

## 國民健康署提醒，細懸浮微粒指標達 10 級

### 請民眾減少戶外活動及自我保護

細懸浮微粒 PM<sub>2.5</sub> 空污問題近來受到台灣各界關注，世界衛生組織(WHO)指出，PM<sub>2.5</sub> 的健康影響包括氣喘惡化、肺功能降低、呼吸道疾病症狀、心肺疾病死亡率提高、肺癌死亡率升高等。

空氣污染是影響健康的主要環境風險之一，關於空氣污染對健康的影響，國民健康署摘述世界衛生組織(WHO)的研究資訊，提供民眾參考使用，俾以提昇自我健康的認知。

一、**PM<sub>2.5</sub>** 還可以由硫和氮的氧化物轉化而成。而這些氣體污染物往往是人類對化石燃料（煤、石油等）和垃圾的燃燒造成的。在發展中國家，煤炭燃燒是家庭取暖和能源供應的主要方式。沒有先進廢氣處理裝置的柴油汽車也是懸浮粒子的來源。

#### 二、預防方法：

1. 避免於空污超標時進行戶外運動。
2. 外出時使用口罩。
3. 室內可使用空氣清淨機。

#### 三、參考網站：

<http://www.hpa.gov.tw/BHPNet/Web/HealthTopic/TopicArticle.aspx?No=201502160001&parentid=201105060003>