

## 산불 연기 계절에 대비하는 방법

### How to Prepare for the Wildfire Smoke Season

브리티시 컬럼비아에서 산불과 연기는 여름에 흔히 경험하지만, 산불 계절은 점점 더 길어지고 극단적으로 되어 가는 것 같습니다. 큰 산불이 언제 일어날지 예측할 수 없기에 여름이 시작되기 전에 산불 연기 계절에 대비하는 것이 가장 좋습니다.



산불 연기에 노출되지 않는 것이 건강을 보호하는 가장 좋은 방법입니다.

- 대부분 사람은 많게는 90%의 시간을 실내에서 소비하므로 깨끗한 실내 공기는 중요합니다.
- HEPA 필터로 실내 공기 중의 연기를 제거하는 이동식 공기 정화기를 구매하세요. 알아보고 여러분의 필요에 맞는 것을 찾아보세요.
- 강제 순환식 공기 난방을 하는 경우 서비스 제공자에게 산불 연기 상황에서 무슨 필터와 설정을 사용해야 하는지 상의하세요.
- 여러분 지역에서 더 깨끗한 공기를 마실 수 있는 곳을 알아두세요. 도서관, 커뮤니티 센터, 쇼핑 센터의 공기는 대개 시원하고 걸러진 상태입니다.

#### 가장 취약한 사람들



만성 폐병/심장병이 있는 사람



임신한 여성



유아, 어린이



고령자



특별히 주의해야 하는 사람들을 알고 계세요.

천식이나 심장병, 당뇨병 같은 만성 질환이 있는 사람들과 임신한 여성, 유아, 어린이, 고령자, 소외된 사람들 등 연기에 더 민감할 수 있는 사람들이 있습니다.

- 본인이나 가족에게 만성 질환이 있으면, 의사와 상의하여 산불 연기 계절 중 관리 계획을 마련하세요.
- 증상을 즉시 완화하는 구조 약물을 사용 중이면 집에 약품을 확보하고 산불 계절 동안 항상 가지고 다니세요. 구조 약물로 건강 상태를 다스릴 수 없는 경우에 대비하여 분명한 계획을 세우세요.
- 임신 중이거나 여름 내내 유아를 돌보게 되면 연기에 대한 노출을 최소화하는 계획을 세우세요.



BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority

자세한 정보: [bccdc.ca/wildfiresmoke](http://bccdc.ca/wildfiresmoke)



실외에서 시간을 보내는 사람들의 경우에도, 연기 노출로 건강이 받는 영향을 줄일 방법이 있습니다.

- 직업상 실외에서 일하는 경우 WorkSafeBC 정보를 참조하세요. <https://u.nu/4vl8>
- 어린이 그룹을 돌보거나 야외 행사를 계획하는 단체는 연기에 대한 비상 계획을 반드시 세우세요.
- 숨을 크게 쉴수록 연기를 더 많이 들이마십니다. 무리하지 말고 연기에 대한 노출을 줄이세요. <https://u.nu/u3j5d>



연기가 공기의 질에 미치는 영향을 이해하는 데 도움이 되는 도구가 많이 있습니다. 신뢰할 만한 출처의 정보는 건강 유지에 도움이 될 수 있습니다.

- 로어 메인랜드 외곽에서는 **대기의 질 상태 알림 구독 서비스**를 신청하면 문자나 이메일로 정보를 받습니다. <https://u.nu/e3xtf>
- 로어 메인랜드에서는 **메트로 밴쿠버 구독 서비스**를 신청하면 이메일로 정보를 받습니다. <https://u.nu/7gwgi>
- 현재 **대기의 질과 건강 지수(AQHI)** 지도에서는 건강에 특정한 메시지를 제공합니다. <https://u.nu/p-39>
- **AQHI 캐나다** 앱을 안드로이드나 iOS 장치에 설치하면 거주지 상태 확인이 가능하고, 공기의 질이 바뀌면 알림을 받습니다. <https://u.nu/6ce1>
- AQHI 확인이 안 되는 곳에 사는 분은 현재 지도에서 초미세 먼지 농도 또는 **PM<sub>2.5</sub>**를 확인하세요. <https://u.nu/lamf>
- **화재 예보(FireWork Forecast)**에서는 다음 72시간에 걸쳐 예상되는 연기의 영향을 지도에 표시합니다. <https://u.nu/rmzk>
- 주 정부의 **현재 산불** 지도에는 현황이 계속 표시됩니다. <https://u.nu/zsrj>
- 맹렬한 산불은 종종 외부 기온이 아주 더울 때 발생하는데, 이것도 건강에 영향을 줄 수 있습니다. **WeatherCAN** 앱을 설치하면 연기, 극한의 기온, 기타 중요한 기상 변화에 대한 알림을 받습니다. <https://u.nu/an9l>



BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority

마지막 업데이트: 2021년 5월 - KOREAN

자세한 정보: [bccdc.ca/wildfiresmoke](https://bccdc.ca/wildfiresmoke)