

Aplinkos oro užterštumas – sudėtinga bei didėjanti tiek vietinio pobūdžio, tiek ir tarpvalstybinė problema, kurią sukelia tam tikri išmetamieji teršalai, kurie arba vieni, arba dėl cheminės reakcijos neigiamai veikia aplinką ir sveikatą.

Oro tarša mieste priklauso:

- ✓ Nuo meteorologinių sąlygų (silpnas vėjas, rūkas sudaro palankias sąlygas teršalams kauptis);
- ✓ Transporto srautų suintensyvėjimo (ypač piko metu);
- ✓ Pramoninių procesų, įskaitant energijos gavybą ir gamybinę veiklą;
- ✓ Suintensyvėjusio kūrenimo šildant patalpas;
- ✓ Netinkamai prižiūrimų gatvių;

Didžiausią rūpestį keliantys aplinkos oro teršalai: anglies monoksidas (CO), azoto dioksidas (NO₂), sieros dioksidas, ozonas, kietosios dalelės (KD₁₀ ir KD_{2.5}), sunkieji metalai.

Azoto dioksidas susijęs su kraujotakos sistemos ligomis, astma, miokardo infarktu, pagyvenusių žmonių lėtine obstrukcine plaučių liga. Dėl šio teršalo trumpalaikio poveikio galimas neigimas poveikis plaučių funkcijai, ypač asmenims, sergantiems astma, tokio poveikio pasėkoje gali suaktyvėti alerginės reakcijos, padidėti bendras sergamumas ir mirtingumas. Ilgalaike padidėjusi azoto dioksido koncentracija pažeidžia plaučių funkciją, padidina kvėpavimo takų infekcijos atsiradimo riziką, bei apatinių kvėpavimo takų ligų dažnį vaikams, linkusiems į alergijas.

Sieros dioksido pagrindinis poveikis žmogui yra kvėpavimo takų dirginimas. Esant didesnėms koncentracijoms atsiranda kosulys, akių gleivinės dirginimas, paburkimas, ašarojimas. Sieros dioksidui ypač jautrūs yra vaikai ir senyvo amžiaus žmonės, sergantys lėtinėmis širdies ir kraujagyslių sistemos bei kvėpavimo organų ligomis.

Apsinuodijus **anglies monoksido** dujomis, žmogus jaučia silpnumą, jam skauda galvą, jį pykina. Į padidėjusį CO kiekį ore ypač jautriai reaguoja širdies ir kraujagyslių ligomis sergantys ligoniai.

Žymus kietųjų dalelių (KD10 ir KD2.5) koncentracijos ore padidėjimas gali sukelti priešlaikinę mirtį nuo kraujotakos sistemos ligų ir kvėpavimo sistemos ligų. Nustatyta ankstyvos mirties rizika žmonėms, sergantiems širdies ir plaučių ligomis, astma, kitomis kvėpavimo organų ligomis, taip pat pagyvenusiems asmenims. Ilgalaikis KD padidėjusios koncentracijos poveikis padidina lėtinės obstrukcinės plaučių ligos atsiradimo riziką, plaučių funkcijos susilpnėjimą suaugusiems, būsimą gyvenimo trukmės sumažėjimą dėl širdies ir plaučių ligų mirtingumo ir galimai dėl plaučių vėžio. Įrodytas ryšys tarp padidėjusio KD kiekio ore ir kūdikių mirtingumo nuo kvėpavimo ligų, vaikų sergamumo bronchitais ir plaučių ligomis.

Rekomendacijos gyventojams, esant padidėjusiai miesto aplinkos oro taršai:

- ✓ 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;
- ✓ 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;
- ✓ Sergantiems lėtinėmis ligomis reikėtų pasirūpinti vaistų atsarga ir, jei įmanoma, pasistengti išvykti iš didmiesčio
- ✓ 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;
- ✓ Verta sekti oro kokybės tyrimais užsiimančių institucijų informaciją.

Kaip galima prisidėti prie oro teršalų sumažinimo?

- Nedeginti buitinių ir pramoninių atliekų: atliekų iš plastmasės ar gumos, naftos produktais užterštų medžiagų, baldų ar kitų medienos atliekų, prisotintų cheminėmis medžiagomis;
- Drėgnas kuras, pavyzdžiui, neišdžiūvusi mediena, dega žemesnėje temperatūroje, todėl didėja išmetamų teršalų (anglies monoksido, kietųjų dalelių, azoto oksidų ir kt.) kiekis;
- Į darbą ir iš jo vykti ne asmeniniu, o visuomeniniu transportu;
- Transporto priemonių spūsčių mažinimas piko valandomis;
- Gatvių priežiūra (smėlio ir druskų likučių pašalimas, esant padidėjusiai oro taršai, plauti gatves ir šaligatvius);
- Pramonės įmonėms galimus taršos mažinimo būdus galima suskirstyti į dvi pagrindines kategorijas: taršos mažinimas (išmetamųjų dujų nusierinimas, filtrų sistemos įdiegimas) ir kuro rūšies pakeitimas.
- Sumažinti į aplinką išmetamų teršalų kiekį taip pat galima naudojant ekologiškai švarią atsinaujinančių energijos šaltinių energiją (saulės, vėjo, geoterminę energiją).

Informaciją parengė Visuomenės sveikatos stebėsenos specialistė Zita Sakalauskaitė