

山火煙霧與策劃戶外活動

山火煙霧是一種天氣狀況，類似於暴雨或強風。如果您在四月至十月間，在卑詩省組織多個小時或多天的戶外活動，便應該制定應急計劃，應對山火煙霧。



戶外活動應該制定計劃，應對山火煙霧。

- 許多戶外活動都有應急計劃，以應對極端天氣。
 - 山火煙霧是一種極端天氣，可能會影響活動參加者的健康，包括工作人員、參加者和觀眾。
<https://rb.gy/btm7g>
- 制定山火煙霧應急計劃，有助於在活動前及在活動期間作出明確的決定。
- 應急計劃可以讓每個人更清楚地了解，如果在活動期間出現煙霧情況，將會發生什麼事情。

煙霧應急計劃應考慮以下因素：

1 目前和預測的空氣質素



2 參加者易受空氣質素影響的程度



3 活動的劇烈程度



1 考慮該地區目前和預測的空氣質素。



- 空氣質素健康指數 (AQHI) 每小時更新一次，並根據當前情況提供健康建議。查看空氣質素健康指數：
 - 使用 WeatherCan 智能手機應用程式：
<https://rb.gy/6oaoxa>
 - 瀏覽卑詩省空氣質素網站：
<https://rb.gy/hnutt8>
- 如果活動地點附近沒有任何空氣質素健康指數監測器，可以使用細顆粒物 (PM_{2.5}) 水平來顯示空氣質素健康指數。要查找距活動地點最近處的最新 PM_{2.5} 水平，請瀏覽空氣質素地圖網站，其顏色編碼對應空氣質素健康指數值：<https://rb.gy/pkg7rl>
- 空氣質素公告和警報每天發佈，顯示預期煙霧會否達到可能影響健康的水平。您可以訂閱接收您所在區域的空氣質素信息：
 - 大溫哥華地區：<https://rb.gy/en1cb>
 - 大溫哥華地區以外：<https://rb.gy/xau78t>
- 卑詩省哮喘預測系統根據加拿大環境部對未來 24 小時和 48 小時的山火煙霧情況，提供預期的最高空氣質素健康指數 <https://rb.gy/xhrywr>



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

如需更多資料，瀏覽 bccdc.ca/wildfiresmoke



2 考慮活動參加者易受空氣質素影響的程度。



有些人比其他人更容易受到山火煙霧的影響，包括：

- 有肺部疾病的人，如哮喘和慢性阻塞性肺病 (COPD)
- 有其他慢性健康問題的人，如心臟病、糖尿病或精神疾病
- 年長者
- 孕婦
- 嬰兒和幼兒

煙霧狀況下舉辦活動的其他考慮事項：

- 考慮在活動現場配備低成本的空氣質量監測感應器。
<https://rb.gy/eatcri>
- 清楚地向參加者傳達潛在的健康風險。
- 建議參加者監測自己的健康狀況，並採取措施減少山火煙霧的影響。<https://rb.gy/btm7g>

3 考慮預期活動的劇烈程度。



- 人們在運動時吸入更多的山火煙霧，因為他們呼吸得更快和更深。對於兒童來說，尤其會出現這情況，因為他們的呼吸速度比成人更快
<https://rb.gy/gy32ev>

活動的參加者中包括易受煙霧影響、且參與劇烈活動的人，便應為活動制定更嚴格的應變計劃。

- 考慮在活動現場提供選擇，以吸取清潔空氣（例如，在戶外音樂會設置清潔空氣帳篷）。
- 考慮為參加者提供防毒口罩。
<https://rb.gy/2qp3x>
- 制定好醫療應急計劃，安排在需要時及時獲得緊急醫療服務。



空氣質素健康指數 (AQHI) 可以幫助您根據煙霧狀況、參加者易受影響的程度及活動性質，決定採取哪些行動。請參見圖表1

1-小時 PM _{2.5} 值 (ug/m ³)	空氣質素健康指數	空氣質素健康指數風險類別	活動的參加者中包括易受煙霧影響、且參與劇烈活動的人	其他戶外活動
0 – 10	1	低	· 卑詩省的正常戶外空氣質素	· 卑詩省的正常戶外空氣質素
11 – 20	2			
21 – 30	3			
當山火煙霧影響空氣質素時，建議參加者監測症狀，並支援出現症狀的人，讓其休息、尋找空氣較為清新的地方，或在需要時求醫。				
31 – 40	4	中	· 考慮重新安排時間或移至有過濾空氣的室內場地 · 減少活動的劇烈程度或時間	· 謹慎進行活動
41 – 50	5			
51 – 60	6			
61 – 70	7	高	· 移至有過濾空氣的室內場地 · 若無法移至室內，則取消或延期活動	· 考慮重新安排時間或移至有過濾空氣的室內場地 · 減少活動的劇烈程度或時間
71 – 80	8			
81 – 90	9			
91 – 100	10			
101+	10+	十分高	· 移至有過濾空氣的室內場地 · 若無法移至室內，則取消或延期活動	

圖表1: 根據空氣質素健康指數、出席者易受煙霧影響的程度及活動強度，以建議戶外活動行動方案。

最近更新日期: 2024年6月



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

如需更多資料，瀏覽 bccdc.ca/wildfiresmoke