

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

Ostrzeżenie! Ryzyko wystąpienia przekroczenia pyłu w powietrzu

2026-01-28



Ostrzeżenie o złej jakości powietrza

To kolejny dzień z powiadomieniem o ryzyku przekroczenia średniodobowego poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu. Alert obowiązuje przez całą środę (28 stycznia) do północy. 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 wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu - 50 µg/m³.** Ostrzeżenie obowiązuje przez całą środę (28 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 – 28.01.2026	103.88 KB

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/news/alerty-meteo/ostrzezenie-ryzyko-wystapienia-przekroczenia-pylu-w-powietrzu-1>