**ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΦΡΙΚΑΝΙΚΗ ΣΚΟΝΗ**

Η Αφρικανική σκόνη μεταφέρει σωματίδια σε μεγάλος φάσμα μεγεθών όπως PM10, PM2,5 η και πολύ μικρότερα. Δυνητικά μπορεί να συμπαρασύρει και ρύπους από την ατμόσφαιρά.

Οι επιπτώσεις του φαινομένου διαφέρουν ανάλογα με το υψόμετρο στο οποίο βρίσκονται τα σωματίδια κατά τη διάρκεια του ταξιδιού τους.

Βασική επίπτωση των φαινομένων μεταφοράς σκόνης είναι η μείωση της θερμοκρασίας του εδάφους εξαιτίας της παρεμπόδισης της ηλιακής ακτινοβολίας.

Σε άλλες περιπτώσεις, όταν η σκόνη κατακάθεται σε χιονισμένες κορυφές βουνών, μειώνει τη δυνατότητα αντανάκλασης της ηλιακής ακτινοβολίας, οδηγώντας σε αύξηση της θερμοκρασίας.

Επειδή η σκόνη μετά τη μεταφορά κατακάθεται πάλι στο έδαφος, μπορεί να επιβαρύνει τοπικά την ποιότητα της ατμόσφαιρας στο επίπεδο του εδάφους, ειδικά αν συμπέσει χρονικά και με άλλες αιτίες που επιβαρύνουν επίσης την ατμόσφαιρα (πχ αυξημένες εκπομπές ρύπων).

Σε συνέχεια μετεωρολογικών προγνώσεων αναφορικά με την εκδήλωση φαινομένων μεταφοράς σκόνης από τη Β. Αφρική και κυρίως από την έρημο της Σαχάρα και για λόγους προστασίας της υγείας των εργαζομένων και της Δημόσιας Υγείας, επισημαίνονται τα κάτωθι:

**ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ**

**ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟ**

Τα σωματίδια της σκόνης δύνανται  να διεισδύσουν βαθιά στους πνεύμονες και ακόμη και να εισέλθουν στην κυκλοφορία του αίματος. Για άτομα με παθήσεις όπως

* χρόνια αναπνευστική πνευμονοπάθεια
* άσθμα,
* βρογχίτιδα

η έκθεση σε αυτά τα σωματίδια μπορεί να επιδεινώσει τα συμπτώματα, οδηγώντας σε δύσπνοια, βήχα, συριγμό και δυσφορία .

**ΑΛΕΡΓΙΑ Η ΕΡΕΘΙΣΜΟ**

* ερεθισμό στο αναπνευστικό σύστημα,
* αλλεργικού τύπου αντιδράσεις σε ορισμένα άτομα,
* ρινική συμφόρηση,
* φτέρνισμα και υγρά μάτια.

**ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΟ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ**

* Τα σωματίδια μπορούν να συμβάλουν στη φλεγμονή, το οξειδωτικό στρες και την αγγειοσυστολή, που μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο καρδιακών προσβολών, εγκεφαλικών επεισοδίων και άλλων καρδιαγγειακών παθήσεων, ιδιαίτερα σε ευάλωτους πληθυσμούς.

**ΑΝΟΣΙΟΠΟΙΗΤΙΚΟ**

* Η έκθεση στην αφρικανική σκόνη μπορεί  να επηρεάσει το ανοσοποιητικό σύστημα, λόγω της   φλεγμονωδους απόκρισης που προκαλείται από τα σωματίδια σκόνης και μπορεί να αποδυναμώσει την άμυνα του σώματος και να δυσκολέψει την καταπολέμηση των παθογόνων μικροοργανισμών.

 **ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ**

* + Κατά τη διάρκεια του φαινομένου και ανάλογα με τις ενημερώσεις της ΕΜΥ, οι εργαζόμενοι που πάσχουν από νοσήματα που επιβαρύνονται, θα πρέπει να περιορίζουν στο ελάχιστο την εργασία η τη σωματική δραστηριότητα σε εξωτερικούς χώρους. Κυρίως οι πάσχοντες από καρδιολογικά, αναπνευστικά προβλήματα καθώς και οι άνω των 65 ετών.
	+ Οι χώροι εργασίας πρέπει να αερίζονται λίγο το πρωί και μετά πόρτες και παράθυρα να παραμένουν κλειστά (για τον περιορισμό εισόδου της σκόνης εντός του χώρου εργασίας).
	+ Όπου υπάρχει δυνατότητα ανακύκλωσης εσωτερικού αέρα να προτιμάτε
	+ Αποφυγή καπνίσματος η χρήσης αεροζόλ κατά τη διάρκεια του φαινομένου (ή άλλων πηγών που επιβαρύνουν την ποιότητα του εσωτερικού αέρα)

**Σε περίπτωση ανάγκης για εργασία σε εξωτερικούς χώρους συνίσταται η χρήση μάσκας ΚΝ95**

ΑΥΞΗΜΕΝΗ ΠΡΟΣΟΧΗ ΓΙΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ  ΠΟΥ ΠΑΣΧΟΥΝ ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΑΝΑΦΕΡΟΜΕΝΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ. ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΝ ΤΟΝ ΘΕΡΑΠΟΝΤΑ ΙΑΤΡΟ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΠΙΘΑΝΗ ΑΛΛΑΓΗ Η ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗΣ ΤΟΥΣ ΑΓΩΓΗΣ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

* Σε περίπτωση όπου κατοικημένες περιοχές βρίσκονται εντός της ζώνης εκδήλωσης του επεισοδίου κι επηρεάζονται από την μεταφορά της σκόνης προτείνεται η ελάττωση των άσκοπων μετακινήσεων και η παραμονή σε κλειστούς χώρους χωρίς απευθείας επικοινωνία με τον εξωτερικό αέρα (κλείσιμο παραθύρων, πορτών και λοιπών διόδων αέρα προς το εσωτερικό).
* Εφόσον οι κατοικίες διαθέτουν σύστημα κλιματισμού, προτείνεται η χρήση του στη λειτουργία ανακύκλωσης του εσωτερικού αέρα, ώστε να ελαχιστοποιηθεί η επιβάρυνση της ποιότητας του αέρα στους εσωτερικούς χώρους. Η επιλογή εισαγωγής «φρέσκου αέρα» που παρέχεται από ορισμένα συστήματα κλιματισμού πρέπει να απενεργοποιείται κατά τη διάρκεια του επεισοδίου για να αποφευχθεί η εισροή καπνού από το εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, είναι απαραίτητη η σωστή συντήρηση των φίλτρων των συστημάτων κλιματισμού.
* Μείωση των πηγών ρύπανσης του εσωτερικού αέρα εντός του σπιτιού. Κατά τη διάρκεια ενός επεισοδίου πρέπει να αποφεύγεται το κάπνισμα στο εσωτερικό των κατοικιών, το μαγείρεμα με τη χρήση ψησταριάς, η χρήση τζακιού για ψήσιμο/μαγείρεμα/θέρμανση, η χρήση αεροζόλ και οποιασδήποτε άλλης πηγής που ενδέχεται να επιβαρύνει την ποιότητα του εσωτερικού αέρα.
* Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα ή καρδιοπαθείς και παιδιά θα πρέπει να περιορίσουν κάθε έντονη σωματική δραστηριότητα, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους.
* Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές του ανακουφιστικού φαρμάκου.
* Άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να περιορίσουν τη σωματική τους δραστηριότητα.
* Ενυδάτωση= άφθονο νερό

**ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΟΥΜΕ ΚΑΙ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΜΕ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΤΩΝ ΑΡΜΟΔΙΩΝ ΑΡΧΩΝ**

