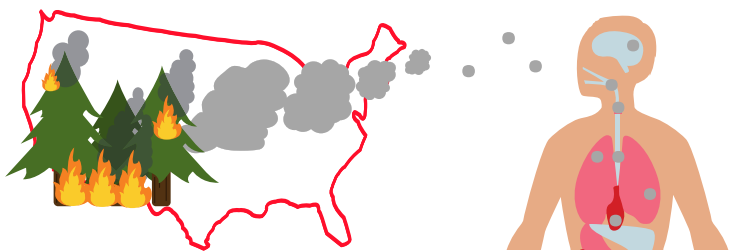


森林大火

和我们的肺

什么是森林大火烟雾？

森林大火烟雾含有混合的空气污染物，如PM_{2.5}。它可以移动数千英里。



- 🔥 PM_{2.5} 是一种直径小于或等于2.5微米的颗粒(比一根头发的直径还小30倍)。
- 🔥 它的大小让它很容易进入肺部。
- 🔥 肺部的炎症影响其他器官，如心脏和大脑。

烟雾对我们的肺有什么影响？

- 🔥 增加哮喘发作和住院率
- 🔥 增加慢性阻塞性肺疾病(COPD)住院率
- 🔥 增加肺炎和支气管炎等肺部感染的几率
- 🔥 有长期肺损伤的风险



想了解更多？



加州大学森林大火教育中心

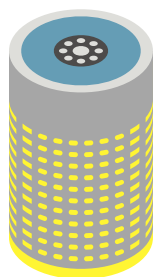


美国国家环境保护局

我们如何保持安全？



和你的医生谈你的相关健康状况。



待在室内，使用带高效微粒空气过滤器的空气净化器。



佩戴紧贴面部的口罩(最好是N95)。



出门前登录airnow.gov 网站查看空气质量指数(AQI)。