

104 學年度高雄市立右昌國中空氣品質警示及防治宣導

一、「霾」是什麼？

霾（又稱灰霾，或霧霾，中國大陸稱為霾，香港地區稱為煙霞）霾是固體顆粒。霾的核心物質是空氣中看不見的細懸浮微粒 PM2.5。

二、「霾害」的影響

地緣緊鄰中國的台灣不但常年受到大陸的霧霾、沙塵暴影響，讓空氣品質受到衝擊，尤其當中挾帶著有害人體健康的懸浮微粒，對於有氣喘、呼吸道及心血管疾病的敏感性族群影響甚大，長期處於這種環境還會誘發肺癌、心肌缺血及損傷；也有諷刺稱處於霾害環境就是免費吸菸。

三、因應對策：

- (一) 可上「[環保署空氣品質監測網](#)」，查詢即時的空氣污染指標(PSI)和即時細懸浮微粒指標(PM2.5)
- (二) 當空氣品質不佳時，特別是有心臟、呼吸道及心血管疾病的師生，感受到癥狀時，應考慮減少體力消耗，特別是減少戶外活動，並配戴口罩防護。

即時空氣污染指標(PSI)	
檜桎	26 良好
即時濃度值	
懸浮微粒 (PM ₁₀) (單位: µg/m ³)	28
臭氧 (O ₃) (單位: ppb)	7.1
即時細懸浮微粒 (PM _{2.5}) 指標	1 低
細懸浮微粒 (PM _{2.5}) 即時濃度值 (單位: µg/m ³)	3

單位：1. µg/m³，微克/立方公尺
2. ppb，十億分之一

程度	空汙數值	作法
初級防護	PM2.5 指標等級達 4-6 級	減少戶外活動
中級防護	PSI 值達 100 或 PM2.5 指標等級達 7-9 級	戴口罩、關門窗、減少戶外活動
緊急防護	PSI 值達 200 或 PM2.5 指標等級達 10 級	應配戴口罩、護目鏡、立即停止戶外活動、氣喘者加強使用藥物頻率
停課	PSI 值達 400 以上 或 PM2.5 達 350.4 µg/m ³ 以上	惟各校(園)長得視區域空氣汙染狀況，逕行宣布停課

閱後請簽名：

1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.
26.	27.	28.	29.	30.
31.	32.	33.	34.	35.

_____年_____班 衛生股長：_____ 服務股長：_____

導師簽名：_____