаљености од видљивих извора загађења ваздуха (саобраћајнице, кућна ложишта и сл.) Ове препоруке се односе на целокупну популацију, укључујући и осетљиве групе у популацији.

Индекс квалитета ваздуха: **ДОБАР**

##### Утицај на здравље становништва

Квалитет ваздуха је добар и боравак на отвореном не представља никакав ризик за већину популације. Изузетак је мали број **изразито осетљивих особа** у популацији, код којих се могу јавити благе до умерене здравствене тегобе (нпр. знаци иритације дисајних органа, кашаљ, бол у грлу) и при нижим концентрацијама загађујућих материја у односу на концентрације на које реагује највећи део популације.

##### Препоруке за понашање становништва

**Препорука за изразито осетљиве особе:** Пратити евентуалну појаву симптома, као што су: кашаљ или отежано дисање. Уколико се јаве, **размотрити** могућност скраћења и смањење интензитета напорних активности\*\* у спољашњој средини.

**Препоруке за остале у популацији:** без ограничења током боравак на отвореном.

\*\*Напорне активности: активности које су праћене убрзаним и дубоким дисањем.

Индекс квалитета ваздуха: **ПРИХВАТЉИВ**

##### Утицај на здравље становништва

Код **осетљивих група\*** у популацији се могу јавити одређене тегобе (најчешће погоршање већ постојећег обољења), али се не очекују ефекти на здравље здравих особа.

\*Осетљиве групе су следеће: старе особе, деца, особе са обољењима срца и плућа.

##### Препоруке за понашање становништва

**Препорука за осетљиве групе:** Може се боравити напољу, али пратити евентуалну појаву симптома као што су кашаљ, отежано дисање, а додатно и појаву лупања срца и необичајног осећаја умора код

**ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ КРАЉЕВО**

Слободана Пенезића 16, 36000 Краљево;

Тел/факс:036/392-336

e-mail: office@zjzkv.org.rs

Страна 3 од 4

особа са обољењима срца. Уколико се јаве ови симптоми, **скратити** дужину и **смањити** интензитет напорних активности\*\* у спољашњој средини, а ако се симптоми задрже и након предузимања ових мера обратити се свом лекару.

**\*\*Напорне активности:** активности које су праћене убрзаним и дубоким дисањем.

Индекс квалитета ваздуха: **ЗАГАЂЕН**

**Утицај на здравље становништва**

Здравствене тегобе се могу јавити у целој популацији, с тим што се код **осетљивих група\*** могу јавити озбиљније здравствене тегобе него у популацији здравих особа.

**\*Осетљиве групе** су следеће: старе особе, деца, особе са обољењима срца и плућа.

**Препоруке за понашање становништва**

**Препорука за осетљиве групе:** **Избежавати** напорне активности\*\* у спољашњој средини. Преусмерити обављање активности у затвореном простору док се не побољша квалитет ваздуха.

**Препоруке за остале у популацији:** **Скратити** дужину и **смањити** интензитет напорних активности.\*\*

Правити чешће паузе у свим активностима у спољашњој средини.

**\*\*Напорне активности:** активности које су праћене убрзаним и дубоким дисањем.

Индекс квалитета ваздуха: **ЈАКО ЗАГАЂЕН**

**Утицај на здравље становништва**

Озбиљне здравствене тегобе се могу очекивати и код здравих особа и у **осетљивим групама\*** популације.

**\*Осетљиве групе** су следеће: старе особе, деца, особе са обољењима срца и плућа.

**Препоруке за понашање становништва**

**Препорука за целокупну популацију:** **Избежавати све физичке активности** у спољашњој средини, скратити боравак на отвореном, преусмерити обављање уобичајених активности у затворени простор док се не побољша квалитет ваздуха.



**ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ КРАЉЕВО**  
Слободана Пенезића 16, 36000 Краљево;  
Тел/факс: 036/392-336  
e-mail: office@zjzkv.org.rs

Страна 4 од 4