**Jak mapa jakości powietrza pomaga dbać o nasze zdrowie?**

**Czy wiesz czym jest mapa jakości powietrza? Jeśli nie, to koniecznie powinieneś się dowiedzieć, ponieważ może to znacząco wpłynąć na Twoje codzienne zdrowie!**

Czy wiesz, że istnieje coś takiego jak [mapa jakości powietrza](https://airly.org/pl/)? Odczytuje ona dane pomiarowe dotyczące jakości powietrza w danej chwili, dzięki czemu nie musimy narażać się na negatywne efekty zdrowotne pyłków zawieszonych w powietrzu.

**Po co kontrolować stan jakości powietrza?**

To w jakim środowisku przebywamy znacząco wpływa na stan naszego zdrowia. Będąc w miejscu gdzie jest swieże powietrze, czujemy się dobrze i pełni sił. W przypadku gdy oddychamy powietrzem, które jest zanieczyszczone nasz organizm zaczyna czuć się źle, zmniejsza się jego odporność i ogółem jesteśmy przemęczeni i zdenerwowani. Ponad 90% ludzi na świecie oddycha zanieczyszczonym powietrzem, które powoduje, że będąc w długotrwałej ekspozycji na nie, zwiększa się ryzyko na zachorowanie na choroby układu oddechowego, oraz różne choroby przewlekłe i serca. O negatywnych efektach zanieczyszczonego powietrza możemy przeczytać z wielu badań, ponieważ jest to już wielokrotnie badane i potwierdzone zjawisko.

**Mapa jakości powietrza - jakie są zalety?**

Jedną z możliwości unikania zanieczyszczeń, jest sprawdzanie stanu powietrza. Dzięki temu możemy unikać przebywania w miejscach, w których w danej chwilii jest bardzo duże stężenie szkodliwych pyłków. Przydatna do tego jest **mapa jakości powietrza**, która poda nam aktualne informacje, które możemy wykorzystać w czasie bieżącym. Monitorując długotrwałe stany jakości, jesteśmy również w stanie wybierać na urlop, te miejsca, które zapewnią nam czystość powietrza.