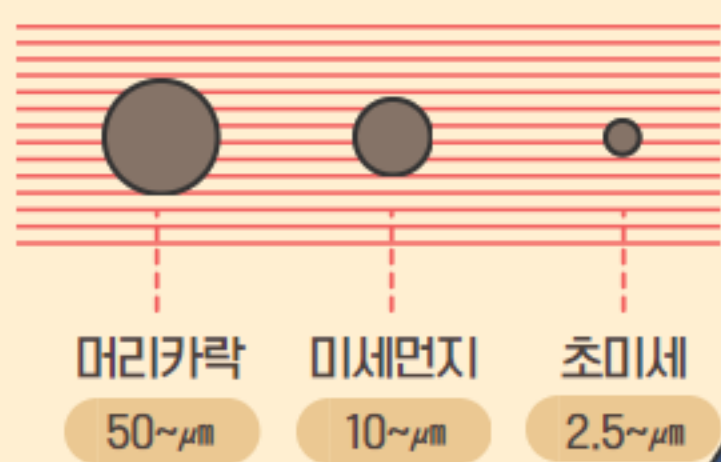


미리 알고 대비하는 미세먼지

# 미세먼지 바로알기!

최근 몇 년간 미세먼지 농도가 최악의 수준을 기록하면서 국민 대부분이  
미세먼지로 인해 고통을 겪고 있는 것으로 나타났다.



눈  
알러지성 결막염, 각막염

코  
알러지성 비염

기관지  
기관지염, 천식, 폐 손상



## 미세먼지란?

대기 중에 떠다니거나  
흩날려 내려오는  
10 $\mu\text{m}$  이하의 입자상  
물질로  
먼지 직경에 따라  
PM10 와 PM2.5 로  
구분



## 미세먼지 예방법 4가지

간단한 미세먼지 예방법만으로도 지킬 수 있는 몸 속 건강!



### 외출 후 손씻기

외출 후에는 반드시 손과 발을  
씻어 청결을 유지한다



### 환기 자제하기

미세먼지가 있는 날에는  
환기를 자제한다



### 마스크 착용하기

외출시에는 꼭 마스크를  
착용하고 나가도록 한다



### 수분 섭취하기

체내 수분 비율을 높여  
미세먼지 농도를 낮춘다

## 미세먼지 예보제

구분		등급				
		좋음	보통	나쁨	매우나쁨	경보
예보 물질	미세먼지 pm 10	0~30	31~80	81~150	151이상	300이
	초미세먼지 pm2.5	0~15	16~35	36~75	76이상	150이상

최악

에어코리아 홈페이지  
또는  
우리동네 대기정보  
어플을 통해 실시간  
미세먼지 농도 확인