

ಹೊರಾಂಗಣ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಬಾಲ್ಯದ ಆಸ್ತಮಾ

ಹೊರಾಂಗಣ ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯವು ಹೊರಾಂಗಣ ಅನಿಲಗಳ (ಇಂಗಾಲದ ಮಾನಾಕ್ಸೈಡ್‌ಗಳು, ಸಾರಜನಕ ಮತ್ತು ಗಂಧಕದ ಆಕ್ಸೈಡ್‌ಗಳು, ನೆಲಮಟ್ಟದ ಓಜೋನ್, ಬಾಷ್ಪಶೀಲ ಸಾವಯವ ಸಂಯುಕ್ತಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ) ಮತ್ತು ಅದರ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಪಡಿಸುವ ಘನವಸ್ತುಗಳ (ಪಿಎಂ 2.5 ಮತ್ತು ಪಿಎಂ 10) ಮಾಲಿನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹೊರಾಂಗಣ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯವು ಮಾನವನ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಕೂಲವಾಗಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಮಾವನ್ನು ಉಲ್ಬಣಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು



ಕೆಮ್ಮು



ಉಬ್ಬಸ/
ದಮ್ಮು



ಆಸ್ಪತ್ರೆ
ಭೇಟಿಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ



ಔಷಧಿ / ಇನ್ಫೀಲರ್
ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳ

ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಪರಿಣಾಮಗಳು



ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಬೆಳವಣಿಗೆ
ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು



ಅಕಾಲಿಕ
ಮರಣ

ವಾಯು ಗುಣಮಟ್ಟ ಸೂಚ್ಯಂಕ (AQI)

ಆಸ್ತಮಾ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಶಿಫಾರಸುಗಳು



1-50
(ಉತ್ತಮ)

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ಬಂಧವಿಲ್ಲ



51-100
(ಮಧ್ಯಮ)

ಆಸ್ತಮಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಆಡುವುದು



101-200
(ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ)

ಮನೆಯೊಳಗೆ ಅಥವಾ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಪ್ರಮಾಣ ಕನಿಷ್ಠಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಆಟವಾಡಿ, ಮಾಲಿನ್ಯದ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಇರುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಹೊರಗಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.



201-300
(ಅಧಿಕ ಅನಾರೋಗ್ಯಕಾರಕ)

ಔಷಧಿ ಮತ್ತು ಇನ್ಫೀಲರ್ ಅನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಿ.

