WAQA 워싱턴 대기질에 관한 안내

대기질 상태는 ecology.wa.gov/WAQA에서 확인

좋음

대기가 좋은 상태입니다. 건강상의 위험은 없습니다.

실외 활동을 마음껏 즐기세요!

보통

건강 문제를 가지고 있는 사람들은 실외에서 머무는 시간을 제한해야 하며 실외 활동을 피해야 합니다. 증상이 악화될 수도 있습니다.

민감군에 나쁨

상기 사항과 함께 다음도 적용됩니다.
민감군의 모든 사람들은 실외에서 머무는 시간을 제한해야 합니다. 건강 문제를 가지고 있는 사람들은 증상이 악화될 수도 있습니다. 건강한 사람들 중에서도 많은 사람들에게서 증상이 나타날 수 있습니다.

모두에게 나쁨

모든 사람들, 특히 민감군에서는 실외에 머무는 시간과 실외 활동을 제한해야 하며, 가벼운 실내 활동만 가능합니다.

모두에게 매우 나쁨

모든 사람들이 실내에 머물러야 하며, 격렬한 활동은 피하고, 실내가 너무 덥지 않다면 창문과 문을 닫고 에어컨을 재순환으로 설정하여 가동하며, 가능한 경우 헤파 공기 필터를 사용합니다.

모두에게 위험

상기 사항과 함께 다음도 적용됩니다.
건강 문제를 가지고 사람들은 현재 있는 지역에서 벗어나야 하는지 그리고 적절하게 맞는 호흡 마스크*를 착용해야 하는지 담당의에게 문의합니다. 태우기 금지 및 대피 명령에 주의를 기울입니다.

민감군:

- 다음과 같은 건강 문제를 가지고 있는 사람:
  - 천식, COPD(만성 폐쇄성 폐질환), 당뇨 및 기타 심장/폐질환을 앓고 있는 사람
  - 호흡기 질환 및 감기에 걸린 사람
  - 뇌졸증을 앓았던 사람
- 18세 이하 청소년 및 65세 이상 노인
- 뇌졸중을 앓고 있는 사람
- 임산부
- 흡연자

증상 알기:

- 눈에서 눈물이 나거나 눈이 건조해짐
- 기침/숨을 쉴 때 쌕쌕거림
- 목 및 부비강 염증
- 가래
- 숨가쁨
- 두통
- 불규칙적인 심장박동
- 가슴 통증

증상이 심각하다면, 지금 바로 의사의 진찰을 받으세요!

먼지, 차량, 장작 난로, 산불 및 산업 단지에서 나오는 대기 오염 물질은 건강에 해로울 수 있습니다.

*자세한 건강 정보와 적절한 호흡 마스크를 선택하는 방법은 doh.wa.gov/smokefromfires에서 확인하실 수 있습니다.

Washington State Department of Health

DEPARTMENT OF ECOLOGY State of Washington

2018년 1월