

Jak poznám, že patřím do citlivé/ohrožené skupiny

Zvýšená citlivost vůči působení znečištěného ovzduší je dána věkem a stavem – (citlivější jsou malé děti, těhotné ženy a staří lidé) a oslabením, způsobeným přítomností některých chronických onemocnění.

Pokud máte chronické onemocnění dýchacích cest jako např. astma, chronický zánět průdušek, chronickou obstrukční plicní nemoc anebo dlouhodobé potíže se srdcem, patříte do citlivější skupiny lidí. Všichni starší lidé jsou považováni za citlivější proto, že zdravotní stav se obvykle s věkem postupně zhoršuje a také je u nich větší riziko přítomnosti nerozpoznaného a neléčeného onemocnění srdce nebo dýchacího ústrojí. Děti jsou citlivou skupinou z mnoha důvodů. Tráví víc času venku, jsou fyzicky aktivnější a tím intenzivněji dýchají, přijímají na kg tělesné váhy více vzduchu než dospělí, a tím i škodlivých látek ze vzduchu. Děti častěji dýchají ústy, což ve srovnání s dýcháním nosem, typickým pro dospělé, způsobuje, že se škodliviny mohou dostat hlouběji do jejich plic. Dětské plíce jsou ještě ve vývoji, plicní tkáň je citlivější a mají nedozrálý imunitní systém.

Pokud patříte do této skupiny, máte větší pravděpodobnost, že se u vás mohou vyskytnout nějaké příznaky vyvolané působením zvýšené úrovně znečištění ovzduší. Jen u některých z vás se tyto obtíže skutečně projeví, předem ale není možné předpovědět u koho.