



Περιφέρεια Θεσσαλίας
Νομός Καρδίτσας
Δήμος Παλαμά, 13/05/2024
Αρ.πρωτ:4346/13-05-2024

Ενημέρωση για την προστασία της Δημόσιας Υγείας από την αφρικανική σκόνη

Το Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας, Παιδείας και Πολιτισμού του Δήμου Παλαμά στο πλαίσιο της πρόληψης και προστασίας της Δημόσιας Υγείας, έχοντας υπόψη την με αρ.πρωτ: Δ1 (δ) ΓΠ οικ.25498/08-05-2024 εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας και την από 8/5/2024 ανακοίνωση του Ε.Ο.Δ.Υ. σχετικά με το φαινόμενο της αερομεταφοράς σκόνης από την Βόρεια Αφρική και με δεδομένο ότι το φαινόμενο αυτό αναμένεται να επανέρχεται περιοδικά, ενημερώνει τους Δημότες κι ιδιαίτερα τις ευάλωτες και ευαίσθητες ομάδες του πληθυσμού τα ακόλουθα:

Η αφρικανική σκόνη δύναται να επηρεάσει οποιονδήποτε

Ιδιαίτερη προσοχή:

- ◆ Παιδιά και βρέφη
- ◆ Ηλικιωμένα άτομα
- ◆ Άτομα με παθήσεις του αναπνευστικού
- ◆ Άτομα με χρόνιες καρδιοαναπνευστικές παθήσεις

Συστάσεις για την προστασία του κοινού

Ανάλογα με το επίπεδο των εκτιμώμενων 24ωρων συγκεντρώσεων των αιωρούμενων σωματιδίων, οι συστάσεις και τα μέτρα περιλαμβάνουν:

24ωρη

συγκέντρωση
ΑΣ10 (μg/m³)

Συστάσεις σε άτομα αυξημένου κινδύνου

Συστάσεις στον γενικό πληθυσμό

Ενήλικες με αναπνευστικό πρόβλημα, ενήλικες καρδιοπαθείς και παιδιά με αναπνευστικά προβλήματα θα πρέπει να περιορίσουν κάθε έντονη σωματική άσκηση, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους.

51-75

Καμία

76-100

Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα ή καρδιοπαθείς και παιδιά θα πρέπει να περιορίσουν κάθε έντονη σωματική δραστηριότητα, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους.
· Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές του ανακουφιστικού φαρμάκου.

Κάθε άτομο που αισθάνεται ενόχληση στα μάτια ή εμφανίζει βήχα, ρινική συμφόρηση ή ενόχληση στο λαιμό θα πρέπει να περιορίσει τη σωματική του άσκηση- δραστηριότητα, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε

	<ul style="list-style-type: none"> · Άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να περιορίσουν τη σωματική τους δραστηριότητα. · 	εξωτερικούς χώρους.
101-150	<ul style="list-style-type: none"> · Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα · καρδιοπαθείς · παιδιά καθώς και · τα άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να περιορίσουν τη σωματική άσκηση-δραστηριότητα και το χρόνο παραμονής τους σε εξωτερικούς χώρους. · Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές ανακουφιστικού φαρμάκου. · 	Κάθε άτομο θα πρέπει να περιορίσει τη σωματική άσκηση ιδιαίτερα αν αισθάνεται ενόχληση στα μάτια ή εμφανίζει βήχα, ρινική συμφόρηση ή ενόχληση στο λαιμό
>150	<ul style="list-style-type: none"> · Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα · καρδιοπαθείς · παιδιά καθώς και · τα άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να αποφύγουν κάθε σωματική άσκηση-δραστηριότητα σε εξωτερικούς χώρους. Επίσης, συνιστάται η αποφυγή παραμονής σε εξωτερικούς χώρους ιδιαίτερα σε περιοχές με αυξημένη κυκλοφορία. · Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές ανακουφιστικού φαρμάκου. <p>Επί επιμονής συμπτωμάτων συνιστάται επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό.</p>	Σε κάθε άτομο συνιστάται να αποφύγει κάθε σωματική άσκηση σε εξωτερικούς χώρους και να περιορίσει το χρόνο παραμονής σε εξωτερικούς χώρους ιδιαίτερα σε περιοχές με αυξημένη κυκλοφορία.

**24ωρη συγκέντρωση
ΑΣ10 (μg/m3)**

Μέτρα για την προστασία του πληθυσμού

>150	Διακοπή λειτουργίας των δημόσιων ή ιδιωτικών βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, νηπιαγωγείων και σχολείων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης
------	---

Τι θα πρέπει να κάνετε:

- ◆ περιορίστε τις άσκοπες μετακινήσεις και παραμείνετε σε εσωτερικούς χώρους (κλείσιμο παραθύρων, πορτών και λοιπών διόδων αέρα προς το εσωτερικό)
- ◆ διατηρήστε σε καλό επίπεδο την ποιότητα αέρα στο σπίτι ή στο γραφείο
- ◆ βελτιώστε τη μόνωση των εσωτερικών χώρων
- ◆ ενεργοποιήστε έγκαιρα τη συσκευή καθαρισμού αέρα εφόσον υπάρχει, φροντίστε να έχει τα κατάλληλα φίλτρα και να λειτουργεί κανονικά.
- ◆ προτιμήστε το αυτοκίνητο για τις μετακινήσεις
- ◆ αποφύγετε την έντονη σωματική εργασία ή αθλητική δραστηριότητα σε υπαίθριους χώρους
- ◆ χρησιμοποιήστε μάσκες υψηλής αναπνευστικής προστασίας όταν βγαίνετε έξω

- ◆ καθαρίστε με υγρό πανί επιφάνειες επαφής (τραπέζια ,πάγκοι και δάπεδα).
- ◆ αποφύγετε δραστηριότητες που επιδεινώνουν την ποιότητα αέρα στο χώρο, όπως κάπνισμα, χρήση ηλεκτρικής σκούπας κ.α
- ◆ αναζήτηση ιατρικής συμβουλής και βοήθειας σε περίπτωση εμφάνισης ή και επιδείνωσης κλινικών συμπτωμάτων όπως, βήχας, δύσπνοια, φαγούρα κ.α..

Μείνετε ενυδατωμένοι. Πίνετε άφθονο νερό.

Οδηγίες για την προφύλαξη των μαθητών στα σχολεία

Περιορίστε τις εξωτερικές δραστηριότητες :

- ➔ γυμναστική σε εσωτερικούς χώρους
- ➔ αναβολή εκπαιδευτικών επισκέψεων ή σχολικών εκδρομών
- ➔ αποφυγή έντονης σωματικής δραστηριότητας (ποδοσφαιρικοί αγώνες ή άλλα αθλήματα)

Μεριμνήστε για την καλή ποιότητα του αέρα στις τάξεις:

- ➔ διατηρήστε κλειστά τα παράθυρα και τις πόρτες στις αίθουσες διδασκαλίας καθ'όλη τη διάρκεια του φαινομένου
- ➔ καθαρισμός όλων των επιφανειών (θρανία,τραπέζια,πάγκοι με υγρό πανί, **πριν** την έναρξη των μαθημάτων και κατευθυντήριες οδηγίες στο προσωπικό καθαριότητας για τον σωστό καθαρισμό των χώρων.

ΜΕΙΝΕΤΕ ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΟΙ

Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας, Παιδείας και Πολιτισμού Δήμου Παλαμά

ΠΗΓΕΣ:

1. Υπουργείο Υγείας
2. ΕΟΔΥ