



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ  
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΥΓΙΕΙΝΗΣ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
ΤΜΗΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Αθήνα, 19-02-2020  
Αρ. Πρωτ:Δ1(δ)/ΓΠοικ. 10655

Ταχ. Δ/νση : Αριστοτέλους 17  
Ταχ. Κώδικας : 104 33  
Πληροφορίες : Ηλίας Ιορδανίδης  
Τηλέφωνο : 2132161344  
e-mail : iordanidisi@moh.gov.gr  
Fax : 2132161907

ΠΡΟΣ : Όπως Π.Α.

#### ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ

**ΘΕΜΑ: Συστάσεις για την προστασία της Δημόσιας Υγείας από επεισόδια αιθαλομίχλης**

- Σχετ:**
- α. Η ΚΥΑ οικ. 70601/2013 (ΦΕΚ 3272/Β'/2013) με θέμα «Βραχυπρόθεσμα σχέδια δράσης για την αντιμετώπιση ατμοσφαιρικής ρύπανσης από αιωρούμενα σωματίδια.
  - β. Η ΔΥΓ2/Γ.Π. οικ. 3191/14-01-2014 Εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας με θέμα «Συστάσεις για την προστασία της Δημόσιας Υγείας από υψηλά επίπεδα ατμοσφαιρικής ρύπανσης, λόγω αυξημένων συγκεντρώσεων αιωρούμενων σωματιδίων (ΑΣ<sub>10</sub>)» ΑΔΑ: ΒΙΨΠΘ-ΩΣ1
  - γ. Η Δ1(δ)/ΓΠ 56070/29-07-2019 Εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας με θέμα «Λήψη μέτρων για τη διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας σε περιπτώσεις φυσικών καταστροφών όπως οι πυρκαγιές» (ΑΔΑ: 7ΖΒΔ465ΦΥΟ-ΕΑΧ)
  - δ. Ο «Οδηγός για τη διακίνηση καυσόξυλων» της Γενικής Γραμματείας Εμπορίου του Υπουργείου Ανάπτυξης, Ανταγωνιστικότητας, Υποδομών, Μεταφορών και Δικτύων - Δεκέμβριος 2012

Με αφορμή τα συχνά παρατηρούμενα επεισόδια αιθαλομίχλης λόγω αυξημένων συγκεντρώσεων αιωρούμενων σωματιδίων στην ατμόσφαιρα, σε συνδυασμό με τις μετεωρολογικές και τοπογραφικές συνθήκες, κατά τους χειμερινούς μήνες και με στόχο την προστασία της Δημόσιας Υγείας, σας ενημερώνουμε για τα ακόλουθα:

- I. Για τους σκοπούς της παρούσας ως, αιωρούμενα σωματίδια (ΑΣ<sub>10</sub>) ορίζονται τα σωματίδια των οποίων η αεροδυναμική διάμετρος είναι ίση ή μικρότερη των δέκα μικρομέτρων (10μm) και είναι δυνατόν να εισέλθουν στο εσωτερικό του ανθρώπινου οργανισμού διαμέσου της αναπνευστικής οδού. Η ατμόσφαιρα περιέχει αιωρούμενα σωματίδια τα οποία βρίσκονται σε στερεή ή υγρή μορφή.
- II. Κύριες ανθρωπογενείς πηγές αιωρούμενων σωματιδίων θεωρούνται οι εξής:
  - Εστίες καύσης (για παραγωγή ενέργειας και για θέρμανση)
  - Βιομηχανικές – βιοτεχνικές δραστηριότητες
  - Κυκλοφορία οχημάτων

Σε συνέχεια των ανωτέρω:

- 1) Με σκοπό την μείωση των εκπομπών αιωρούμενων σωματιδίων από τις ως άνω αναφερόμενες πηγές, υπενθυμίζουμε τις οδηγίες του ΥΠΕΝ<sup>1</sup> σχετικά με την ορθή χρήση στερεών καυσίμων βιομάζας και εστιών καύσης ως ακολούθως:
- Επιλογή οικονομικών τρόπων θέρμανσης, που παράλληλα όμως δεν βλάπτουν την υγεία και το περιβάλλον.
  - Επιλογή πιστοποιημένων και φιλικών προς το περιβάλλον συσκευών και συστημάτων θέρμανσης και πιστή τήρηση των οδηγιών χρήσης και συντήρησής του κατασκευαστή.
  - Αποφυγή χρήσης ιδιοκατασκευών για θέρμανση.
  - Τις ημέρες με αιθαλομίχλη για τις οποίες ανακοινώνονται μέτρα από την πολιτεία για τον περιορισμό της ρύπανσης αξιοποίηση των εκπτώσεων στο ηλεκτρικό ρεύμα για χρήση εναλλακτικών τρόπων θέρμανσης.
  - Ενημέρωση για τα επίπεδα ατμοσφαιρικής ρύπανσης από την ιστοσελίδα του ΥΠΕΝ: [www.ypeka.gr](http://www.ypeka.gr)
  - Εξασφάλιση ότι τα καυσόξυλα που αγοράζονται είναι σύμφωνα με τις προδιαγραφές και πωλούνται σύμφωνα με τον οδηγό για τη διακίνηση καυσόξυλων. ((δ) σχετ.).
  - Εξασφάλιση ότι τα καύσιμα στερεής βιομάζας που αγοράζονται (pellets, μπριγγέτες κλπ) είναι κατάλληλα για το σύστημα θέρμανσης διαθέτει κάθε οικία (τα συνιστά ο κατασκευαστής) και ότι είναι πιστοποιημένα σύμφωνα με τις ισχύουσες προδιαγραφές.
  - Αποφυγή καύσης ξύλων εμποτισμένων με χημικά και βερνίκια, όπως είναι τα παλιά έπιπλα, παντζούρια, πόρτες, ξύλα από οικοδομές κ.ά.
  - Αποφυγή χρήσης προσαναμμάτων κηροζίνης και γενικότερα παραγώγων πετρελαίου.
  - Αποφυγή καύσης των οικιακών απορριμμάτων, πλαστικών, σελίδων περιοδικών με χρωματιστά μελάνια, κουτιών και χαρτιών περιτυλίγματος. Απελευθερώνονται επικίνδυνες τοξικές και χημικές ουσίες.
  - Έγκαιρη αγορά καυσόξυλων. Η προμηθευόμενη ξυλεία οφείλει να έχει κοπεί τουλάχιστον έξι μήνες πριν, ώστε να έχει προλάβει να αποβάλει την περιεχόμενη υγρασία.
  - Αποθήκευση των στερεών καυσίμων σε στεγασμένο χώρο (ώστε να προστατεύονται από τη βροχή) που αερίζεται καλά και να αποφεύγεται η απευθείας επαφή με το χώμα στο έδαφος.
  - Καλύτερα είδη καυσόξυλων για θερμαντική απόδοση και περιορισμό των εκπομπών θεωρούνται η ελιά, η οξιά και η δρύς.
  - Σε συνθήκες συνδυασμού κρύου και άπνοιας, όπου οι κάθε είδους καύσεις για θέρμανση αυξάνονται, να αποφεύγεται, εφόσον είναι εφικτό, η χρήση τζακιού ή ξυλόσομπας, ως μέσου θέρμανσης.
  - Ρύθμιση και συντήρηση τουλάχιστον κάθε χρόνο του συστήματος κεντρικής θέρμανσης των οικιών. Προτεινόμενη περίοδος για τη συντήρηση – ρύθμιση, είναι μετά το τέλος της θερμαντικής περιόδου (Απρίλιο – Μάϊο)
  - Μόνωση των οικιών για αποφυγή σπατάλης ενέργειας.
  - Διατήρηση σε καλή κατάσταση του συστήματος απαγωγής καυσαερίων και τακτικός καθαρισμός (τουλάχιστον ανά 2 χρόνια)

2) Υπενθυμίζουμε τη (β) σχετ. εγκύκλιο της Υπηρεσίας μας αναφορικά με:

- συστάσεις προς τον πληθυσμό καθώς και
- μέτρα για την προστασία του πληθυσμού,

ανάλογα με τα επίπεδα συγκέντρωσης των αιωρούμενων σωματιδίων, όπως αυτά ανακοινώνονται από τις αρμόδιες Υπηρεσίες και για συγκεντρώσεις μεγαλύτερες από 50μg/m<sup>3</sup>.

Ανάλογα με το επίπεδο των εκτιμώμενων 24ωρων συγκεντρώσεων, οι συστάσεις και τα μέτρα περιλαμβάνουν:

24ωρη συγκέντρωση ΑΣ <sub>10</sub> (μg/m <sup>3</sup> )	Συστάσεις σε άτομα αυξημένου κινδύνου	Συστάσεις στον γενικό πληθυσμό

<sup>1</sup> <http://ypeka.gr/Default.aspx?tabid=894&language=el-GR>, ενότητα «Χρήσιμες Πληροφορίες» --> «Ερωτήσεις – Απαντήσεις»

51-75	Ενήλικες με αναπνευστικό πρόβλημα, ενήλικες καρδιοπαθείς και παιδιά με αναπνευστικά προβλήματα θα πρέπει να περιορίσουν κάθε έντονη σωματική άσκηση, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους.	Καμία
76-100	Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα ή καρδιοπαθείς και παιδιά θα πρέπει να περιορίσουν κάθε έντονη σωματική δραστηριότητα, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους. • Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές του ανακουφιστικού φαρμάκου. • Άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να περιορίσουν τη σωματική τους δραστηριότητα.	Κάθε άτομο που αισθάνεται ενόχληση στα μάτια ή εμφανίζει βήχα, ρινική συμφόρηση ή ενόχληση στο λαιμό θα πρέπει να περιορίσει τη σωματική του άσκηση-δραστηριότητα, ιδιαίτερα αν αυτή γίνεται σε εξωτερικούς χώρους.
101-150	• Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα • καρδιοπαθείς • παιδιά καθώς και • τα άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να περιορίσουν τη σωματική άσκηση-δραστηριότητα και το χρόνο παραμονής τους σε εξωτερικούς χώρους. • Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές ανακουφιστικού φαρμάκου.	Κάθε άτομο θα πρέπει να περιορίσει τη σωματική άσκηση ιδιαίτερα αν αισθάνεται ενόχληση στα μάτια ή εμφανίζει βήχα, ρινική συμφόρηση ή ενόχληση στο λαιμό
>150	• Άτομα με αναπνευστικό πρόβλημα • καρδιοπαθείς • παιδιά καθώς και • τα άτομα άνω των 65 ετών θα πρέπει να αποφύγουν κάθε σωματική άσκηση-δραστηριότητα σε εξωτερικούς χώρους. Επίσης, συνιστάται η αποφυγή παραμονής σε εξωτερικούς χώρους ιδιαίτερα σε περιοχές με αυξημένη κυκλοφορία. • Άτομα με άσθμα μπορεί να χρειαστούν πιο συχνά εισπνοές ανακουφιστικού φαρμάκου. Επί επιμονής συμπτωμάτων συνιστάται επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό.	Σε κάθε άτομο συνιστάται να αποφύγει κάθε σωματική άσκηση σε εξωτερικούς χώρους και να περιορίσει το χρόνο παραμονής σε εξωτερικούς χώρους ιδιαίτερα σε περιοχές με αυξημένη κυκλοφορία.

24ωρη συγκέντρωση ΑΣ <sub>10</sub> (μg/m <sup>3</sup> )	Μέτρα για την προστασία του πληθυσμού
>150	Διακοπή λειτουργίας των δημόσιων ή ιδιωτικών βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, νηπιαγωγείων και σχολείων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης,

- Για τις προτεινόμενες συστάσεις και μέτρα προστασίας του πληθυσμού για την Περιφέρεια Αττικής, το κοινό μπορεί να ενημερώνεται από την ιστοσελίδα του Υπουργείου Υγείας.
- Για τις υπόλοιπες Περιφέρειες της χώρας η αρμοδιότητα ανήκει στον οικείο Περιφερειάρχη.

3) Στα άρθρα 4,5,6 της (α) σχετ. αναφέρονται αναλυτικά τα βραχυπρόθεσμα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται ανάλογα με τη μέση 24ωρη τιμή της συγκέντρωσης ΑΣ<sub>10</sub>, για τη μείωση των εκπομπών, εκπομπές από:

- εστίες καύσης
- βιομηχανικές – βιοτεχνικές δραστηριότητες
- κυκλοφορία οχημάτων.

Σύμφωνα με το άρθρο 7 της (α) σχετ. η κήρυξη εφαρμογής των βραχυπρόθεσμων μέτρων περιορισμού των εκπομπών για την Περιφέρεια Αττικής ανακοινώνεται από το Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας και για τις υπόλοιπες Περιφέρειες από τους καθ' ύλην αρμόδιους Περιφερειάρχες.

- 4) Σε περίπτωση εκδήλωσης επεισοδίου αιθαλομίχλης υπενθυμίζονται οι συστάσεις της (γ) σχετ., για τα μέτρα προφύλαξης από τον καπνό:
- Παραμονή σε κλειστούς χώρους. Σε περίπτωση όπου κατοικημένες περιοχές βρίσκονται εντός της ζώνης εκδήλωσης του επεισοδίου κι επηρεάζονται από τον καπνό προτείνεται η ελάττωση των άσκοπων μετακινήσεων και η παραμονή σε κλειστούς χώρους χωρίς απευθείας επικοινωνία με τον εξωτερικό αέρα (κλείσιμο παραθύρων, πορτών και λουπών διόδων αέρα προς το εσωτερικό).
  - Εφόσον οι κατοικίες διαθέτουν σύστημα κλιματισμού, προτείνεται η χρήση του στη λειτουργία ανακύκλωσης του εσωτερικού αέρα, ώστε να ελαχιστοποιηθεί η επιβάρυνση της ποιότητας του αέρα στους εσωτερικούς χώρους. Η επιλογή εισαγωγής «φρέσκου αέρα» που παρέχεται από ορισμένα συστήματα κλιματισμού πρέπει να απενεργοποιείται κατά τη διάρκεια του επεισοδίου για να αποφευχθεί η εισροή καπνού από το εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, είναι απαραίτητη η σωστή συντήρηση των φίλτρων των συστημάτων κλιματισμού και, αν είναι εφικτή, η αντικατάστασή τους με φίλτρα πιστοποιημένα για κατακράτηση ΑΣ<sub>2.5</sub><sup>2</sup>.
  - Μείωση των πηγών ρύπανσης του εσωτερικού αέρα εντός του σπιτιού. Κατά τη διάρκεια ενός επεισοδίου πρέπει να αποφεύγεται το κάπνισμα στο εσωτερικό των κατοικιών, το μαγείρεμα με τη χρήση ψησταριάς, η χρήση τζακιού για ψήσιμο/μαγείρεμα/θέρμανση, η χρήση αεροζόλ και οποιασδήποτε άλλης πηγής που ενδέχεται να επιβαρύνει την ποιότητα του εσωτερικού αέρα.

Παρακαλούνται οι αρμόδιες υπηρεσίες να ενημερώσουν το κοινό και να προβαίνουν στις απαραίτητες ενέργειες όταν απαιτείται.

**Ο ΥΠΟΥΡΓΟΣ ΥΓΕΙΑΣ**

**Β. ΚΙΚΙΛΙΑΣ**

**Πίνακας Αποδεκτών:**

**1. Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας**

Δ/νση Κλιματικής Αλλαγής και Ποιότητας της  
Ατμόσφαιρας  
Πατησίων 147  
112 57 Αθήνα

**2. Υπουργείο Υγείας**

Ανδρέα Παπανδρέου 37  
151 80 Μαρούσι  
(με την παράκληση να ενημερωθούν οι αρμόδιες  
υπηρεσίες)

**3. Όλες τις Περιφέρειες της χώρας**

Γενικές Διευθύνσεις Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής  
Μέριμνας

---

<sup>2</sup> Αιωρούμενα Σωματίδια με αεροδυναμική διάμετρο <2.5μm

(με την παράκληση να ενημερώσουν τις αρμόδιες υπηρεσίες τους)

**4. Όλες τις Αποκεντρωμένες Διοικήσεις της Χώρας**  
Υπόψη κ.κ. Συντονιστών

**5. ΕΟΔΥ**

**Γραφείο Προέδρου**

Αγράφων 3-5

151 23 Μαρούσι

**6. Υγειονομικές Περιφέρειες της Χώρας**

Γρ. κκ. Διοικητών

(με την παράκληση να ενημερωθούν όλες οι Μονάδες Υγείας ευθύνης τους)

**7. Δ/νση Υγειονομικού ΓΕΕΘΑ, Στρατόπεδο Παπάγου –  
Χολαργός** (με την παράκληση να ενημερωθούν όλες οι  
Υγειονομικές Υπηρεσίες)

**Εσωτερική Διανομή:**

1. Γρ. κ. Υπουργού Υγείας
2. Γρ. κ. Υφυπουργού Υγείας
3. Γρ. κ. Γενικού Γραμματέα Δημόσιας Υγείας
4. Γρ. κας. Προϊσταμένης Γενικής Διεύθυνσης Δημόσιας Υγείας & Ποιότητας Ζωής
5. Δ1(δ) (4)