

Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Ostrzeżenie! Ryzyko wystąpienia przekroczenia pyłu w powietrzu

2026-01-21



Ostrzeżenie o złej jakości powietrza

Główny Inspektorat Ochrony Środowiska informuje o ryzyku wystąpienia złej jakości powietrza w powiecie piaseczyńskim. Chodzi o przekroczenie w środę (21 stycznia) średniodobowego poziomu dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu. Mieszkańcy powinni zachować szczególną ostrożność.

Opublikowano kolejny komunikat skierowany do mieszkańców powiatu piaseczyńskiego, tym razem dotyczący złej jakości powietrza. Główny Inspektorat Ochrony Środowiska oraz Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego informują **o ryzyku przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu - 50 µg/m.** Ostrzeżenie obowiązuje przez całą środę (21 stycznia), aż do północy.

Przyczyny smogu

Utrzymująca się zła jakość powietrza jest wynikiem jednoczesnego oddziaływania kilku czynników. Kluczowe znaczenie ma obecnie intensywne ogrzewanie domów w sezonie zimowym oraz wzmożony ruch samochodowy. Sytuację dodatkowo pogarszają niekorzystne warunki meteorologiczne – w szczególności brak wiatru, który uniemożliwia rozpraszanie się zanieczyszczeń, powodując ich zaleganie nad naszymi głowami.

Środki ostrożności

Wysokie stężenie pyłu PM10 może negatywnie oddziaływać na nasze samopoczucie i zdrowie. Szczególnie narażone są dzieci i młodzież do 25. roku życia oraz osoby starsze i w podeszłym wieku, a także osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu oddechowego i krwionośnego, zawodowo narażone na działanie pyłów i innych zanieczyszczeń, jak również palacze oraz bierni palacze.

Aby zminimalizować ryzyko negatywnych skutków zdrowotnych, specjaliści zalecają:

- ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na świeżym powietrzu, zwłaszcza w przypadku wystąpienia pieczenia oczu, kaszlu lub bólu gardła;
- ograniczenie wietrzenia pomieszczeń, szczególnie w domach, w których przebywają dzieci, osoby starsze oraz kobiety w ciąży;
- regularne przyjmowanie zaleconych leków przez osoby chore na astmę, które mogą częściej doświadczać duszności, kaszlu lub świstów – w razie nasilenia objawów zaleca się kontakt z lekarzem.

Służby apelują również o rezygnację z działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, takich jak spalanie paliw stałych w kominkach czy piecach.

Czujniki powietrza

Przypominamy, że jakość powietrza na terenie gminy Konstancin-Jeziorna jest na bieżąco monitorowana przez system miejskich czujników. Dane z tych urządzeń są

na bieżąco aktualizowane i dostępne dla mieszkańców online pod adresem: panel.syngeos.pl, a także w bezpłatnej aplikacji mobilnej Syngeos – Nasze Powietrze, dostępnej do pobrania w sklepach [Google Play](#) i [App Store](#).

Do pobrania

Załącznik	Size
Ostrzeżenie o złej jakości powietrza – 21.01.2026	100.06 KB
Ostrzeżenie o złej jakości powietrza – 20.01.2026	120 KB

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/news/alerty-meteo/ostrzezenie-ryzyko-wystapienia-przekroczenia-pylu-w-powietrzu-0>