

KVALITA OVZDUŠIA A ZDRAVIE NAŠICH DETÍ

KEĎ DIEŤA UROBÍ PRVÉ KRÔČIKY, VŠETCI SA TEŠIA. CHODIŤ ZNAMENÁ MAŤ MOŽNOSŤ PRESÚVAŤ SA ZA TÝM, ČO NÁS ZAUJÍMA, OSAMOSTATNIŤ SA, OBJAVOVAŤ SVET. TÚTO MOŽNOSŤ DEŤOM BERIEME, KEĎ ICH PRIPÚTAME BEZPEČNOSTNÝMI PÁSMI DO AUTOSEDAČIEK A VOZÍME RÁNO DO ŠKOLY, PO OBEDE NA KRÚŽKY. KAŽDÉ AUTO PRED ŠKÔLKOU ČI ŠKOLOU ZHORŠUJE KVALITU VZDUCHU, KTORÝ DETI DÝCHAJÚ. PRED TOXICKÝMI PLYNMI NIE SME CHRÁNENÍ ANI V AUTE, ZNEČISTENIE OVZDUŠIA VO VOZIDLE JE DOKONCA 9- AŽ 12-KRÁT HORŠIE NEŽ VONKU NA ULICI. ODHADUJE SA, ŽE AUTÁ VEZÚCE DETI DO ŠKOLY, TVORIA 20 % RANNEJ DOPRAVY.

Cestná doprava je jedným z hlavných zdrojov znečistenia ovzdušia, po pri priemysle, energetike a lokálnom vykurovaní domácností tuhým palivom. Do ovzdušia sa z výfukov automobilov dostávajú znečisťujúce látky, z ktorých najvýznamnejší vplyv na zdravie detí majú práve prachové častice (PM_{10}), oxid dusičitý (NO_2), polycyklické aromatické uhľovodíky (PAU), oxid uhoľnatý (CO) a ozón (O_3). V dôsledku odierania pneumatík a brzdového obloženia sa do ovzdušia uvoľňujú tuhé častice a ťažké kovy, ktoré sa ukladajú na vozovke a následne sa vŕia do ovzdušia.

ZNEČISTENIE OVZDUŠIA JE ZODPOVEDNÉ ZA 1 Z 10 UMRTÍ U DETÍ MLADŠÍCH AKO 5 ROKOV

Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) je viac ako 90 % detí mladších ako 15 rokov vystavených ovzdušiu, ktoré je nebezpečné pre ich zdravie. Deti sú obzvlášť citlivé na účinky znečistenia v ovzduší, pretože dýchajú rýchlejšie ako dospelí, a tak sa do ich organizmu dostáva viac škodlivín. **Trojročné deti vdýchnu približne dvakrát viac vzduchu na kilogram telesnej hmotnosti ako dospelí,** ich dýchacie cesty sú užšie a pľúca sú

stále v štádiu vývoja, preto sú problémy v dôsledku vdychovania znečisťujúcich látok u nich závažnejšie a trvajú dlhšie.

K poškodeniu zdravia môže dochádzať aj pri nižších úrovniach znečistenia. Deti sú vzhľadom na ich vzrast bližšie k zemi, kde znečisťujúce látky z výfukových spalín dosahujú najvyššie koncentrácie.

Deti, ktoré sa pohybujú v znečistenom ovzduší majú často zníženú imunitu, trpia častejšie chorobami dýchacieho ústrojenstva a majú vyššie riziko rakoviny. Pravidelné, alebo intenzívne vystavenie kombináciám znečisťujúcich látok môže mať za následok zvýšenú náchylnosť na vírusové ochorenia, podráždenie pľúc, zápal priedušiek, zápal pľúc, opuchy, zvýšený výskyt alergií, citlivosť na prach a peľ najmä u astmatikov. Niektoré z týchto látok môžu vyvolávať ospalosť a bolesť hlavy, môžu mať nepriaznivý vplyv na vnímanie, myslenie a reflexy.

RODIČIA, DETI A ZMENA KVALITY OVZDUŠIA

Zlepšenie kvality ovzdušia a udržanie dobrého stavu je celospoločenský problém. Jedným zo spôsobov ako sa k tomu dopracovať je vyhýbať sa fenoménu „mamataxi“. Chodiť do školy peši či na bicykli alebo

kolobežke je navyše prirodzené, zábavné, zdravé a dôležité pre všestranný rozvoj nášho dieťaťa. Môcť dochádzať do školy na bicykli alebo pešo dáva deťom pocit samostatnosti a slobody, ale aj zodpovednosti za seba a svoje životné prostredie.

Deti potrebujú prirodzený, aktívny pohyb minimálne 60 minút denne. Nielen chôdza, ale aj jazda na kolobežke, bicykli či skateboarde prípadne v kombinácii s MHD spôsobujú zlepšenie krvného obehu, pomáhajú predchádzať srdcovo-cievny a iným civilizačným ochoreniam. Ranný pohyb pomáha deťom lepšie sa sústrediť na učenie.

Jedným z opatrení prijatých na zlepšenie kvality ovzdušia na Slovensku je projekt LIFE IP – Zlepšenie kvality ovzdušia, ktorý finančne podporila Európska únia. Cieľom projektu je znížiť vystavenie obyvateľstva vplyvom látok znečisťujúcich ovzdušie predovšetkým z vykurovania domácností a z dopravy. Viac informácií o ovzduší nájdete na www.dnesdycham.sk

