

## [Uwaga! Ostrzeżenie o złej jakości powietrza](#)

Wysłane przez Katarzyna Barsz..., 21/01/2026 **Treść:** Regionalny Wydział Monitoringu Środowiska w Białymstoku ostrzega, że w najbliższych godzinach w Augustowie wystąpi ryzyko zwiększenia w powietrzu ilości pyłu zawieszonego PM10.

Zgodnie z zapowiedziami zanieczyszczenie może występować do godz. 24.00 dnia 21.01.2026 roku.


PM10 bywa określany jako „pył gruby”. W jego skład mogą wchodzić takie substancje toksyczne jak np. benzopireny, dioksyny i furany.

W tej sytuacji szczególnie uważać powinny osoby cierpiące z powodu przewlekłych chorób sercowo-naczyniowych np. niewydolności serca lub choroby wieńcowej, osoby z rozpoznaną chorobą nowotworową i narzekające na przewlekłe choroby układu oddechowego np. astmę, przewlekłą obturacyjną chorobę płuc oraz starsi, kobiety w ciąży i dzieci.

Osoby chorujące na serce mogą odczuwać pogorszenie samopoczucia np. uczucie bólu w klatce piersiowej, brak tchu i znużenie. Natomiast cierpiący z powodu przewlekłych chorób układu oddechowego skarżyć się mogą na przejściowe nasilenie dolegliwości p. kaszel, dyskomfort w klatce piersiowej lub nasilenie się objawów ataków astmy.

Podobne objawy mogą wystąpić również u osób zdrowych. W okresach wysokich stężeń pyłu zawieszonego w powietrzu zwiększa się również ryzyko infekcji dróg oddechowych.

Regionalny Wydział Monitoringu Środowiska w Białymstoku zachęca więc do ograniczenia intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz, zaniechania wietrzenia pomieszczeń oraz nikania działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza np. palenia w kominku.

**Pliki:**  [powiadomienie o ryzyku przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego pm10 augustow i wysokie mazowieckie 21.01.2026.pdf](#)

**Źródłowy URL:** <https://urząd.augustow.pl/aktualnosci/uwaga-ostrzezenie-o-zlej-jakosc-powietrza-2>