

# TEEB MEEM TSHWM NTAWM COV PA TAWS LOS NTAWM HAV ZOO KUB HNYIAB

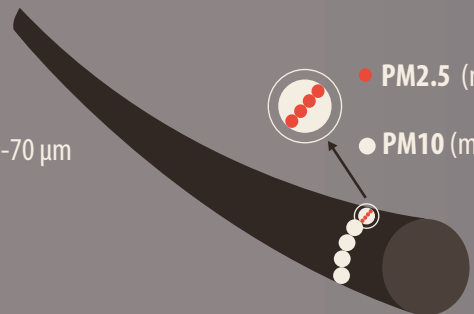


## = PLUA TSHAUV (HU UA PM)

Plua tshauv sib xyaws ua ke los ntawm ntau yam, xws li pa taws, hmoov hlau, hmoov av, thiab tshauv taws

**Tej yam ntawd me npaum li cas?**

Txoj plaub hau ti neeg loj li = 50-70  $\mu\text{m}$   
( $\mu\text{m}$  = microns)



● PM2.5 (me dua 2.5 $\mu\text{m}$ )

● PM10 (me dua 10 $\mu\text{m}$ )



## = PM NTAU DHAU TSIS NYAB XEEB

Lub hav Valley yog ib lub vos hav ntis ntis thiab thaum caij ntuj no huab cua txias nyob tus tus tsis txav chaw thiab ntuj qhuav qhuav, ces ua kom cov PM tsis txawj ploj mus, vim muaj cua sov nyob saum toj thaiv txheej cua txias nyob hauv qab

**Dab tsis thiaj tshem tau cov PM tawm?**



### CALIFORNIA KHEEV RAUG HLUAV TAWS

KUB HNYIAB LOJ THIAB MUAJ ZOG HEEV

## PM UA TSIS ZOO RAU PEB KEV NOJ QAB NYOB ZOO

Nws ua kom peb lub cev txawj huam mob tuaj los sis kom peb tus mob me txawj huam loj tuaj xws li

Mob Hlab Ntsws COPD (hlab ntsws txhaws)

Mob Hawb Pob Mob Ntsws Plawv Nres

Mob Stroke Kab Mob COVID-19 Tsis Meej Pem Zoo

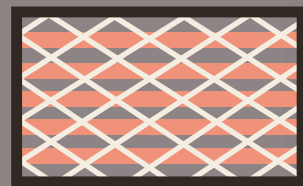


## YUAV TIV THAIV KOJ TUS KHEEJ THIAB LWM TUS NEEG LI CAS?



### NYOB TWJ YWM HAUV TSEV

YOG KOJ POM LOS HNOV TSW PA TAWS



### HLOOV DAIM NTXAIJ LIM CUA

NTAU ZAUS DUA QHOV KOJ IB TXWM UA



### NPOG QHOV NCAUJ QHOV NTSWG

MUAJ TEJ HOM NTAUB NPOG QHOV NCAUJ QHOV NTSWG  
ZOO DUA LWM HOM, NOOG KOJ TUS KWS KHO MOB



### MUS CUAG KOJ TUS KWS KHO MOB

YOG KOJ TSIS NYAB XEEB VIM HUAB CUA TSIS ZOO