

Sat	Vijećnica			Mobilna			Otoka				Bjelave				Ilijaš			Ilidža				Vogošća			
	PM10	NO ₂	SO ₂	PM10	NO ₂	SO ₂	PM10	NO ₂	SO ₂	PM2.5	PM10	NO ₂	SO ₂	PM2.5	PM10	NO ₂	SO ₂	PM10	NO ₂	SO ₂	PM2.5	PM10	NO ₂	SO ₂	PM2.5
	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³	µg/m ³
1:00	18.4	12.7	1.7	53.0	20.3	18.9	99.1	62.1	21.4	81.6	27.6	11.5	11.7	25.5	69.9	14.6		49.4	41.0	25.7	42.9	44.8	25.1	11.5	34.3
2:00	22.4	8.9	1.3	28.0	12.9	12.5	76.1	47.9	18.2	65.7	27.0	12.7	10.6	25.3	52.0	13.0		54.9	39.8	26.1	49.1	40.6	23.7	11.3	34.5
3:00		7.4	1.1	27.0	11.6	9.2	70.5	43.4	15.7	63.9	21.0	4.8	9.0	19.6	54.2	13.7		54.7	37.8	27.3	50.0	30.8	13.9	9.3	26.9
4:00		5.2	1.0	25.0	12.8	7.1	68.5	38.4	13.8	61.4	18.2	3.1	8.6	17.0	52.4	12.2		49.2	33.9	18.8	44.3	27.7	13.3	8.3	24.6
5:00		6.2	1.2	20.0	11.3	7.2	58.6	36.7	12.3	52.5	18.5	3.9	7.8	17.1	52.7	11.6		38.2	28.6	12.4	35.1	29.2	11.2	5.8	25.4
6:00		10.0	1.5	35.0	17.2	6.5	58.2	35.4	12.1	50.6	16.4	3.7	7.8	15.2	61.5	14.3		38.9	30.9	13.6	34.2	31.5	16.4	7.0	27.1
7:00		16.8	2.2	33.0	22.9	7.4	52.9	39.0	13.1	45.2	21.1	14.6	8.7	19.3	52.5	19.1		34.2	30.4	13.3	29.4	34.5	20.6	8.7	25.3
PROSJEK	20.4	9.6	1.4	31.6	15.6	9.8	69.1	43.2	15.2	60.1	21.4	7.8	9.2	19.8	56.5	14.1	#####	45.6	34.6	19.6	40.7	34.1	17.7	8.9	28.3
INDEX	8			44			53				22				55			30				38			
	NO ₂			PM ₁₀			PM ₁₀				PM ₁₀				PM ₁₀			PM ₁₀				PM ₁₀			

* Vrijednost indeksa je izračunata na osnovu najveće vrijednosti koncentracije polutanta i to: PM₁₀ (posljednja 24^h), CO i O₃ (8^h prosjek), NO₂ i SO₂ (posljednja 1^h vrijednost), a prema preporukama Federalnog hidrometeorološkog zavoda

* Vrijednost u tabeli su validirane

<50

0 – 25 DOBAR Kvaliteta zraka smatra se zadovoljavajućom, a onečišćenje zraka ne predstavlja rizik po zdravlje. Nema ograničenja u boravku na otvorenom. U cilju održavanja i unaprijeđenja zdravih stilova života, u ovakvim uslovima preporučuje se boravak na otvorenom uz fizičke aktivnosti, u skladu sa zdravstvenim stanjem pojedinaca. Osim toga, preporučuje se iskoristiti pogodne vremenske prilike i provjetriti prostorije u kojima se boravi duži vremenski period kako bi se smanjilo zagađenje unutrašnjeg zraka, koje takođe ima značajan uticaj na zdravlje ljudi.

26 – 50 DOBAR Kvaliteta zraka smatra se zadovoljavajućom, a onečišćenje zraka predstavlja mali ili nikakav rizik. Nema ograničenja u boravku na otvorenom. Međutim, aktivnosti na otvorenom treba obavljati na što je moguće većoj udaljenosti od vidljivih izvora zagađenja zraka (saobraćajnice, industrija, kućna ložišta...).

51 -
100

51 – 70 UMJEREN Kvaliteta zraka je prihvatljiva, međutim, usljed prisustva nekih zagađivača, može postojati umjereni zdravstveni rizik za vrlo mali broj ljudi koji su prekomjerno osjetljivi na onečišćenje zraka, kod kojih se mogu javiti blage do umjerene zdravstvene tegobe (iritacija dišnog sistema, kašalj, bol u grlu) Za izuzetno osjetljive kategorije stanovništva (hronični plućni i/ili srčani bolesnici koji ne koriste pravilno i pravovremeno terapiju, osobe sklone težim oblicima alergijskih reakcija i astmatičnih napada) preporuke su da prate eventualnu pojavu simptoma kao što su: kašalj ili otežano disanje. Ukoliko se jave takvi simptomi, preporučuje se da obustave naporene fizičke aktivnosti, odnosno aktivnosti koje su praćene dubokim i ubrzanim disanjem. Ukoliko i nakon prestanka fizičkih aktivnosti simptomi ne nestanu, potrebno je javiti se u zdravstvenu ustanovu. Ne predstavlja rizik za većinu populacije.

71 – 100 UMJEREN Kvaliteta zraka je prihvatljiva, međutim, usljed prisustva nekih zagađivača, može postojati umjereni zdravstveni rizik za manji broj ljudi koji su prekomjerno osjetljivi na onečišćenje zraka kod kojih se mogu javiti blage do umjerene zdravstvene tegobe (iritacija dišnog sistema, kašalj, bol u grlu). Za izuzetno osjetljive kategorije stanovništva (hronični plućni i/ili srčani bolesnici koji ne koriste pravilno i pravovremeno terapiju, osobe sklone težim oblicima alergijskih reakcija i astmatičnih napada) preporuke su da potpuno izbjegavaju napore fizičke aktivnosti, odnosno aktivnosti koje su praćene dubokim i ubrzanim disanjem i da koliko je moguće skrate boravak na otvorenom. Ne predstavlja rizik za većinu populacije.

101-
150

NEZDRAV ZA OSJETLJIVE SKUPINE Kvalitet zraka je takav da osjetljive kategorije stanovništva (starija populacija, hronični stabilni bolesnici, trudnice, mlađa djeca...) mogu osjetiti određeni uticaj na zdravlje. Vjerovatno neće uticati na ostatak građana. Može se boraviti vani ali se ipak preporučuje skratiti dužinu boravka, te pratiti eventualnu pojavu simptoma kao što su kašalj, otežano disanje, pojavu lupanja srca i neuobičajenog osjećaja umora kod osoba sa hroničnim oboljenjima. Ostaloj populaciji se preporučuje da izbjegavaju rekreaciju na otvorenom i napore aktivnosti, odnosno aktivnosti koje su praćene dubokim i ubrzanim disanjem.

151-
200

NEZDRAV Svako može početi osjećati uticaj na zdravlje. Osjetljive kategorije stanovništva mogu osjećati ozbiljniji uticaj na zdravlje. Zdravstvene tegobe se mogu javiti u cjeloj populaciji, s tim što se kod osjetljivih kategorija stanovništva, mogu javiti ozbiljnije zdravstvene tegobe. Preporučuje se koliko je moguće smanjiti kretanje na otvorenom u zonama zagađenog zraka i obustaviti rekreaciju na otvorenom i napore aktivnosti, odnosno aktivnosti koje su praćene dubokim i ubrzanim disanjem.

201-
300

VRLO NEZDRAV zdravstveno upozorenje o vanrednim okolnostima. Moguć uticaj na cijelu populaciju. Ozbiljne zdravstvene tegobe, osim kod osjetljivih kategorija stanovništva, mogu se očekivati i u zdravoj populaciji. Preporuke za sve populacione grupe su da izbjegavaju boravak na otvorenom.

>301

OPASAN Zrak je opasan po zdravlje za svakog pojedinca!

Napomena: U slučaju prisustva u zraku bilo koje koncentracije zagađujućih materija koja prelazi maksimalno dozvoljene koncentracije, za direktnu zaštitu od zagađujućih materija, građanima se preporučuje nositi maske za lice sa zaštitnim respiratornim filterima (FFP3, N99, FFP2, N95). Svakako se preporučuje i boravak u prirodnom ambijentu planina u okruženju. Ove preporuke dijelom se poklapaju i sa zdravstvenim preporukama usljed pandemije COVID-19 oboljenjem koja još uvijek traje.

Stalna preporuka građanima je da putem sredstava informisanja prate zvanične informacije o izmjenim koncentracijama zagađujućih materija u zraku i vremenskoj prognozi. Posljednje izmjerene vrijednosti polutanata prikazane su na internet stranici:

<https://www.fhmzbih.gov.ba/latinica/ZRAK/AQI-satne.php>

Više informacija o mjerama samozaštite građani mogu naći u prilogima: „Zdravstvene preporuke rizičnim grupama stanovništva kod povećanih koncentracija zagađujućih materija u zraku u Kantonu Sarajevo“.

<http://www.zzjzks.ba/wp-content/uploads/2018/10/Preventivne-mjere-aerozagadjenje.pdf>

<http://www.zzjzks.ba/wp-content/uploads/2018/10/ZDRAVSTVENE-PREPORUKE-POVECANA-KONCENTRACIJA-ZAG.MATERIJA.pdf>