



## Zdrowotne konsekwencje smogu teraz i w przyszłości *Kampania „interAKTYWNIĘ po zdrowie”*

Smog jest jednym z poważniejszych zagrożeń cywilizacyjnych XXI wieku, które mają negatywny wpływ na nasze zdrowie, wygląd skóry i nasze samopoczucie. Od paru lat mówimy o nim coraz więcej... ale niestety poziom zanieczyszczeń i niebezpiecznych dla zdrowia pyłów w powietrzu wcale nie maleje. Dlatego tak ważne jest szerzenie wiedzy o smogu - w jaki sposób nam szkodzi i jak możemy się przed nim chronić?

Za smog w dużej mierze odpowiadamy my sami, czyli społeczeństwo. Warto wiedzieć, że do emisji PM<sub>2,5</sub> i benzo[a]pirenu (składniki smogu) przyczynia się głównie spalanie węgla i biomasy w gospodarstwach domowych, budynkach komercyjnych i instytucjonalnych. Wiele osób, nie zdając sobie sprawy z zagrożeń często pali w piecach starymi lakierowanymi meblami, śmieciami, a nawet oponami. Spalanie tworzy sztucznych sprawia, że zmieniają się one w bardzo toksyczne substancje krążące w atmosferze. Powstałe cząsteczki są ciężkie, dlatego zawieszane są nisko w powietrzu, tworząc trujący pył, krążący wokół nas - który niezależnie od tego, kto go wytwarza - wdychamy wszyscy. W skład czynników drażniących wchodzi m.in. tlenek węgla, tlenki azotu oraz szereg substancji o działaniu toksycznym i rakotwórczym (np. węglowodory, w tym wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne)<sup>1</sup>.

### **Alergicy, uważajcie!**

Smog stanowi zagrożenie dla osób w każdym wieku, ale szczególnie niebezpieczny jest dla osób starszych, chorych, dzieci czy alergików. Żyjąc w zanieczyszczonym środowisku, musimy mieć świadomość, że ekspozycja na dymy i pyły może być istotnym zagrożeniem dla prawidłowego funkcjonowania układu oddechowego (przez co może nasilać np. przebieg alergii). Ponadto alergeny wziewne, takie jak np. pyłki drzew i traw, wnikają do dróg oddechowych człowieka wraz z zanieczyszczeniami (np. pył PM<sub>2,5</sub>), silnie pobudzając układ immunologiczny do reakcji obronnej, powodując stany zapalne w organizmie. Dodatkowo, czynniki drażniące obecne w smogu i zawieszonych pyłach podrażniają błony śluzowe (wywołują objawy ze strony spojówek i nosa, ból gardła, kaszel). To z kolei może powodować pogorszenie przebiegu klinicznego chorób alergicznych czy nasilenie objawów astmy. Związane jest to też ze zwiększoną podatnością na infekcje układu oddechowego<sup>2</sup>. U chorych z alergią, w warunkach istotnego narażenia na zanieczyszczenie powietrza, uzasadnione jest zastosowanie leków przeciwalergiczych, charakteryzujących się działaniem przeciwzapalnym<sup>3</sup>.

Pamiętajmy jednak, że problemy związane z układem oddechowym to jedno, ale dodatkowo pyły i zły jakości powietrze mogą wywoływać problemy z sercem, zawały czy nasilać objawy miażdżycy<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Air quality in Europe — 2016 report

<sup>2</sup> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4499913/>

<sup>3</sup> C. Pałczyński, I. Kupryś-Lipińska, P. Kuna. Zanieczyszczenia powietrza atmosferycznego a alergologia układu oddechowego. Rola feksofenadyny i kromoglikanu sodowego. Świat Medycyny, kwiecień 2017: 28-34.



## Jak się chronić przed smogiem?

Zmiany klimatu oddziałują na otoczenie, w którym żyjemy - m.in. wpływają na degradację środowiska, a przez to na niższą jakość żywności czy zanieczyszczenie wody.

W dużej mierze to właśnie od zachodzących zmian klimatycznych zależy nasze zdrowie. Istnieje bowiem negatywny związek między rozwojem cywilizacji, a zanieczyszczeniem powietrza, co wpływa między innymi na rozwój astmy czy alergicznych chorób układu oddechowego<sup>2</sup>. Pył potrafi dotrzeć wszędzie i działać niszcząco w obrębie dowolnego organu.

Co więc możemy zrobić? Przede wszystkim sprawdzamy na dedykowanych stronach lub w aplikacjach jakość powietrza. Dobrą praktyką jest również noszenie certyfikowanych masek ochronnych (przeciwpyłowych), dzięki którym znacznie ograniczymy wnikanie zanieczyszczeń do naszego układu oddechowego. W „smogowe” dni starajmy się ograniczać aktywność na świeżym powietrzu. Istotne jest także, aby nie wietrzyć pomieszczeń - zwłaszcza gdy dopuszczalne normy smogowe są znacznie przekroczone (lub w przypadku silnego pylenia kwiatów i owoców, jeśli jesteśmy alergikami)<sup>2</sup>.

Redukcja stężenia zanieczyszczeń w powietrzu może w znaczący sposób zmniejszyć liczbę osób chorych na choroby przewlekłe np. kardiologiczne. Od tego, jak i kiedy się z tym problemem uporamy, będą zależały stan zdrowia i jakość życia obecnych, ale i przyszłych pokoleń.

Dlatego tak istotne jest rozwijanie świadomości pacjentów, dotyczącej wpływu cywilizacji (zanieczyszczenie powietrza, stres, nieodpowiednia dieta) na ich zdrowie. Taka idea towarzyszy **kampanii „interAKTYWNIEM po zdrowie”**, która ma innowacyjną, niestandardową formę **bezpośredniego kontaktu z odbiorcami w ramach stref edukacyjnych, dostępnych w dwóch największych miastach Polski**, w Warszawie (5-6 kwietnia, CH Blue City) i w Łodzi (12-13 kwietnia, CH Manufaktura). W trakcie wydarzeń, przy użyciu **innowacyjnych, zaawansowanych technologii i interaktywnych narzędzi** (m.in. hologramy, VR, AR, ekrany multimedialne, instalacje itd.), zaprezentowane **zostaną zagrożenia cywilizacyjne** (m.in. smog, stres, degradacja środowiska, dziura ozonowa, niewłaściwa dieta) **i ich wpływ na nasze życie, a w szczególności na nasz organizm.**

Organizatorem kampanii „interAKTYWNIEM po zdrowie” jest firma Sanofi, która zgodnie z misją „Empowering Life” stawia sobie za cel pomoc pacjentom w zrozumieniu potencjalnych zagrożeń dla zdrowia oraz edukowanie w przystępny i atrakcyjny sposób, jak można ich unikać, aby cieszyć się pełnią życia i zdrowia.

Więcej informacji na temat kampanii można znaleźć na stronie: [www.sanofi.pl/media/materialydo pobrania](http://www.sanofi.pl/media/materialydo pobrania)

### Informacje o Sanofi

Sanofi wspiera pacjentów w pokonywaniu wyzwań zdrowotnych. Jesteśmy globalną firmą biofarmaceutyczną skoncentrowaną na zdrowiu ludzkim. Zapobiegamy chorobom za pomocą szczepionek, dostarczamy innowacyjne sposoby leczenia bólu i łagodzenia cierpienia. Wspieramy zarówno tych, którzy cierpią na choroby rzadkie, jak również miliony pacjentów zmagających się z chorobami przewlekłymi. Dzięki zaangażowaniu ponad 100 000 pracowników w 100 krajach, Sanofi przekształca innowacje naukowe w rozwiązania opieki zdrowotnej dostępne na całym świecie. Jedną z 112 fabryk Sanofi, jest zlokalizowana w Rzeszowie. Sanofi w Polsce zatrudnia blisko 1000 pracowników. Według danych IMS Health Polska, Sanofi zajmuje jedno z wiodących miejsc w krajowym rankingu największych firm farmaceutycznych.

Sanofi, Empowering Life

Więcej informacji: [www.sanofi.pl](http://www.sanofi.pl)  [Sanofi Polska](https://www.linkedin.com/company/sanofi-polska)  [@SanofiPolska](https://twitter.com/SanofiPolska)  [SanofiPolska](https://www.instagram.com/SanofiPolska)



**Dodatkowych informacji udzielają:**

Renata OLEJOWSKA  
Communication & Brand PR Manager  
TEL.: (+48 22) 280 06 75, CELL.: 609 596 889  
e-mail: [renata.olejowska@sanofi.com](mailto:renata.olejowska@sanofi.com)

Alicja JABŁOŃSKA – KRZYWY  
PR Manager Consumer Healthcare  
TEL.: +48 22 280 82 45 – CELL.: +48 724 247 245  
e-mail: [alicja.krzywy@sanofi.com](mailto:alicja.krzywy@sanofi.com)

Justyna SPYCHALSKA  
Consultant  
TEL.: 512 029 778  
e-mail: [justyna.spychalska@38pr.pl](mailto:justyna.spychalska@38pr.pl)