



آگاہی بسلسلہ سموگ

سموگ: یہ فضائی آلودگی کی قسم ہے جو کہ دھوئیں اور دھند کے ملاپ سے بنتی ہے

احتیاطی تدابیر



- پنکھوں کا استعمال نہ کریں۔
- فالتو اشیاء کو مت جلائیں۔
- آنکھوں کے مسلنے سے اجتناب کریں۔
- سفر کے دوران عینک کا استعمال کریں۔
- چہرہ، آنکھیں، ناک اور ہاتھ بار بار دھوئیں۔
- گھر سے باہر کی سرگرمیاں کم سے کم کریں۔
- کمروں کے دروازے اور کھڑکیاں بند رکھیں۔
- آنکھیں سرخ ہونے پر فوری ڈاکٹر سے رجوع کریں۔
- ٹھنڈے مشروبات اور ٹھنڈا پانی پینے سے اجتناب کریں۔
- کھلے میدان یا گردوغبار والی جگہ پر پانی کا چھڑکاؤ کریں۔
- جھاڑوں کی بجائے گیلے کپڑے سے گردوغبار صاف کریں۔
- پانی زیادہ سے زیادہ استعمال کریں (8 تا 10 گلاس روزانہ)۔
- طلباء و مال یا ماسک کا استعمال کریں خصوصاً موٹر سائیکل یا سائیکل سوار۔