



Republika e Kosovës
Republika Kosova-Republic of Kosovo



Ministria e Shëndetësisë / Ministarstvo Zdravstva / Ministry of Health

Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova / National Institute of Public Health of Kosovo

Raporti i aerondotjes për vitin 2024

E pregaditi: Prof. Asoc. Dr. Antigona Ukëhaxhaj

Prishtinë, 23.01. 2025.

Hyrje

Me aerondotje nënkuptohet prania në ajër e një apo më shumë substancave, siç janë aerosolet (pluhuri, tymërat, mjegulla) gazrat dhe avujt me veti të tilla, apo në përqendrime të tilla që mund të jenë të dëmshme për jetën dhe shëndetin e njerzve dhe kafshëve, botën bimore, në ndjenjën e komoditetit të njeriut, ashtu që mund të dëmtojë materialet të cilat i shërbejnë.

Bazuar në raportimet e bëra nga Agjensioni European i Mjedisit (EEA) regjioni i Ballkanit Përendimor, dhe shumica e vendeve Europiane viteve të fundit vërehet një përkeqësim i gjendjes me ajër në shumicën e kryeqyteteve, pasi vlerat e gjetura shpeshherë janë mbi limitet e rekomanduara të BE-së dhe OBSH-së, dhe i tejkalojnë ato shumëherë gjatë sezonës së dimrit.

Ndotja e ajrit ka ndikime të konsiderueshme shëndetësore, ekonomike dhe mjedisore. Ndikimi negativë i ajrit të ndotur është veçanarisht evident në shëndetin e qytetarëve, në veçanti të atyre që jetojnë në zona urbane dhe afër zonave industriale. Ndotësit më serioz dhe më të mëdhenjë me ndikim të dëmshëm në shëndetin e njeriut, janë; PM_{10} dhe $PM_{2.5}$, NO_2 dhe O_3 .

Ndotja e ajrit është rreziku i vetëm më i madh për shëndetin mjedisor në Evropë. Çdo vit, ndotja e ajrit shkakton pothuajse 500.000 vdekje të parakohshme. Përafërsisht 290.000 nga këto vdekje ndodhin në vendet me të ardhura të larta, ndërsa 190.000 vdekje ndodhin në vendet me të ardhura të mesme dhe të ulëta.

Në total, rreth 2 miliardë fëmijë jetojnë në zona që tejkalojnë normën vjetore të ndotjes së ajrit prej $10 \mu g/m^3$ të përcaktuar nga OBSH-ë. Çdo vit, gati një milion fëmijë vdesin nga pneumonia, më shumë se gjysma e të cilave vdekje lidhen drejtpërdrejt me ndotjen e ajrit

Sipas të dhënave të publikuara nga OBSH-ë, aerondotja është shkaktari kryesor i vdekjes dhe sëmundjeve në nivel global, me rreth 4.2 milion vdekje të parakohëshme nga ndotja e ajrit të ambientit, ku 91% e popullsisë së botës jeton në vende ku nivelet e cilësisë së ajrit tejkalojnë limitet dhe 3.8 milion vdesin në vit nga ndotja e ajrit prej amvisërive-ngrohja.

Në Kosovë, çështjet mjedisore prioritare nuk vihen në pah për shkak të procesit të gjatë dhe të vështirë të bashkërendimit dhe problemeve të mëdha ekonomike duke përfshirë varfërinë e madhe dhe përqindjet e lartë të papunësisë.

Burimet e ndotjes së ajrit në Kosovë janë:

- Burime të aerondotjes ndahen në burimet e lëvizshme dhe të palëvizshme. Kontribues të lartë të aerondotjes në Kosovë janë impiantet për prodhimin e energjisë elektrike nga thëngjilli Kosova A dhe B në Obiliq (burim stacionar i aerondotjes), me kapacitet total 1,513 MW.
- Aerondotja nga sektori industrial, siq është kompleksi i Feronikelit në Drenas (shkëmborja dhe minjerat e saj)

- Vlenë të përmendet edhe aerondotja nga ngrohja individuale e amvisërive, pasi që në Prishtinë ngrohja qendrore nuk është e shpërndarë në tërë qytetin, prandaj qytetarët përdorin alternativa si ngrohja individuale me thëngjill, dru, pelet, naftë dhe energji elektrike.
- Aerondotja nga transporti në zonat urbane, si burime të lëvizshme të aerondotjes, pasi ende kemi numër të madh të automjeteve të vjetruara dhe kualitetit të ulët të derivateve që përdoren.
- Sektori i bujqësisë poshtu ndikon në aerondotje për shkak të kopshtit qelqor - krjimit të biomasës.
- Dispozicioni ilegal dhe i pakontrolluar i mbeturinave është poashtu një faktor tjetër i rendësishëm dhe burim serioz i aerondotjes në Kosovë, dhe mungesë e hapsirave të gjelbruara, sidomos në kryeqytet.

Sipas të dhënave nga 12 stacioneve automatike të monitorimit të cilësisë së ajrit nga Instituti Hidrometeorologjik, Kosova viteve të fundit po përballlet me ndotje të lartë të ajrit me partikulat me madhësi PM₁₀ dhe PM_{2.5}, në qytete si Prishtina, Drenasi, Mitrovica, Hani i Elezit, Obiliqi dhe Gjilani.

Partikulat (PM) dhe efektet shëndetësore janë mirë të dokumentuara. Shumica e studimeve epidemiologjike i atribuohen efekteve të shumta shëndetësore nga aerondotja me PM. Edhe në përqendrimet nën udhëzimet aktuale të cilësisë së ajrit, PM pritet të përbëjë një rrezik për shëndetin. Provat shkencore nuk sugjerojnë një prag nën të cilin nuk do të parashikohen efekte të dëmshme shëndetësore kur ekspozohen ndaj PM.

Grimcat e imëta rrjedhin kryesisht nga emetimet e drejtpërdrejta nga proceset e djegies, të tilla si djegia e benzinës dhe naftës në automjetet motorike, djegia e drurit dhe qymyrit në amvisëri, dhe nga gjenerimi i termocentraleve, si dhe nga proceset industriale si shkritolet, impiantet e çimentos etj.

Komponentët kryesorë të grimcave të ngurta janë sulfatet, nitratet, amoniaku, kloruri i natriumit, karboni i zi, bloza, pluhuri mineral dhe uji. Gjersa grimcat me diametër prej 10 mikronë ose më të vogla, ($\leq$ PM₁₀) mund të depërtojnë thellë brenda mushkërive, grimca edhe më të dëmshme për shëndetin se këto janë ato me diametër prej 2.5 mikronë ose më të vogla ($\leq$ PM_{2.5}). Grimcat e ngurta me diametër PM_{2.5} mund të depërtojnë në barrierën e mushkërive dhe të hyjnë në sistemin e gjakut. Ekspozimi kronik ndaj grimcave kontribuon në rrezikun e plakjes së përshpejtuar të mushkërive, humbjen e kapacitetit të mushkërive dhe zvogëlimin e funksionit të mushkërive, si dhe në zhvillimin e sëmundjeve si astma, emfizema, bronkiti, kanceri i mushkërive, dëmtimi i trurit, si dhe Sëmundjet iskemike të zemrës dhe goditjet në tru si shkaqet kryesore të vdekjes. Simptomat si kollitja, mukoza, fishkëllima, shtrëngim në gjoks, dhimbjet e gjoksit, palpitacionet, vështirësia në frymëmarrje dhe lodhja e pazakontë janë simptomat më të zakonshme tek njerëzit e prekur nga ndotja e ajrit prej grimcave të ngurta. Ekziston një lidhje e ngushtë sasiore midis ekspozimit ndaj përqendrimeve të larta të grimcave të vogla (PM₁₀ dhe PM_{2.5}) dhe rritjes së vdekshmërisë ose sëmundshmërisë, si në baza ditore ashtu edhe me kalimin e kohës.

Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës, ka përcjellur kualitetin e ajrit në mënyrë sistematike në veçanti Prishtinë, Gjilan, Mitrovicë, Obiliq dhe Drenas ku sipas të dhënave të Agjensionit të Mbrojtjes së Mjedisit dhe Ambasadës Amerikane janë mbi vlerat e lejuara dhe shpeshherë i cilësuar si ajri shumë i pastër.

Këtë situatë shqetësuese e rëndojnë edhe më shumë ditët e ftohëta dhe rënjet e temperaturave gjatë stinës së dimrit ku për pasojë kemi ndotjen e ajrit. Kjo varet edhe nga forca dhe lloji i burimit të ndotjes, lëndës ndotëse, lartësisë së oxhakut, reljefit të tokës, dendësisë së banimit dhe planit urbanistik të vendbanimeve varet edhe nga faktorët meteorologjik (T, lagështia, lëvizja e ajrit, temperaturat vertikale dhe horizontale në pjesët urbane, terreni fushëgropë i Prishtinës, të reshurat dhe shtypja atmosferike).

Njëherazi jemi të obliguar të informojmë popullatën me shkaqet e ndotjes së ajrit i cili mund të kërcënon shëndetin.

Për të kontrolloni Indeks të Cilësisë së Ajrit (ICA) në zonën tuaj, ju duhet të vizitoni në: **airqualitykosova.rks-gov.net** dhe **ihmk-rks.net/ajri**, dhe nëse dëshironi të informoheni për këshillat shëndetësore, ju duhet të vizitoni web faqen e IKSHPK-së **ajri.niph-rks.org**.

Standardet e Kosovës për cilësinë e ajrit bazohen në direktivat e BE-së për cilësinë e ajrit (Direktiva 2008/50/EC për cilësinë e ajrit të ambientit dhe për ajrin më të pastër në Evropë, dhe Direktiva 2004/107/EC për arsenin, kadmiumin, merkurin, nikelin dhe hidrokarburet aromatike policiklike në ajrin e mjedisit) dhe vendos pragjet e përqendrimeve të ndotësve që nuk duhet të tejkalohen në një periudhë të caktuar kohore. Standardet më të rëndësishme në Kosovë janë përmbledhur në Tabelën 1. Këto vlejnë për periudha të ndryshme kohore sepse ndikimet e vëzhguara në shëndet që lidhen me ndotës të ndryshëm ndodhin gjatë kohërave të ndryshme të ekspozimit. Këtu përfshihen edhe informatat në lidhje me numrin e lejuar të ditëve ose orëve gjatë vitit me përqendrim mbi nivelin kufitar.

Tabela 1 Standardet e Kosovës për cilësi të ajrit

Standardet e Kosovës për cilësi të ajrit bazuar në Direktivën e BE-së për Cilësinë e Ajrit			
Ndotësi	Periudha mesatare	Objektivi dhe përqendrimi	Informata tjera*
PM _{2.5}	Vjetore	25 µg/m ³	
PM ₁₀	Ditore (mesatarja 24-orë)	50 µg/m ³	Të mos kalojë më shumë se 35 ditë në vit
	Vjetore	40 µg/m ³	
SO ₂	Në orë	350 µg/m ³	Të mos kalojë më shumë se 24 orë për vit
	Ditore (mesatarja 24-orë)	125 µg/m ³	Të mos kalojë më shumë se 3 ditë për vit
NO ₂	Në orë	200 µg/m ³	Të mos kalojë më shumë se 18 orë për vit
	Vjetore	40 µg/m ³	

Lidhur me ndjeshmërinë shëndetësore, ekziston një dëshmi e fortë që vërteton ndjeshmërinë e grupeve të caktuara të popullsisë që ekspozohen ndaj ndotjes së ajrit:

- Personat me **sëmundje të mushkërive** (SPOK, astma, kanceri i mushkërive) ose me **sëmundje të zemrës** (sulmi në zemër, dështimi kongjektiv i zemrës, sëmundjet e arterieve koronare) dhe me **diabet** janë më të ndjeshëm ndaj ndotjes së ajrit.
- **Të moshuarit** janë në rrezik më të lartë për shkak të dobësisë së zemrës dhe mushkërive dhe rritjes së gjasave të problemeve shëndetësore të tilla si sulmet në zemër, dështimi i zemrës dhe goditjet në tru, sulmet astmatike dhe kanceri i mushkërive, por edhe demencia dhe diabeti.
- **Fëmijët** janë gjithashtu më të ndjeshëm ndaj ndotjes së ajrit sepse kanë një sistem më pak të zhvilluar të frymëmarrjes. Për shkak të peshës së tyre, fëmijët thithin më shumë ajër për kilogram të peshës trupore sesa të rriturit. Ekziston një numër në rritje i provave që lidhin ndotjen e ajrit me zhvillimin e trurit dhe rezultatet e të nxënësve në mesin e fëmijëve, si problemet psikologjike dhe problemet në sjellje në fëmijërinë e vonshme, duke përfshirë simptomat e ç'rregullimit të pamjaftueshëm të vëmendjes dhe hiperaktivitet (ADHD), ankthit dhe depresionit; dhe një rënie prej katër pikësh të koeficientit të inteligjencës deri në moshën 5 vjeçare në mesin e një mostre të fëmijëve të ekspozuar ndaj ndotjes toksike të ajrit gjersa ishin në mitër. Për më tepër, ekspozimi i fëmijëve ndaj PM_{2.5} gjatë vitit të pestë dhe atij të gjashtë të jetës ndikon në kujtesën e punës, me djemtë që shfaqin ndjeshmëri shumë më të lartë, duke përfshirë rënien e performancës, uljen e kujtesës në punë dhe rritjen e konfliktit.
- **Gratë shtatzëna** - ekspozimi ndaj ndotjes së ajrit gjatë shtatzënisë mund ta rrisë rrezikun e abortit, lindjes së parakohshme dhe fëmijë me peshë të vogël në lindje. Kur një grua shtatzënë thithë ajër të ndotur, grimcat e dëmshme mund të arrijnë në placentë dhe të dëmtojnë fetusin, i cili është veçanërisht i ndijshëm ndaj ndotësve të mjedisit.
- **Personat që merren me sporte ekstreme ose që punojnë në ambient të hapura** marrin frymë më thellë dhe më shpejt, duke bërë që sasi më e madhe e ajrit të ndotur të hyjë në mushkëritë e tyre. Ata mund të përjetojnë simptoma si iritimi i syve, hundës ose fytit, kollitja ose vështirësia në frymëmarrje kur nivelet e ndotjes së ajrit janë të larta.
- **Grupet socio-ekonomike me të ardhura të ulëta** - janë shumë më të prekur nga ndotja e ajrit sesa qytetarët më të pasur. Arsyt kryesore janë standardet e ulëta të ngrohjes, banimit, ndotjes së ambienteve të brendshme dhe arsimimit (familjet e varfëra varen më shumë nga djegia e drurit, qymyrit dhe vajgurit për gatim dhe ngrohje).
- **Komunitetet në zona me ndotje më të lartë, të tilla si ato që gjenden afër rrugëve të ngarkuara ose zonave industriale** janë dukshëm më të ekspozuar ndaj ndotësve të emetuar nga automjete të llojeve të ndryshme në rrugë.

Për fat të keq për vitin 2024 nga Expertët e IKSHPK dhe ai ndërkombëtar nuk është nxjerrur një hulumtim më i detajuar mbi efektet e aerondotjes dhe sëmundshmërinë dhe vdekshmërinë sepse të dhënat e raportura nga Mjekësit Familjare, spitalet regjionale dhe SHSKUK kane qenë vetëm numerike dhe jo mirë të raportuara, shpesh edhe të pavlefshme, andaj zgjidhje për këtë do të ishte

instalimi i softverit në IKSHPK dhe trajnimi i stafit shëndetësor në mbarë Kosovën për raportimin e drejtë të këtyre sëmundjeve. Andaj duhet të bëhet një studim mbi vlerësimet afatshkurtëra, episodike dhe afatgjata që vijnë si pasojë e ajrit të ndotur.

Bazuar në këto mangësi në kemi nxjerrur të dhënat numerike të numrit të vizitave dhe pranimeve spitalore në tërë SHSKU për sëmundjet respiratore dhe kardiovaskulare për vitin 2023. Ju kemi referuar vizitave në vitin 2023 pasi të dhënat për vitin 2024 ende janë në fazën e përpunimit. Bazuar në këtë gjatë viti 2023 nga sëmundjet respiratorë gjithsej ka pasur 6521 vizita, numri më i madh i vizitave ishte te grupmoshat 1-5 vjetë, pasuar nga moshat 65+ me gjithsej 1378 vizita. Poashtu në grupmoshat 50-64 vjetë ka pasur 1136 vizita dhe atyrtë 15-49 vjetë me 1063 vizita (Tab.2)

Tabela 2. Numri i vizitave nga sëmundjet respiratore në SHSKUK në vitin 2023

Sëmundjet e sistemit respirator (J00-J99)-2023	Gjinia		
	M	F	
1 vjetë	246	182	
1-5 vjetë	998	736	
6-14 vjetë	537	446	
15-49	608	545	
50-64	784	352	
65+	799	579	
Të panjohur	3	6	
Total	3675	2846	6521

Numri i vizitave nga sëmundjet e sistemit kardiovaskular për vitin 2023, ku grupmoshat më të prekura ishin ato 65+ me gjithsej 3385 vizita dhe 50-64 vjetë me 2015 vizita. (Tabela 3)

Tabela 3. Numri i vizitave nga sëmundjet kardiovaskulare në SHSKUK në vitin 2023

Sëmundjet e sistemit kardiovaskular (I00-I99)-2023	Gjinia		
	M	F	
1 vjetë	4	5	
1-5 vjetë	32	17	
6-14 vjetë	79	37	
15-49	508	366	
50-64	1158	857	
65+	1827	1558	
Të panjohur	1	1	
Total	3609	2841	6450

Gjatë vitit 2024 kishte tejkalime të vlerave kufitare (VK) të **PM₁₀** (40 µg/m³), dhe **PM_{2.5}** në stacionin monitorues IHMK dhe, Rilindje si mesatare ditore gjatë muajve nëntor, dhjetor dhe janar. Në stacionin e IHMK kishte 19 ditë tejkalime të koncentrimëve ndotëse me PM₁₀ dhe PM_{2.5} si dhe NO₂. Ndërsa në stacionin të Rilindja ka pasur 26 ditë me tejkalime për ndotësit e lartpërmendur. (Tabela 4)

Tabela 4. Vlerat maksimale ditore (tejkallimet) në stacionin monitorues të cilësisë së ajrit në IHMK dhe Rilindja për vitin 2024

Lokacioni stacionit të monitorimit të cilësisë së ajrit	Vlerat maksimale ditore						
	IHMK				Rilindja		
	PM10µg/m3	PM2.5µg/m3	NO2µg/m3		PM10µg/m3	PM2.5µg/m3	NO2µg/m3
01.01.2024.	74.7	67.1		01.01.2024.	114.9	94.9	
14.01.2024.	56.6	47.6	42.7	14.01.2024.	80	65.5	
23.01.2024.	83.2	72.1	62.6	22.01.2024.	77.8	68.4	
24.01.2024.	51.7	41.6	50.9	23.01.2024.	89.6	75.9	
25.01.2024.	43.4	34.3	51.6	24.01.2024.	68.9	54.3	
31.01.2024.	44.3	31	50.1	25.01.2024.	68.9	54.8	
03.02.2024.	42.6	31.5	41.7	26.01.2024.	56.9	45.1	
06.11.2024.	45.5	33.1	55	31.01.2024.	60.9	42.9	
07.11.2024.	41.1	33.2	45.3	01.02.2024.	71.6	48.5	
08.11.2024.	63.7	35.2	98.7	02.02.2024.	50.5	37.5	
25.11.2024.	55.1	44.1	49.3	03.02.2024.	61.4	40	
16.12.2024.	77.7	51.7	69.2	01.04.2024.	59.8	19.2	
17.12.2024.	53.3	34.9	51.5	08.11.2024.	62.2	44.3	
18.12.2024.	78.2	57.3	55.1	09.11.2024.	49.6	36.6	
19.11.2024.	112.1	81.3	56.6	18.11.2024.	54.4	42.2	40.1
20.12.2024.	51.6	40.5	49.2	19.11.2024.	45.6	32.9	45.2
29.12.2024.	58.2	44.5	54	24.11.2024.	43.8	32.4	
30.12.2024.	70.3	54	62.8	25.11.2024.	68.5	49.6	
31.12.2024.	88.8	75.5	57.3	26.11.2024.	67.3	50.2	40
				27.11.2024.	54.2	40.2	37.8
				19.12.2024.	89.4	66.5	43.9
				20.12.2024.	80	61	41.6
				29.12.2024.	65.3	51.8	38.1
				30.12.2024.	69.4	50.3	49.2
				31.12.2024.	71.2	53.1	43.8

Gjithmonë kur duam të flasim për aerondotjen dhe ndikimin në shëndetin e qytetarëve në perspektive, ne para së gjithash duhet të kemi parasysh analizën e Vlerësimit të Ndikimit në Shëndet (Health Impact Assessment-HIA), analizë e cila duhet bërë çdo 3 vite, nëse duam të përcjellim shkallën e sëmundshmërisë dhe të vdekshmërisë në Republikën e Kosovës. Kjo përbën një nevojë imediate dhe një qasje të dobishme për të gjithë vendimmarrësit, politikbërësit dhe Institucionet përgjegjëse për cilësinë e ajrit, dhe e cila përbën një nga politikat e shëndetit publik në Kosovë.

Poashtu është e nevojshme të bëhet edhe metodat për vlerësimin e barrës së sëmundjet (Assessment of Burden of Disease), të lidhura me expozimin mjedisor ndaj ndotjes së ajrit të jashtëm. Për të marrë vlerësim të ndotjes së ajrit të jashtëm, shkallës së expozimit të popullatës bazohemi në koncentrimet e matura të PM₁₀ ose PM_{2.5}.

Kjo tashmë është bërë edhe në shumë vendet të tjera Europiane nga shumë studiues, duke përfshirë këtu edhe vlerësimin e rrezikut shëndetësor, jetëgjatësisë së popullatës, vitet e humbura dhe vlerësimin e kostos ekonomike nga aerondotja.

Rekomandimet e IKSHP-së për veprimet e politikave për menaxhim më të mirë të Cilësisë së Ajrit në Kosovë

A. Masa strategjike në nivelin Qeveritar:

1. Duhet përkushtuar më shumë në miratimin dhe transpozimin e legjislacionit dhe standardeve të cilësisë së ajrit në përputhje me direktivat dhe udhëzimet e BE dhe OBSH.
2. Kosova ka nevoja urgjente të zhvillimit të Programit kombëtar dhe planit të veprimit për përmirësimin dhe menaxhimin e Cilësisë së ajrit me futjen e kriterëve të vlerësimit përfshirë edhe kriteret për efektivitetin e masave në fushën e shëndetit publik.
3. Të zhvillojë një mjedis të integruar dhe sistem të informacionit shëndetësor dhe të futet në bazat e të dhënave ndërkombëtare referuese.
4. Hartimi i UA për vendosjen e vlerave kufitare të emisioneve nga impiantet me djegije të vogël (matja e CO dhe matja në oxhak si dhe përdorimi i duhur i llojit të karburantit në pajtim me standardet teknik.
3. Urgjentisht të merren masa rigorozë të kontrollit teknik të automjeteve.
4. Mirëmbajtja e rrugëve dhe menaxhimi i drejtë i mbeturinave të ngurta.
5. Monitorimi transparent dhe i vazhdueshëm i filtrave të termocentraleve
6. Zhvillimi i një programi të veçantë kërkimor për mjedisin dhe shëndetin me kapacitetet e duhura njerëzore, financiare dhe teknike në vend. Duhet të përfshihen studime të ndikimit në shëndet për vlerësimin e efekteve shëndetësore të ndotjes së ajrit. IKSHP të jetë institucioni kryesor i shoqëruar nga universitetet dhe institucionet e tjera kërkimore.
7. Implementimi i programeve kombëtare dhe projekteve të përbashkëta për fushën e aerondotjes.

B. Masa specifike:

1. Ndalimi i përdorimit të thëngjillit për ngrohje në amvisri dhe industri te vogla.
2. Përdorimi i transportit public, Shtimi i numrit të autobusëve me karburante ekologjike ne vend të veturave.
3. Krijimi i një sistemi të integruar të informatave në situata emergjente
4. Ndalimi i duhanpirjes në lokale, hapësirat e banimit, punës, shkollave dhe spitaleve.
5. Ngritja e zonave gjelbruese në mes të zonës industriale dhe asaj të banimit.

6. Urgjentisht të hiqen nga përdorimi veturat e vjetra dhe veturat pa katalizator.
7. Inspektoratet e mjedisit të bëjnë kontrollin rigoroz të kualitetit të karburanteve dhe konsumimit të lëndëve të ngurta djegëse që përdoren për ngrohje nga qytetarët.
8. Monitorimi transparent dhe i vazhdueshëm i filtrave të termocentraleve.

C. Masa individuale (rekomandime shëndetësore për popullatën)

1. Të redukohen daljet në qytet dhe në vendet me ajër të ndotur sidomos në mëngjes dhe mbrëmje e sidomos personat që kanë sëmundje kronike të sistemit kardiovaskular dhe respirator, fëmijët dhe shtatzënat;
2. Qëndroni në shtëpi dhe aerosni shtëpinë kur ajri është më pak i ndotur.
3. Mos ushtroni aktivitete fizike jashtë kur ndotja e ajrit është evidente. Personat që pashmangshëm duhet të dalin në aktivitetet e tyre jashtë shtëpisë të përdorin maska mbrojtëse, të mbulojnë gojën e hundën me shall.
4. Mos djegni mbeturina për ngrohje.
5. Të redukohet pirja e duhanit jashtë ku ka qarkullim të njerëzve, e domosdoshmërisht ndalimi i duhanpirjes brenda hapsirave të banimit, punës, shkollave dhe spitaleve.
6. Grupet e popullatës së rrezikuar të tilla si me sëmundje kronike pulmonare, zemrës, pacientët astmatik dhe të prirur për alergji, të moshuarit, fëmijët e vegjël, gratë shtatzëna rekomandohet që të kalojnë më shumë kohë në mjedise me nivele të ulëta të ndotësve, të tilla si malet dhe vendpushime të shëndetshme.

Ekspertët e Institutit Kombëtar paralajmërojnë dhe alarmojnë se poqese nuk merren masa urgjente, do të ketë efekte negative në dëmtimin e shëndetit dhe rritja e vdekshmërisë nga të gjitha shkaqet e sidomos nga sëmundjet kardiovaskulare dhe respiratore do të jetë shqetësuese.