



تعطیلی؛ مهمترین تصمیم برای مقابله با آلودگی هوا!

کمیته اضطرار آلودگی هوای استان تهران در پی افزایش میزان آلودگی هوا، شامگاه یکشنبه تشکیل جلسه داد و بر همین اساس مدارس تمام مقاطع تحصیلی استان به جز دماوند، فیروزکوه، بومهن و پردیس را برای امروز تعطیل اعلام کرد.

کمیته اضطرار آلودگی هوای استان تهران در پی افزایش میزان آلودگی هوا، شامگاه یکشنبه تشکیل جلسه داد و بر همین اساس مدارس تمام مقاطع تحصیلی استان به جز دماوند، فیروزکوه، بومهن و پردیس را برای امروز تعطیل اعلام کرد.

به گزارش ایرنا با افزایش میزان آلودگی هوا در تهران کمیته اضطرار آلودگی هوای استان تهران به ریاست کریمی معاون امور عمرانی استانداری تهران و با حضور مدیرکل حفاظت محیط زیست استان و اعضای کمیته تشکیل شد. براساس تصویب کمیته اضطرار آلودگی هوای پایتخت محدوده طرح ترافیک به محدوده زوج و فرد گسترش و تا ساعت 19 افزایش می یابد. کارخانه های آلاینده ساز شن و ماسه، بتن و آسفالت و فعالیت های شهری آلاینده ساز همچون ساختمان سازی و اقدامات عمرانی هم تعطیل و فروش طرح ترافیک روزانه متوقف است. لغو همه مسابقات ورزشی در فضای باز، توصیه به اصناف برای تعطیلی صنف خود دو ساعت زودتر و همکاری مدیران در موافقت با مرخصی بانوان و مادران شاغل در استان تهران در روز دوشنبه از دیگر مصوبات این جلسه بود.

تولید سالانه 750 هزار تن مواد آلاینده

در هوای تهران

شهر تهران سالانه متحمل 750 هزار تن مواد آلاینده است که اصلی و $zwnj\&$ ترین این مواد ذرات معلق هستند.

جمعیت روزانه تهران حدود 10 میلیون نفر است که آلاینده های این شهر از منابع ثابت و منابع متحرک تولید

می و $zwnj\&$ شود. خودروها و موتورسیکلت ها 85 درصد مواد آلوده کننده را وارد هوای می و $zwnj\&$ کنند که شهروندان تهران تنفس می و $zwnj\&$ کنند. همچنین آلاینده شاخص هوای تهران ذرات معلق هستند که سهم منابع متحرک در تولید این ذرات 70 درصد و سهم منابع ساکن در تولید ذرات معلق 30 درصد است.

بنا به این گزارش سخنگوی شرکت کنترل کیفیت هوای تهران هم گفت: وسایل نقلیه عامل اصلی آلوده شدن هوا در این روزها هستند و اگر باد و باران به داد شهروندان نرسد، روزهای آلوده ادامه خواهد داشت. لایلا نظری افزود: دیروز هوای تهران براساس گزارش ساعتی شرکت کنترل کیفیت هوای تهران از دقایق ابتدایی روز در شرایط ناسالم برای گروه و $zwnj\&$ های حساس بود و آسمان رفته رفته آلوده و $zwnj\&$ تر شد تا در ساعت 20 به آستانه هوای ناسالم برای همه و شاخص 154 رسید. همچنین ایستگاه های

و $zwnj\&$ کنترل آلودگی هوای تهران دیروز میزان ذرات کمتر از $2/5$ میکرون در سراسر شهر تهران را به طور میانگین 145 واحد نمایش دادند.

این ایستگاه ها، میزان گوگرد را 23، دی اکسید نیتروژن 95، از ن 14 و منواکسید کربن را 52 واحد نشان دادند.

بنا به این گزارش دیروز در تمامی موارد فوق به جز از ن، شاخص های آلودگی هوا نسبت به پربروز افزایش یافت.

همچنین حسین شهبازی مدیر واحد پیش و $zwnj\&$ بینی شرکت کنترل کیفیت هوای تهران تاکید کرد: دما طی دو روز آینده افزایش نسبی خواهد یافت. مدیرکل پزشکی قانون تهران درباره این که آیا موارد فوتی ناشی از آلوده هوا در پزشکی قانونی گزارش شده است، گفت: تاکنون شکایتی بابت مرگ در پی آلودگی هوا نشده است. و $rlm\&$

دکتر مسعود قادی و $zwnj\&$ پاشا در حاشیه افتتاح یک مرکز پزشکی قانونی استان تهران افزود: موردی که صرفاً مرگش به دلیل آلودگی هوا بوده و تحت این عنوان به پزشکی قانونی ارجاع شده باشد نداریم اما ممکن است فردی در بیمارستان فوت شده و دارای بیماری و $zwnj\&$ های مزمن قلبی و ریوی باشد که آلودگی هوا آن را تشدید کند که پزشکان ما در بیمارستان برای این فرد جواز دفن صادر می و $zwnj\&$ کنند اما دلیل مرگش صرفاً آلودگی هوا نیست. و $rlm\&$

و $rlm\&$ ؛ استقرار آمبولانس و $zwnj\&$ ها در سطح تهران و $rlm\&$

معاون فنی و عملیاتی اورژانس تهران گفت: با افزایش آلودگی هوای تهران، اورژانس نیز تدابیر ویژه و $zwnj\&$ ای برای ارائه خدمات به افرادی که دچار مشکلات تنفسی می و $zwnj\&$ شوند، در نظر گرفته است. دکتر رضا معتمدی اظهار داشت: علاوه بر 192 نقطه از شهر تهران که موتورلانس و $zwnj\&$ های اورژانس تهران در آن مستقر هستند، به منظور ارائه خدمات بهتر به مردم در زمان بروز مشکلات تنفسی، 8 دستگاه آمبولانس و اتوبوس آمبولانس در میدانی اصلی شهر تهران مستقر شده اند. و $rlm\&$

وی اضافه کرد: 8 دستگاه آمبولانس و اتوبوس آمبولانس اورژانس تهران در میدانی آزادی، انقلاب اسلامی، امام حسین (ع)، ولیعصر (عج)، امام خمینی (ره)، شهرری، فردوسی و تجریش مستقر شده و $zwnj\&$ اند و تمام بیمارستان و $zwnj\&$ های تهران نیز برای پذیرش بیماران تنفسی آمادگی کامل دارند. و $rlm\&$

معاون فنی و عملیاتی اورژانس تهران به مردم توصیه کرد که ضمن کاهش تردد بی و $zwnj\&$ مورد در سطح شهر و عدم

مواجهه بیماران پرخطر و افراد مسن با آلودگی هوا، حتما از مایعاتی مانند شیر استفاده کنند. rlm& معتمدی یادآور شد: استفاده از ماسک zwnj& های استاندارد نیز می zwnj& تواند در کاهش مشکلات تنفسی مردم و شهروندان کمک زیادی کند.

rlm& هوای 12 شهر بزرگ آلوده است rlm&

هوای 12 شهر کشور صبح دیروز آلوده بود و مشهد نیز به جمع شهرهای آلوده پیوست. rlm& براساس اعلام هواشناسی آلودگی در شهرهای بزرگ به علت پایداری هوا تا روزهای پایانی هفته ادامه دارد. در روزهای اخیر کلانشهرهای مرکز کشور به علت سکون هوا با آلودگی روبرو شده و حجم آلاینده zwnj& ها روز به روز در حال افزایش است. هوای تبریز برای دومین روز در شرایط قرمز قرار داشت. شاخص آلودگی در تبریز به 169 رسیده و همین موضوع سبب شد تا تمامی مدارس تبریز برای دومین روز متوالی تعطیل باشند. rlm& رحیم اوغلی رئیس اداره نظارت و پایش اداره zwnj& کل حفاظت محیط زیست آذربایجان شرقی اعلام کرد: rlm& تردد زیاد خودرو zwnj& ها به خصوص خودرو zwnj& های تک سرنشین، گرد و غبار محلی، افزایش استفاده از سیستم zwnj& های گرمایشی خانگی و غیرخانگی در روز zwnj& های سرد، آتش زدن پسماند zwnj& ها در حاشیه zwnj& های غربی و جنوبی شهر و ساکن بودن هوا در افزایش میزان آلودگی کلانشهر تبریز موثر بوده است. rlm& هوای شهر مشهد با افزایش یکباره شاخص zwnj& ها برای تمامی شهروندان این شهر آلوده شد. شاخص آلودگی مشهد دیروز 154 بود و پیش بینی شد این شاخص امروز افزایش یابد. rlm&

rlm& براساس اعلام مرکز پایش محیط زیست، هوای شش شهر بزرگ در شرایط ناسالم برای گروههای حساس قرار دارد. شاخص آلودگی قزوین 136، ساوه 149، لرستان 123، کرمانشاه 125، زابل 106 و یزد 102 بود. شهرهای غربی به علت ورود گرد و غبار آلوده شده اند. rlm&

در همین حال شاخص آلودگی اصفهان و ارومیه که در روزهای گذشته هوای ناسالم داشتند هنوز اعلام نشده است اما این شهرها تنها در مقابل نامشان دارای هوای ناسالم درج شده است. مدارس تمامی مقاطع تحصیلی شهر ارومیه به علت تداوم آلودگی دیروز تعطیل بود. rlm&

"احد وظیفه" مدیرکل پیش zwnj& بینی و هشدار سازمان هواشناسی کشور هم ضمن هشدار در مورد افزایش بی سابقه آلودگی هوا در شهرهای تبریز، ارومیه، تهران، اراک و اصفهان گفت: البته همه ساله در نیمه پایانی آذر و نیمه اول دی zwnj& بدترین شرایط آلودگی هوا که با سکون نسبی و وارونگی دما همراه است را شاهد هستیم.

شایان ذکر است که براساس داده های اطلاعاتی مرکز کنترل کیفیت هوا، در آبان و آذر امسال تعداد روزهای هوای آلوده در تهران نسبت به سالهای اخیر با رشد چشمگیری روبرو شده است. دکتر "ناصرکریمی" استاد ایرانی دانشگاه ترونهایم نورژ نیز در مطلبی که در شبکه های اجتماعی منتشر شده است، آلودگی هوای تهران در آبان امسال را نسبت به سال های گذشته بی سابقه و خطرناک توصیف کرد.

از سوی دیگر "گری لوییس" نماینده مقیم سازمان ملل متحد در ایران دیروز با ارسال دو عکس از آسمان تهران که یکی از آنها مربوط به دیروز و دیگری مربوط به زمستان پارسال بود در فضای مجازی نوشت: آیا میدانید که آلودگی هوا سالانه جان یک نفر از هر 8 نفر را میگیرد؟

"کریم شمس اسنجان" معاون سازمان انتقال خون هم دیروز هشدار داد: آلودگی هوا سبب افزایش هموگلوبین و افزایش غلظت خون شده و احتمال سکنه قلبی و گرفتگی عروق را افزایش می zwnj& دهد. وی در ارتباط با تاثیر آلودگی هوا بر روی خون، zwnj& اظهار داشت: در روزهای آلوده برای اینکه اکسیژن رسانی در بدن دچار اختلال نشود، سطح هموگلوبین خون افزایش می zwnj& یابد. وی افزود: این اتفاق در واقع وارد شدن بدن به فاز جبرانی بوده تا بتواند اکسیژن بافت zwnj& ها را تامین کند. بنابراین در شهرهای آلوده میزان هموگلوبین افراد بیشتر می zwnj& شود. معاون سازمان انتقال خون ادامه داد: میزان افزایش هموگلوبین بستگی به میزان آلودگی هوا و وضعیت جسمانی فرد نیز دارد. به طوری که در سالمندان این وضعیت حادتر است. شمس ادامه داد: افزایش هموگلوبین به میزان متوسط به تنهایی عوارضی ندارد ولی اگر این مسئله خیلی شدید شود غلظت خون و ویسکوزیته خون افزایش می zwnj& یابد. وی ادامه داد: با افزایش غلظت و ویسکوزیته خون حرکت خون در عروق به سختی انجام شده بنابراین احتمال گرفتگی عروق و بروز سکنه قلبی نیز بیشتر خواهد شد.

معاون سازمان انتقال خون گفت: در کودکان افزایش سطح هموگلوبین به طور طبیعی بالاتر از سایر افراد است ولی در روزهای آلوده این حالت تشدید پیدا کرده و در واقع اکسیژن رسانی نامناسب در بدن کودک سبب سیانوز می zwnj& شود و کبودی پوست و تنگی نفس را برای کودکان به همراه خواهد داشت.

همچنین دکتر "پیمان ادیبی zwnj&" متخصص zwnj& گوارش zwnj& با اظهار نگرانی نسبت به تشدید آلودگی هوا در شهرهای پرجمعیت کشور گفت: ابتدا به کبد چرب zwnj& و یا به اصطلاح کبد zwnj& سیروزی zwnj& یکی از شایع zwnj& ترین بیماری zwnj& ها در بین افراد محسوب می zwnj& شود. آلودگی هوا و ذرات معلق zwnj& موجود در آن بر روی مواد غذایی مصرفی zwnj& افراد می zwnj& نشیند zwnj& و همین مساله باعث zwnj& بروز مشکلاتی در کارکرد zwnj& کبد zwnj& نیز می شود، به طوری که اگر کبد افراد دچار چربی بیش از حد شود باید برای ادامه حیات zwnj& از کبد فرد سالم به بیمار پیوند زده شود. در همین حال دکتر "حسن فرهاد غیبی" کارشناس تغذیه به

ساکنان شهرهای پرجمعیت توصیه کرد که هنگام آلودگی هوا از ترکیبات آنتی‌اکسیدانی استفاده کنند. وی گفت: هوای آلوده حاوی ترکیباتی اکسیدکننده و سمی همانند سرب است و از طرفی بدن همواره به ذراتی که در هوای آلوده وجود دارد واکنش التهابی نشان می‌دهد، اما ترکیبات آنتی‌اکسیدانی از این واکنش‌ها ممانعت می‌کنند.

وی ادامه داد: مصرف شیر و لبنیات پرچرب موجب عود بیماری‌های ریوی در هوای آلوده می‌شود، چون به علت وجود کلسیم در شیر می‌تواند به دفع سرب که از طریق آلودگی هوا وارد بدن می‌شود، کمک کرد. این کارشناس تغذیه با اشاره به ضرورت مصرف منابع غذایی حاوی ویتامین E و D افزود: ویتامین D3 در جذب کلسیم و تقویت سیستم ایمنی بسیار موثر است. غیبی خاطر نشان کرد: علاوه بر این ویتامین‌ها، مصرف غذاهایی حاوی آنتی‌اکسیدان همانند سبزیجاتی دارای برگ سبز و نارنجی برای مقابله با آلودگی هوا توصیه می‌شود.

وی هم‌چنین از شهروندان خواست که در هوای آلوده از هرگونه فعالیت‌های بدنی و پیاده‌روی در محیط آزاد پرهیز کنند.