

## 空氣品質指標 (AQI) 與健康影響

空氣品質 指標 (AQI)	0~50	51~100	101~150	151~200	201~300	301~500
對健康影響	良好	普通	對敏感族群不健康	對所有族群不健康	非常不健康	危害
與活動建議	Good	Moderate	Unhealthy for Sensitive Groups	Unhealthy	Very Unhealthy	Hazardous
狀態色塊	綠	黃	橘	紅	紫	褐紅
人體健康 影響	空氣品質為良好，污染程度低或無污染。	空氣品質普通；但對非常少數之極敏感族群產生輕微影響。	空氣污染物可能會對敏感族群的健康造成影響，但是對一般大眾的影響不明顯。	對所有人的健康開始產生影響，對於敏感族群可能產生較嚴重的健康影響。	健康警報：所有人都可能產生較嚴重的健康影響。	健康威脅達到緊急，所有人都可能受到影響。

## 空氣品質指標 (AQI) 與活動建議

空氣品質 指標 (AQI)	0~50	51~100	101~150	151~200	201~300	301~500
對健康影響 與活動建議	良好	普通	對敏感族群不健康	對所有族群不健康	非常不健康	危害
	Good	Moderate	Unhealthy for Sensitive Groups	Unhealthy	Very Unhealthy	Hazardous
狀態色塊	綠	黃	橘	紅	紫	褐紅
一般民眾 活動建議	正常戶外活動。	正常戶外活動。	1. 一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等， <b>應該考慮減少</b> 戶外活動。 2. 學生 <b>仍可進行</b> 戶外活動，但 <b>建議減少</b> 長時間劇烈運動。	1. 一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等， <b>應減少</b> 體力消耗，特別是減少戶外活動。 2. 學生 <b>應避免</b> 長時間劇烈運動，進行其他戶外活動時 <b>應增加</b> 休息時間。	1. 一般民眾 <b>應減少</b> 戶外活動。 2. 學生 <b>應立即停止</b> 戶外活動，並將課程調整於室內進行。	1. 一般民眾 <b>應避免</b> 戶外活動，室內應緊閉門窗，必要外出應配戴口罩等防護用具。 2. 學生 <b>應立即停止</b> 戶外活動，並將課程調整於室內進行。
敏感性族群 活動建議	正常戶外活動。	<b>極特殊敏感</b> 族群建議注意可能產生的咳嗽或呼吸急促症狀，但仍可正常戶外活動。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人， <b>建議減少</b> 體力消耗活動及戶外活動，必要外出應配戴口罩。 2. 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患者、孩童及老年人， <b>建議留在室內並減少</b> 體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 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患者、孩童及老年人 <b>應留在室內並減少</b> 體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人 <b>應留在室內並避免</b> 體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。