

آلودگی هوا چه تاثیری بر سلامت افراد می‌گذارد؟



فوق تخصص بیماری‌های ریوی گفت: آلودگی هوا در کوتاه مدت منجر به بروز مشکلات تنفسی در قسمت فوقانی ریه، سرفه‌های تحریکی، خارش گلو، آب ریزش چشم و بینی، تنگی نفس، سردرد و مشکلات گوارشی مانند حالت تهوع و استفراغ در افراد می‌شود.

ایسنا/آذربایجان شرقی: فوق تخصص بیماری‌های ریوی گفت: آلودگی هوا در کوتاه مدت منجر به بروز مشکلات تنفسی در قسمت فوقانی ریه، سرفه‌های تحریکی، خارش گلو، آب ریزش چشم و بینی، تنگی نفس، سردرد و مشکلات گوارشی مانند حالت تهوع و استفراغ در افراد می‌شود.

دکتر محمد اسماعیل حجازی در گفت و گو با ایسنا، اظهار کرد: آلودگی هوا در طولانی مدت منجر به تشدید علائم و حملات بیماری‌های مزمن قلبی و ریوی، کوفتگی بدن، احساس خستگی، سردردهای طولانی، کاهش تمرکز، افت سطح هوشیاری، آسیب‌های ریوی در قسمت‌های تحتانی و همچنین باعث ایجاد هموگلوبین غیرطبیعی در خون می‌شود.

وی با ارائه توصیه‌هایی در رابطه با پیشگیری از اثرات آلودگی هوا، گفت: در روزهایی که هوا آلوده است، شهروندان رفت و آمدهای خود را به حداقل رسانده و در پارک‌های داخل شهر ورزش نکنند.

وی با بیان این که دوچرخه سواری میزان تاثیرات آلودگی بر ریه را افزایش می‌دهد، افزود: شهروندانی که روزانه برای رفت و آمد از دوچرخه استفاده می‌کنند، بهتر در زمان آلودگی هوا، از وسایل نقلیه عمومی استفاده کنند.

استفاده از ماسک فیلتردار برای مقابله با اثرات آلودگی هوا

حجازی استفاده از ویتامین‌ها و مایعات را در دفع سموم و افزایش مکانیزم دفاعی سلول‌های بدن موثر دانست و گفت: برای مقابله با اثرات آلودگی هوا، استفاده از ماسک‌های فیلتردار توصیه می‌شود.

وی در این خصوص تشریح کرد: در صورت دسترسی نداشتن به ماسک‌های فیلتردار و یا گران بودن این نوع ماسک برای مصرف روزانه، از دو عدد ماسک معمولی به همراه گاز استریل استفاده شود.

این فوق تخصص بیماری‌های ریوی با بیان این که کودکان، افراد مسن، زنان باردار و افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی و ریوی از جمله گروه‌های حساس جامعه هستند، افزود: کودکان، ریسک‌پذیری بالایی در مقابل آلودگی هوا دارند و افراد بزرگسال نیز باید با احتیاط بالا و کمترین زمان ممکن در سطح شهر حضور داشته باشند.