



هشدار مدیریت بحران برای بازگشت آلودگی هوا به پایتخت

مدیرکل مدیریت بحران استان تهران از بازگشت آلودگی هوا به پایتخت خبر داد و گفت: با توجه به تداوم انباشت آلاینده‌ها به بیماران قلبی توصیه می‌شود از تردد غیرضروری در فضای باز خودداری کنند.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی استانداری تهران، حامد یزدی مهر، بعد از ظهر جمعه از صدور هشدار سطح زرد پایداری هوا در استان تهران خبر داد و اظهار کرد: طبق اعلام سازمان هواشناسی انباشت آلاینده‌ها از امشب جمعه تا روز یکشنبه ۱۹ آذر تداوم خواهد داشت. یزدی مهر با بیان اینکه پایداری هوا، عدم وزش باد قابل ملاحظه، انباشت آلاینده‌های هوا به ویژه ذرات آلودگی را در پی خواهد داشت، گفت: به همه شهروندان و ساکنین مناطق تهران، اسلامشهر، پاکدشت، پیشوا، قدس، ری، شهریار، رباط کریم، قرچک، ملارد، ورامین و جنوب شهرستان پردیس و افراد سالمند و کودکان و بانوان باردار و افرادی که دارای بیماری زمینه‌ای، ناراحتی‌های قلبی و ریوی و تنفسی هستند اکیداً توصیه می‌شود در مواقع بروز آلودگی هوا از تردهای غیر ضروری در فضای باز خودداری کنند.

مدیرکل مدیریت بحران استان تهران افزود: شهروندان توجه داشته باشند که ورزش کردن در فضای باز در مواقع هشدارهای آلودگی هوا مطلقاً انجام نشود چرا که در طول فعالیت‌های هوازی هوای بیشتری داخل ریه فرستاده شده و در نتیجه تنفس عمیق‌تر شده و ذرات آلودگی هوا مستقیماً وارد سیستم تنفسی می‌شود لذا از همه عزیزان و ورزشکاران می‌خواهیم که در مواقع آلودگی هوا خود را تحت تأثیر آلاینده‌ها قرار ندهند و در اماکن سرپوشیده‌ای که دارای تهویه مناسب است فعالیت کنند.

وی در ادامه بر ضرورت مصرف مایعات به ویژه شیر و آبمیوه‌های طبیعی در مواقع آلودگی هوا تأکید کرد و گفت: مصرف مایعات در هوای آلوده اثرات آلاینده‌ها بر ریه را کاهش می‌دهد. یزدی مهر بر لزوم استفاده بیشتر مردم از وسایل حمل و نقل عمومی نیز تأکید و اظهار کرد: مردم حتی المقدور سعی کنند از تردد با خودروهای تک سرنشین اجتناب کنند.