

27 lutego 2017



Zabójczy smog

Smog, czyli mglista zawiesina, w skład której wchodzi związek chemiczny i pyły w połowie lutego nadal utrzymywał się w województwie świętokrzyskim. Ma olbrzymi wpływ na nasze zdrowie. Może wywołać chorobę płuc, astmę, zapalenie oskrzeli, nowotwory, a nawet depresję, a u osób starszych demencję. Najbardziej narażeni na oddziaływanie zanieczyszczonego powietrza są ludzie starsi, dzieci, kobiety w ciąży.

W styczniu 2017 roku na terenie południowej Polski powietrze było rekordowo zanieczyszczone. Normy pyłów PM10 i PM2,5 w niektórych miastach zostały przekroczone nawet o 3000%. W województwie świętokrzyskim dochodziło do ośmiokrotnie przekroczonych norm zanieczyszczenia powietrza. Jeszcze w połowie lutego smog utrzymywał się.

- Nawet nie zdajemy sobie sprawy jak znacząco wdychanie takiego powietrza wpływa na nasz organizm. Smog zawiera tlenki siarki, azotu, węgla, benzopireny. Te ostatnie są

związkami chemicznymi o silnym działaniu rakotwórczym, które znajdują się w dymie papierosowym - mówi **Grzegorz Szymański**, lekarz specjalista chorób płuc w Wojewódzkiej Przychodni przy Szpitalu w Czerwonej Górze. - Smog dla nas jest tak samo szkodliwy jak dym papierosowy dla palaczy - dodaje doktor.



Smog nad Kielcami

Najmocniej skutki smogu mogą odczuwać dzieci, kobiety w ciąży, osoby starsze i wszyscy, którzy cierpią z powodu chorób przewlekłych, chorób układu oddechowego i krążenia. U dzieci z powodu nadmiernego wdychania smogu można zaobserwować objawy obronne organizmu, czyli zapalenie śluzówek, zaczerwienione oczy, wydzielinę z nosa. Dzieciom spada odporność organizmu, przez co są narażone na infekcje bakteryjne i wirusowe, alergie, astmę.

- Regularne i długotrwałe wdychanie takich zanieczyszczeń jest rakotwórcze. W innych przypadkach może wystąpić zaostrzenie stanów przewlekłych typu astma, u dzieci zapalenie śluzówek, zaczerwienione oczy, wydzielina z oczu - to objawy obronne organizmu - mówi Grzegorz Szymański. - W smogu oprócz tlenu bardzo szkodliwy jest pył drobnocząsteczkowy, który dostaje się głęboko do płuc, uszkadza pęcherzyki płucne, blokuje

wymianę powietrza w płucach i przekłada się to na zaburzenia krążenia. Wdychanie smogu oprócz tego, że skraca życie, ma wpływ na zaburzenia układu nerwowego. – Najdrobniejsze cząsteczki szkodliwego pyłu mogą przenikać do krwi i w ten sposób rozprzestrzeniać się po całym organizmie, docierając nawet do mózgu. Stąd uważa się, że smog może mieć wpływ na depresję oraz demencję – wyjaśnia doktor Szymański, który potwierdza, że w województwie świętokrzyskim coraz więcej pacjentów przychodzi z objawami, które świadczą o nadmiernym wdychaniu zanieczyszczonego powietrza. Najczęściej są to pacjenci, którzy prowadzą także niezdrowy tryb życia, palą papierosy.



Grzegorz Szymański, lekarz specjalista chorób płuc w Wojewódzkiej Przychodni przy Szpitalu w Czerwonej Górze

Jak się chronić przed smogiem? – Można ograniczyć ruch samochodów, tzn. czasem zamienić auto na autobus, rower, lub spacer. Ci, którzy są najbardziej narażeni: kobiety, dzieci, starsi powinni w tych dnia, gdzie zagrożenie jest największe zostać w domu. Trzeba zapobiegać i dbać o środowisko nie spalając w piecach odpadów – dodaje lekarz.