

COS'È IL PM2,5?

Questo è Larry. Larry è un particolato fine PM2,5. Lui e i suoi compagni vivono nel fumo degli incendi.



Larry non è l'unico a viverci. Il fumo è una miscela di particolati, vapore acqueo e gas. Ma Larry è quello che pianta più grane.



Larry è microscopico. È così piccolo che 40 Larry fianco a fianco sono la larghezza di un capello umano.

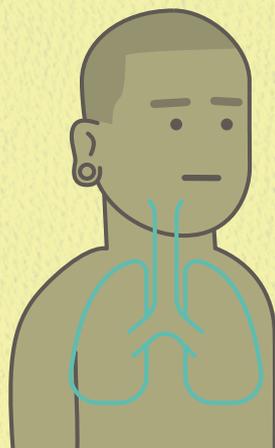
← 40 Larry →

← Capello →

Dato che Larry e i suoi amici sono così piccoli, possono entrare in tutti i posti dove non dovrebbero esserci.



Possono entrare fino in profondità nel sistema respiratorio e bazzicare nei tuoi polmoni.



Se c'è fumo fuori, controlla se ci sono avvisi di incendio nella tua zona su emergency.vic.gov.au



Visita www.betterhealth.vic.gov.au per ulteriori informazioni sul fumo e la tua salute.

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services, Dicembre 2016.

IN CHE MODO IL FUMO PUÒ AVERE DELLE CONSEGUENZE SULLA MIA SALUTE?

Il fumo prodotto da incendi non rappresenta solamente una minaccia per la tua sicurezza, ma anche un rischio per la salute.



Le conseguenze dell'esposizione al fumo possono variare. Le conseguenze sulla salute potrebbero essere semplicemente un prurito agli occhi e mal di gola, ma per alcune persone possono essere più gravi.

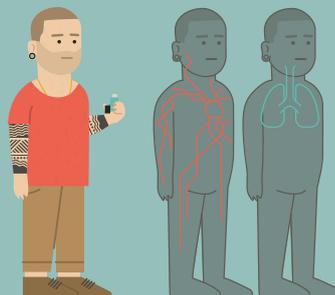


I particolati fini come Larry possono causare alcuni effetti a breve termine o a lungo termine sul sistema respiratorio o cardiovascolare.



PM2.5

Ciò potrebbe comportare grossi problemi per il cuore e i polmoni, soprattutto se hai l'asma o altri disturbi polmonari.



I sintomi a breve termine dell'irritazione causata dal fumo, come il prurito agli occhi, il mal di gola, il naso che cola e la tosse, solitamente scompaiono negli adulti sani una volta che si allontanano dal fumo.



Se sei affetto da sintomi che possono essere dovuti all'esposizione al fumo, consulta un medico o chiama NURSE-ON-CALL al 1300 60 60 24.

Chiunque sia colpito da dispnea, senso di costrizione toracica o mancanza di respiro deve chiamare 000.



Visita www.betterhealth.vic.gov.au per ulteriori informazioni sul fumo e la tua salute.

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services, Dicembre 2016.

CHI È PIÙ SENSIBILE ALLE CONSEGUENZE DELL'ESPOSIZIONE AL FUMO?

Mi piace bazzicare nel fumo degli incendi.



Larry è un particolato fine PM2,5. Irrita alcune persone più di altre.

I bambini fino a 14 anni e gli adulti oltre i 65 anni, i fumatori, le donne incinte e le persone affette da un disturbo cardiaco o polmonare possono fare molta più fatica a sopportare Larry. I loro sintomi possono peggiorare con concentrazioni di fumo inferiori rispetto ad altre persone.



Inoltre i bambini sono più a rischio perché i loro sistemi respiratori sono ancora in via di sviluppo, corrono spesso e respirano più aria per peso corporeo rispetto agli adulti.



PIÙ FUMO = PIÙ LARRY.



Quindi, quando c'è fumo fuori, tieni sotto controllo i bambini, i vicini con più di 65 anni, o altre persone a rischio.



Visita www.betterhealth.vic.gov.au per ulteriori informazioni sul fumo e la tua salute.

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services, Dicembre 2016.

COME POSSO PROTEGGERE LA MIA SALUTE QUANDO FUORI C'È FUMO?

I particolati fini come Larry possono nuocere alla salute quando fuori c'è fumo. Se sei minacciato da un incendio, rimani al chiuso e diminuisci l'attività fisica.



Se sei affetto da disturbi cardiaci o polmonari, tra cui l'asma, assicurati di prendere i farmaci e di seguire il tuo piano di cura.



Mantieni l'aria all'interno della casa il più salubre possibile. Se hai l'aria condizionata, mettila in "ricircolo" o "riciclo".

Per avere aria salubre all'interno della casa non bisogna fumare, accendere candele o passare l'aspirapolvere.

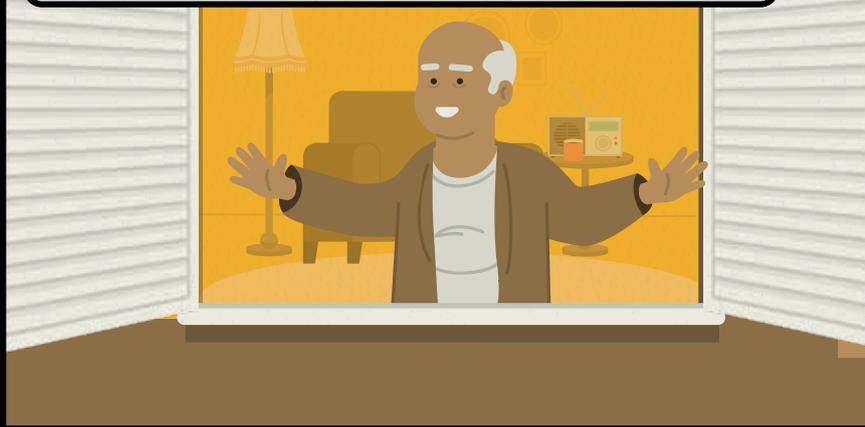


Se non stai bene a casa tua, ed è sicuro farlo, puoi prenderti una pausa e lasciare l'area dove c'è fumo o recarti in un centro con l'aria condizionata, come ad esempio una biblioteca.



E quando non c'è fumo, apri le finestre e le porte per sbarazzarti di eventuale fumo all'interno della casa.

Ci vediamo più tardi, Larry!



Tieni Larry fuori dai polmoni. Stai al sicuro e mantieni libere le vie respiratorie.



Visita www.betterhealth.vic.gov.au per ulteriori informazioni sul fumo e la tua salute.

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services, Dicembre 2016.