



Рекомендации по общественному здравоохранению: проведение школьных занятий под открытым небом во время лесных пожаров

Проверяйте местный показатель качества воздуха (AQI) на сайте (www.deq.state.or.us/aqi/index.aspx) и оценивайте задымленность воздуха на глаз, выходя на улицу.* Сравните показатель AQI и результаты визуальной оценки, определяя уровень загрязнения воздуха в вашем районе. После этого следуйте приведенным ниже рекомендациям, определяя приемлемую степень занятости школьников под открытым небом.**

Показатель качества воздуха	Шкала видимости	Перерывы между занятиями (15 мин.)	Занятия физкультурой (1 час)	Спортивные состязания и упражнения (2–3 часа)
Чистый воздух	Более 5 миль без заметной дымки в воздухе	Прекрасный день для занятий на свежем воздухе!	Прекрасный день для занятий на свежем воздухе!	Прекрасный день для занятий на свежем воздухе!
Умеренное загрязнение	От 5 до 15 миль с заметной дымкой в воздухе	<p>Школьники вполне могут участвовать в активных занятиях под открытым небом.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Наблюдайте за проявлением симптомов, таких, как одышка или кашель, у тех учащихся, которые особенно чувствительны к загрязнению воздуха. 	<ul style="list-style-type: none"> • Наблюдайте за состоянием учащихся, особенно чувствительных к загрязнению воздуха. • Следите за проявлением таких симптомов, как одышка или кашель. • Если симптомы обостряются, контролируйте симптомы и ограничивайте или прекращайте участие школьников в активных занятиях на открытом воздухе. 	<ul style="list-style-type: none"> • Наблюдайте за состоянием учащихся, особенно чувствительных к загрязнению воздуха. • Следите за проявлением таких симптомов, как одышка или кашель. • По мере необходимости увеличивайте продолжительность периодов отдыха и предлагайте школьникам другие занятия. • Если симптомы обостряются, контролируйте симптомы и ограничивайте или прекращайте участие школьников в активных занятиях на открытом воздухе.

* Если результаты вашей визуальной оценки качества воздуха расходятся с показателем AQI, допускайте наихудший вариант. Следуйте рекомендациям, относящимся к наихудшей оценке степени загрязнения воздуха.

** Учащиеся, которым предписаны планы контроля симптомов астмы, должны неукоснительно соблюдать эти предписания. Они должны контролировать свое дыхание и воздействие на них дыма от лесных пожаров. Любой учащийся, испытывающий симптомы астмы, должен обратиться в обслуживающее его медицинское учреждение за дальнейшими рекомендациями. В чрезвычайной ситуации следует звонить по тел. 911.

Показатель качества воздуха	Шкала видимости	Перерывы между занятиями (15 мин.)	Занятия физкультурой (1 час)	Спортивные состязания и упражнения (2–3 часа)
Вредно для здоровья школьников, особо чувствительных к загрязнению воздуха, может ухудшаться.	От 3 до 5 миль (4,8–8 км)	Школьники могут участвовать в активных занятиях под открытым небом. <ul style="list-style-type: none"> Позволяйте учащимся, особо чувствительным к загрязнению воздуха, оставаться, по желанию, во внутренних помещениях. 	<ul style="list-style-type: none"> Проводите занятия со школьниками, особо чувствительными к загрязнению воздуха, во внутренних помещениях. Ограничивайте занятия школьников под открытым небом видами деятельности, не требующими приложения больших физических усилий, или проводите занятия с ними во внутренних помещениях. Увеличивайте продолжительность периодов отдыха и предлагайте альтернативные занятия. Если симптомы обостряются, контролируйте симптомы и ограничивайте или прекращайте участие школьников в активных занятиях на открытом воздухе. 	<ul style="list-style-type: none"> Проводите занятия со школьниками, особо чувствительными к загрязнению воздуха, во внутренних помещениях. Ограничивайте занятия школьников под открытым небом видами деятельности, не требующими приложения больших физических усилий, или проводите занятия с ними во внутренних помещениях. Увеличивайте продолжительность периодов отдыха и предлагайте альтернативные занятия. Если симптомы обостряются, контролируйте симптомы и ограничивайте или прекращайте участие школьников в активных занятиях на открытом воздухе.
Вредно для здоровья	От 1 до 3 миль (1,6–4,8 км)	<ul style="list-style-type: none"> Рассмотрите возможность проведения занятий со всеми учащимися во внутренних помещениях или ограничивайте занятия под открытым небом видами деятельности, не требующими приложения больших физических усилий. Проводите занятия со школьниками, особо чувствительными к загрязнению воздуха, во внутренних помещениях. 	<ul style="list-style-type: none"> Проводите занятия со школьниками, особо чувствительными к загрязнению воздуха, во внутренних помещениях. Рассмотрите возможность проведения занятий со всеми учащимися во внутренних помещениях. Ограничивайте занятия под открытым небом видами деятельности, не требующими приложения больших физических усилий. Увеличивайте продолжительность периодов отдыха и предлагайте альтернативные занятия. 	Рассмотрите любые из следующих возможностей. <ul style="list-style-type: none"> Отмена мероприятия. Проведение мероприятия во внутренних помещениях. Проведение мероприятия в другое время. Проведение мероприятия в районе с чистым воздухом.
Очень вредно или опасно для здоровья	1 миля (1,6 км) или меньше	Содержите всех учащихся во внутренних помещениях.	<ul style="list-style-type: none"> Проводите все занятия во внутренних помещениях. Ограничивайте занятия под открытым небом видами деятельности, не требующими приложения больших физических усилий. Увеличивайте продолжительность периодов отдыха и предлагайте альтернативные занятия. 	Примите любые из следующих мер. <ul style="list-style-type: none"> Отмена мероприятия. Проведение мероприятия во внутренних помещениях. Проведение мероприятия в другое время. Проведение мероприятия в районе с чистым воздухом.

Распознавайте симптомы

Воздействие дыма от лесного пожара может приводить к обострению симптомов астмы. Оно может вызывать приступы астмы. К числу симптомов астмы относятся кашель, одышка, свистящее дыхание и затруднение дыхания (ощущение сдавленности в груди). Даже у тех учащихся, у которых ранее не наблюдалась астма, могут проявляться такие симптомы, когда они подвергаются чрезмерному воздействию воздуха, задымленного лесным пожаром.

Учащиеся, у которых наблюдается астма, должны следовать предписанному им плану предотвращения приступов астмы. Этот план поможет им решать, требуются ли с их стороны особые меры предосторожности при участии в занятиях на открытом воздухе. Спортсменам, страдающим астмой, следует иметь при себе спасательные ингаляторы. Пользоваться ингаляторами они должны в соответствии с указаниями обслуживающего их медицинского персонала. Любой учащийся, испытывающий симптомы астмы, должен обращаться в обслуживающее его медицинское учреждение. Звоните по тел. 911 в чрезвычайных ситуациях.

Показатель качества воздуха

Показатель качества воздуха (AQI) отражает степень чистоты или загрязнения воздуха и уровень его опасности для здоровья. Показатель AQI определяет качество воздуха на основе измерений загрязнения воздуха мониторами департамента контроля качества условий окружающей среды (DEQ). Дополнительные сведения о показателях AQI, используемых в Орегоне, и о том, как они рассчитываются, см. на сайте www.deq.state.or.us/aqi/index.aspx.

Дети и загрязнение воздуха

Дети особенно чувствительны к задымлению воздуха, так как их дыхательные органы все еще развиваются. Кроме того, у детей более узкие дыхательные пути, и они вдыхают больше воздуха в расчете на единицу веса тела. К числу детей, которые могут быть особенно чувствительными к загрязнению воздуха, относятся дети, у которых наблюдаются:

- астма
- инфекция дыхательных путей
- заболевание легких или сердца

Родители таких детей должны выполнять указания обслуживающего медицинского персонала, относящиеся к предотвращению и контролю симптомов. Кроме того, родители должны следить за прогнозами задымления воздуха и соответствующим образом ограничивать объем занятий своих детей.

Шкала видимости

В дополнение к показателю AQI вы можете полагаться на собственные наблюдения, определяя степень загрязнения воздуха в вашем районе. Визуальная оценка степени задымления воздуха производится следующим образом.

- Выйдите на улицу
- Повернитесь лицом в сторону, противоположную Солнцу.
- Определите, на каком расстоянии вы можете различить объекты, расстояние до которых вам известно. Дальность видимости соответствует расстоянию, на котором даже высококонтрастные объекты становятся полностью неразличимыми.

Заккрытие школ

Решения о закрытии школ принимаются руководством индивидуальных школьных округов, обычно с учетом рекомендаций местного департамента здравоохранения. Если у вас возникнут вопросы, относящиеся к загрязнению воздуха и здравоохранению, проконсультируйтесь с представителями местного департамента здравоохранения.

Дополнительные сведения

Дополнительные сведения о том, какое воздействие лесные пожары могут оказывать на ваше здоровье, см. на сайте <http://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareForWildfire.aspx>.

Если у вас возникнут вопросы, относящиеся к загрязнению воздуха и здравоохранению, посоветуйтесь с представителями местного или племенного учреждения системы здравоохранения.



ОТДЕЛ ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ,
служба обеспечения безопасности,
готовности и реагирования (Health
Security, Preparedness and Response)
Телефон: 971-673-1315
Факс: 971-673-1309

Сайт Орегонского управления здравоохранения (ОHA):

<http://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareForWildfire.aspx>

Адрес страницы Орегонского управления здравоохранения (ОHA) на форуме Facebook:

www.facebook.com/OregonHealthAuthority

Адрес страницы Орегонского управления здравоохранения (ОHA) на форуме Twitter:

www.twitter.com/OHAOregon

Вы можете получить текст этого документа на другом языке, набранный крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в предпочитаемом вами формате. Обращайтесь в службу обеспечения безопасности, готовности и реагирования по тел. 971-673-1315 или по эл. почте, по адресу health.security@state.or.us. Мы отвечаем на любые вызовы по линии трансляционной связи; кроме того, вы можете набирать номер 711.