

ಹೊರಾಂಗಣ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯದ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು



ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ
ತೊಂದರೆ

ಹೃದಯದ ಮೂಲಕ
ರಕ್ತದ ಹರಿವು
ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು

ಈಗಿರುವ ಹೃದಯದ
ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು
ಹದಗೆಡಿಸುವುದು

ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಪರಿಣಾಮಗಳು



ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ
ರಕ್ತನಾಳಗಳು

ರಕ್ತದೊತ್ತಡ
ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು

ಅಸಹಜ ಹೃದಯ
ಲಯಗಳು

ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು
ಮತ್ತು ಹೃದಯ
ವೈಫಲ್ಯ

ಯಾರು ಅಪಾಯದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ



ಶಿಶುಗಳು

ಮಕ್ಕಳು

ಗರ್ಭಿಣಿ
ಮಹಿಳೆಯರು

ಹಿರಿಯರು



ಈಗಿರುವ
ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಮತ್ತು
ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ
ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ
ಜನರು



ಕಲುಷಿತ
ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ
ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ
ಜನರು



ಕಲುಷಿತ
ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ
ವಾಸಿಸುವ ಜನರು

ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು



ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ
N95 ಮತ್ತು N99
ಮಾಸ್ಕನ್ನು ಬಳಸಿ



ಗಾಳಿಯ ಗುಣಮಟ್ಟ ಕಳಪೆ
ಇರುವ ದಿನದಂದು ಹೊರಗಡೆ
ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ
ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ



ವಾಯು ಗುಣಮಟ್ಟ
ಸೂಚನಾಂಕಗಳ
ಸಲಹೆಯನ್ನು
ಅನುಸರಿಸಿ



ಕಸ ಮತ್ತು ಪಟಾಕಿ
ಸುಡುವುದನ್ನು
ತಪ್ಪಿಸಿ

