

細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 指標對照表與活動建議

指標等級	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
分類	低	低	低	中	中	中	高	高	高	非常高
PM <sub>2.5</sub> 濃度 (µg/m <sup>3</sup> )	0-11	12-23	24-35	36-41	42-47	48-53	54-58	59-64	65-70	>71
一般民眾 活動建議	正常戶外活動。			正常戶外活動。			任何人如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應該考慮減少戶外活動。		任何人如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。	
敏感性族 群 活動建議	正常戶外活動。			有心臟、呼吸道及心血管疾病的成人與孩童感受到癥狀時，應考慮減少體力消耗，特別是減少戶外活動。			1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病的成人與孩童，應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。 2. 老年人應減少體力消耗。 3. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。		1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病的成人與孩童，以及老年人應避免體力消耗，特別是避免戶外活動。 2. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	

### 細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 指標說明

(一) 本署發現在東北季風盛行的秋、冬季節，懸浮微粒往往造成成空氣品質不良主因，而粒徑小於 2.5 微米的細懸浮微粒，對健康影響更大，因此環保署在網站上提供即時簡單易懂的細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 空氣品質指標資訊。

(二) 本署蒐集分析主要國家的空氣品質指中細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 項目，參採英國每日空氣品質指標 (Daily

Air Quality Index, DAQI) 的細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 預警濃度分級，將指標區分為 10 級並以顏色示警，例如當細懸浮微粒濃度達 36 µg/m<sup>3</sup> (第 4 級) 起，敏感性族群需開始注意戶外活動及身體情況，而一般健康民眾則於第 7 級 (54 µg/m<sup>3</sup>) 需開始注意戶外活動的強度，相關即時空氣品質訊息於環保署空氣品質監測網參閱 (<http://taqm.epa.gov.tw/>)。

- (三) 本署自 10 月 1 日起實施「細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 指標」，提供民眾日常生活上之行動建議，在即將到來的秋、冬季節前，與現有空氣污染指標 (PSI) 併行，提升對民眾的健康保障。即時細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 指標計算方式： $0.5 \times \text{前 12 小時平均} + 0.5 \times \text{前 4 小時平均}$  (前 4 小時 3 筆有效，前 12 小時 8 筆有效)