**KAIP ELGTIS ESANT PADIDINTAM ORO UŽTERŠTUMUI MIESTE**

****

***Oro užterštumo indeksas Mažeikiuose pasiekė vidutinę ribą (2018-07-20 10:00 val. duomenimis)***

 **Gyventojams skundžiantis dėl Mažeikių ir Telšių miestuose jaučiamo neaiškios kilmės kvapo, Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Telšių departamentas teikia rekomendacijos, esant padidėjusiai miesto aplinkos oro taršai:**

Oro taršai jautriausi yra vaikai, nėščios moterys, vyresnio amžiaus žmonės, sergantieji lėtinėmis kvėpavimo ir kraujotakos sistemos ligomis. Šie žmonės esant padidėjus oro taršai turėtų pasilikti namuose;

 **Vaikų lopšeliuose-darželiuose** laikyti uždarus langus, atsisakyti žaidimų lauke;

Prie žemės paviršiaus teršalų koncentracija didžiausia. Būtina atsisakyti sportinių užsiėmimų lauke, bėgiojimų ar vaikščiojimų su mažamečiais vaikais. Geriau eiti į parkus, miškelius, atokiau nuo judrių gatvių, pramoninių rajonų;

 **Sergantiesiems lėtinėmis ligomis** reikėtų pasirūpinti vaistų atsargomis;

Saugoti kvėpavimo takus, pridengiant juos kauke;

Neatidarinėti orlaidžių, langų. Patalpų vėdinimui naudoti oro kondicionierius su filtrais;

Prieš vėdinant patalpas, langus ar orlaides rekomenduotina uždengti drėgnu audiniu;

Važiuojant automobiliais, sandariai uždaryti langus.

 Daugiau informacijos kaip elgtis esant padidintam oro užterštumui mieste rasite Lietuvos pasiruošimo ekstremaliosioms situacijoms svetainėje:

<http://www.lt72.lt/pagrindinis/technines-kilmes-pavojai/kaip-elgtis-esant-padidintam-oro-uztersimui-miestuose/>