校園空氣汙染防制宣導

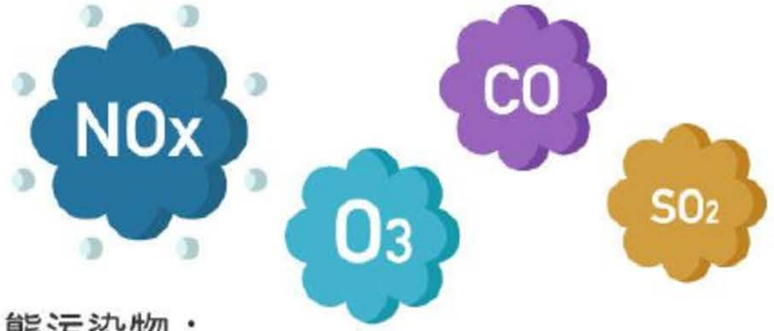
連江縣政府教育處

空氣污染物是什麼？

指空氣中足以直接或間接妨害國民健康或生活環境的物質

衛生福利部 國民健康署

空氣污染物型態



氣態污染物：
如氮氧化物(NOx)、二氧化硫(SO_2)、一氧化碳(CO)、臭氧(O_3)等

粒狀污染物(懸浮物)：
如總懸浮微粒(TSP)、懸浮微粒(PM_{10})、細懸浮微粒($PM_{2.5}$)等

參考資料來源：行政院環境保護署

懸浮微粒是什麼？

PM2.5 懸浮微粒

PM10 懸浮微粒

衛生福利部 國民健康署

＜100 微米(μm)	＜10 微米(μm)	2.5~10 微米(μm)	＜2.5 微米(μm)
稱總懸浮微粒TSP 約為海灘沙粒 可懸浮於空氣中	稱懸浮微粒PM10 約為沙子直徑的1/10 容易通過鼻腔之鼻毛與彎道到達喉嚨	稱粗懸浮微粒 PM2.5-10 約頭髮直徑的1/8~1/20 可以被吸入並附著於人體的呼吸系統	稱細懸浮微粒 PM2.5 約頭髮直徑的1/28 可穿透肺部氣泡，直接進入血管中隨著血液循環全身

懸浮微粒＝particulate matter，PM

參考資料來源：行政院環境保護署

衛生福利部
國民健康署

懸浮微粒會造成什麼健康危害？

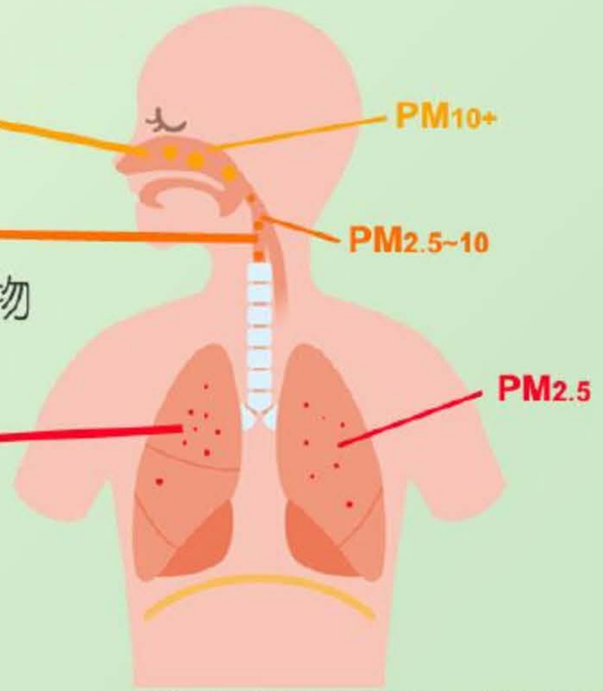
長期暴露於懸浮微粒，易引起心血管疾病、呼吸道疾病以及增加肺癌的危險。

小於PM2.5可進入支氣管及肺泡，隨血液循環全身

> 10 μm
被鼻毛擋住

2.5~10 μm
被鼻毛和呼吸道分泌物阻擋隨痰液排出

< 2.5 μm
一部分沈積在肺部
一部分直接隨血液循環進入全身器官



參考資料來源：細懸浮微粒PM2.5健康自我保護專區

哪裡看空氣品質？

空氣品質監測網

環境即時通

Google play

App Store

學校空品旗幟

認識空氣品質旗幟

良好

空氣良好是綠旗，戶外運動可安心。

可以多到戶外運動！但還是要注意旗幟是否變色喔！

普通

空氣普通是黃旗，戶外活動要小心。

還是可以到戶外運動，但是對空氣敏感、有氣喘的小朋友要注意自己身體，不能做太激烈的運動喔！如果身體不舒服要跟老師說！

敏感

空氣敏感是橘旗，敏感體質要留意。

一般小朋友還是可以到戶外運動，但是對空氣敏感、有氣喘的小朋友要留意自己的身體，不能待在戶外太長時間，要記得戴口罩喔！身體不舒服要跟老師說！

不良

空氣不良是紅旗，減少運動多休息。

要避免長時間劇烈運動。下課時，多待在教室內休息，敏感體質的小朋友更要注意自己的身體，留在教室內，外出要戴口罩喔！

非常不良

空氣危害是紫旗，戶外暫停並小心。

容易讓人生病，所以戶外活動也要停止，離開教室要戴口罩！氣喘或敏感體質的小朋友，更要注意自己的身體，並將藥物隨時帶在身上。

危害

空氣危害是褐紅旗，戶外停止要注意。

容易讓人生病，一定要停止戶外活動待在室內，並將門窗緊閉！氣喘或敏感體質的小朋友，更要注意自己的身體，將藥物隨時帶在身上，氣喘的人應增加使用吸入劑頻率!

關心自己周遭的空氣品質

- 注意空氣品質旗幟顏色，確認今日空氣品質狀況
- 遵守學校空氣品質因應措施：戴口罩、減少戶外活動、關閉門窗等
- 隨時留意自己身體狀況，身體不適時，即時回報

自己健康自己顧
THANK YOU