**AQI**

AQI值通常我們以50為一個分水嶺，在低於50時表示空氣品質良好，高於50時空氣品質狀況雖然屬於穩定，但支氣管較為敏感的人，可能就會有身體不適的反應。當AQI值大於100時（橘色警戒）必須要特別注意，此時空氣的污染已經為造成身體的影喔！

**SO2**

二氧化硫數值高於5ppm時，我們會明顯感覺到一股刺鼻的味道，當數值達到20ppm時會對我們的眼睛、呼吸道造成刺激性的影響，此時要盡可能避免外出，如果必須出門則需針對眼、口、鼻進行必要的防範措施，千萬不能輕忽，否則造成更嚴重的身體傷害。

**NO2**

二氧化氮值在100以下都屬於正常，但高於100時則容易對過敏族群造成影響，而高於150時會對所有人群的健康造成傷害；另外，二氧化氮會造成使支氣管疾病更加嚴重，出門時觀察一下這個指標吧！

**O3**

臭氧值大部分都會低於120ppb，當數值接近或超過300ppb時，對人體就會有不良的影響，例如眼睛刺痛、肺功能降低等等。日常生活中，午後時光要特別留心臭氧的危害，通常臭氧濃度最高的時候會出現在下午2點～4點左右，即一天之中陽光最強、溫度最高的時段，此時應避免出門，特別是秋天。

**CO**

一氧化碳雖然是無色、無臭、無味氣體，但吸入對人體有十分大的傷害，與血液結合會生成碳氧血紅蛋白，導致不能提供氧氣給身體各部位。如果出現頭痛、頭暈、噁心想吐、四肢無力等症狀，應立即採取開啟對外窗戶，使室內外空氣流通，並盡速就醫。

**pm2.5**

國家pm2.5室內標準值為35µm(微米)，在此狀況下空氣都是乾淨無害，但高於35µm時，敏感族群可能會感覺到不適，超過50µm時，則會對所有人群健康造成不良的影響。此外，煮菜的油煙、焚香跟抽菸都會產生懸浮微粒，導致pm值升高唷！