

本署檔號 Our Ref.: (120) in DH SEB NCD/15/38 Part VII

各位中醫師：

注意空氣污染高企及其對健康的不良影響

我在此誠請各中醫師注意本港近日下降的空氣質素及其對健康的不良影響。香港於三月二十二日錄得的空氣污染指數介乎 201 至 500 之間，達嚴重水平。是次空氣質素下降的主因是華北的沙塵天氣南移，導致香港空氣中可吸入懸浮粒子的濃度上升（可吸入懸浮粒子即少於十微米的懸浮粒子，以下簡稱「懸浮粒子」）。

根據多項科學研究顯示，空氣中「懸浮粒子」的濃度與因呼吸系統及心血管疾病的求診、入院及死亡人數上升有著明顯的關連。當空氣污染指數超過 200（即嚴重水平）時，患有心臟或呼吸系統疾病的人的病徵可能會明顯轉壞，而一般人士也可能會感到不適，包括眼睛不適、咳嗽、痰多、喉部不適等等。

衛生署呼籲各中醫師協助提供以下的健康忠告給與病人及公眾：

- 當空氣污染指數超過 200（即嚴重水平）時，提醒市民應減少體力消耗及戶外活動。患有心臟或呼吸系統疾病的人士，則應留意身體情況，如感到不適，應盡快徵詢醫生意見。
- 有關使用外科口罩或 N95 防護口罩以減少吸入「懸浮粒子」
 - 雖然外科口罩可以過濾較為大粒的懸浮物，但研究顯示使用此類口罩並不能有效過濾十微米以下的「懸浮粒子」。這個信息對患有心臟或呼吸系統疾病的人士十分重要，可避免他們錯誤地以為佩戴外科口罩可以預防因吸入「懸浮粒子」所導致對健康的不良影響。




- 在使用防護口罩（如 N95 防護口罩）時，能否將口罩緊貼面部會影響其過濾功能。此外，長時間佩戴防護口罩會令人感覺不舒適，使用時亦須加倍用力呼吸。

要知道更多最新空氣污染指數及相關的資訊，可瀏覽以下環境保護署網頁：

http://www.epd.gov.hk/epd/tc_chi/environmentinhk/air/air_quality/air_quality.html。

衛生署衛生防護中心
社會醫學顧問醫生（非傳染病）

（梁挺雄醫生 )

二零一零年三月二十二日