اتّقاء حدوث التسمّم بغاز أوّل أكسيد الكربون في منازلكم

تحدث معظم حالات التسمّم بـ Carbon Monoxide (أوّل أكسيد الكربون الذي يُعرف برمزه الكيميائي CO) في المنازل بسبب المعدّات العاملة بحرق الوقود، مثل أجهزة أفران التدفئة، وأجهزة سخّانات المياه، وتشغيل السيارة وتركها واقفة، ومولّدات الطاقة المحمولة. **أوّل أكسيد الكربون هو غاز سام لا يمكنكم رؤيته أو تذوّقه أو شم رائحته، ولكنه قد يكون قاتلاً عند استنشاقه.** يمكن أن يتراكم غاز أوّل أكسيد الكربون في الأماكن المُغْلَقة كليّاً أو شبه المُغْلَقة، مثل منزلكم أو الكراج أو سقائف التخزين الخارجيّة. من المهم جداً حماية أنفسكم وأحبّائكم من التسمّم بغاز أوّل أكسيد الكربون في منازلكم.

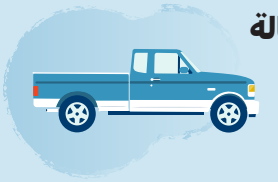
ينبعث غاز أوّل أكسيد الكربون من أيّ شيء يعمل بحرق الوقود.

يتكوّن غاز أوّل أكسيد الكربون عندما يتمّ حرق الوقود الكربوني، مثل البنزين والغاز الطبيعي والبروبان والحطب. تشمل الأجهزة المتواجدة في المنازل التي تشتغل بحرق الوقود ما يلي:

- المركبات (السيّارات).
- أفران أو غلاّيات التدفئة.
- سخّانات المياه.
- مولّدات الطاقة المحمولة.
- مواقد وأفران الطبخ
- مواقد ناريّة ومواقد الحطب
- مدفئات صغيرة.
- أجهزة تنشيف الملابس.
- شوّايات الفحم.
- جزّازات قص العشب ومعدّات العشب.
- ماكينات الغسيل ذات الضغط العالي

كونوا حَذِرين وعلى عِلم.

الانتباه إلى حالة عادم المركبة.

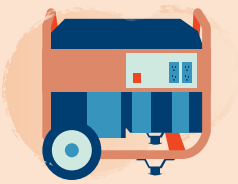


- احرصوا ألّا تقوموا أبداً بتشغيل المركبات التي تعمل بحرق الوقود في الكراج أو الحظيرة أو في أيّ مكان مُغْلَق كليّاً أو شبه مُغْلَق حتى لو كان باب ذلك المكان مفتوحاً.
- احرصوا على أن تفحصوا المركبات العاملة بالوقود مرة واحدة على الأقل سنوياً. حافظوا على إصلاح التسرّبات المنبعثة من العادم على الفور. يمكن أن يتراكم غاز أوّل أكسيد الكربون داخل المركبات بسبب هذه التسريبات.
- احرصوا دائماً على ألّا تجلسوا أبداً في مركبة واقفة ومحرّكها يعمل لفترة طويلة من الوقت، خاصة إذا كانت المركبة واقفة في الثلوج.
- عندما تكون سيارتكم قيد التشغيل وباب صندوق الأمتعة مفتوحاً، ينسحب غاز أوّل أكسيد الكربون إلى داخل السيارة. من الأفضل إيقاف تشغيل محرّك السيارة.

صيانة واستخدام المعدّات العاملة بحرق الوقود بشكل صحيح.

- استعينوا كلّ سنة بشخص متخصّص ليفحص أنظمة التدفئة وجهاز تسخين المياه وأيّ أجهزة ومعدّات أخرى تعمل بحرق الوقود لكيّ تتأكدوا من أنّها تعمل بشكل صحيح ويتمّ تهويتها بشكل صحيح.
- احرصوا ألّا تقوموا أبداً باستخدام الأجهزة والمعدّات العاملة بحرق الوقود والمخصّصة للاستخدام الخارجي عندما تكونوا في داخل منازلكم.
- استخدموا موقد الغاز أو الفرن للطهي فقط ولا تستخدموا أيّ منهما لتدفئة منزلكم.
- لا ينبغي أبداً حرق الفحم في داخل منزلكم.

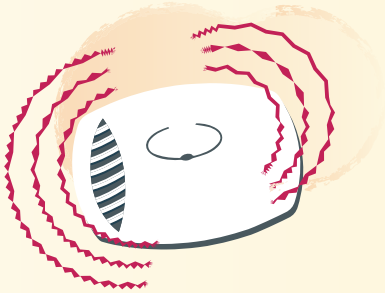
استخدام مولّدات الطاقة المحمولة بشكل صحيح.



- احرصوا على ألّا تستخدموا أبداً مولّدات الطاقة المحمولة داخل الأماكن المُغْلَقة كليّاً أو شبه المُغْلَقة.
- شغّلوا مولّدات الطاقة المحمولة على مسافة لا تقلّ عن 20 قدماً من تواجد الناس والأماكن المُغْلَقة كليّاً أو شبه المُغْلَقة. وعند اللزوم، يمكنكم استخدام سلك تمديد إضافي طويل مع مولّد الطاقة.
- احرصوا على إبعاد مولّدات الطاقة المحمولة بعيداً عن النوافذ والأبواب وفتحات دخول الهواء.
- وتذكّروا أن أوّل أكسيد الكربون يمكن أن يتراكم ويبقى لعدّة ساعات، حتى بعد إيقاف تشغيل المولّد.

حافظوا على استعدادكم.

ركّبوا أجهزة الكشف عن غاز أوّل أكسيد الكربون.



- احرصوا على تركيب أجهزة الكشف عن غاز أوّل أكسيد الكربون العاملة على بطّاريات الليثيوم التي تدوم لمدة 10 سنوات في جميع طوابق منزلكم وبالقرب من جميع غرف النوم لكيّ تنبّهكم في حال انبعاث غاز أوّل أكسيد الكربون.
- افحصوا حالة أجهزة الكشف عن غاز أوّل أكسيد الكربون كلّ شهر أو وفقاً لما تنصّ عليه تعليمات الشركة المصنّعة له.
- إذا لم يكن لديكم أجهزة الكشف عن غاز أوّل أكسيد الكربون تعمل على بطّاريات الليثيوم، فعليكم تغيير البطّاريات القَلَويّة (Alkaline) مرتين في السنة الواحدة. هناك طريقة سهلة لتتذكّروا ذلك هي أثناء تغيّير التوقيت (أثناء فصّليّ الربيع والخريف).
- احرصوا على استبدال جهاز الكشف عن غاز أوّل أكسيد الكربون وفقاً لتعليمات الشركة المصنّعة له.

تعرّفوا على أعراض التسمّم بغاز أوّل أكسيد الكربون.

يؤدّي التسمّم بغاز أوّل أكسيد الكربون إلى ظهور أعراض تشبه أعراض الإصابة بالأنفلونزا، بما في ذلك:

- صداع.
- تقيّؤ.
- ضيق في الصدر.
- غيبوبة.
- دوخة.
- تعب.
- ارتباك.
- موت.
- غَثيان.
- ضُعف.
- فقدان الوعي.

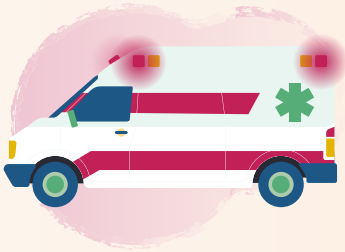
تذكّروا: قد لا يلاحظ النائمون أو السُكارى أعراض التسمّم بأوّل أكسيد الكربون قبل فوات الأوان.

لا ينبغي تجاهل أعراض التسمّم.

يمكن أن تموتوا خلال دقائق إذا لم تفعلوا شيئاً.

سارعوا في الانتقال إلى مكان به هواء نقي.

إذا كنتم تشكّون ما إذا كنتم مصابين بتسممّ بغاز أوّل أكسيد الكربون، أو ظهرت عليكم أعراض التسمّم به، أو إذا دوى صوت جهاز إنذار الكشف عن أوّل أكسيد الكربون:



1. سارعوا في الخروج من المكان المُغْلَق كليّاً أو شبه المُغْلَق والانتقال على الفور إلى مكان به هواء نقي.
2. اتصلوا بـ 911.
3. احرصوا على الابتعاد عن المكان المُغْلَق كليّاً أو شبه المُغْلَق، حتى لو لم تكونوا تعانون من أعراض التسمّم، إلى أن تخبركم دائرة الاطفاء أن المكان أصبح سليماً ويمكنكم العودة إليه.

يمكنكم وقاية أنفسكم من التسمّم بأوّل أكسيد الكربون.

كونوا حَذِرين وعلى عِلم. حافظوا على استعدادكم. سارعوا بالانتقال إلى مكان به هواء نقي.

وسّعوا آفاق معرفتكم عن التسمّم بغاز أوّل أكسيد الكربون.

تفضّلوا بالذهاب إلى الموقع الإلكتروني Michigan.gov/CarbonMonoxide أو امسحوا رمز الاستجابة السريعة (QR).

MDHHS
Michigan Department of Health & Human Services

لن تميّز Michigan Department of Health and Human Services (MDHHS) ضد أي فرد أو مجموعة على أساس العرق، أو الأصل القومي، أو اللون، أو الجنس، أو الإعاقة، أو الدين، أو العمر، أو الطول، أو الوزن، أو الحالة العائليّة، أو الاعتبارات الحزبيّة، أو المعلومات الوراثيّة. يشمل التمييز القائم على أساس الجنس، على سبيل المثال لا الحصر، التوجّه الجنسي، والهوية الجنسانيّة، والتعبير الجنساني، والخصائص الجنسيّة، والحمل.

MDHHS-Pub-1945-AR (7-25)