

پیشگیری از مسمومیت در روزهای سرد پیش رو

گاز منو اکسید کربن بی رنگ و بی بو بوده که بر اثر احتراق ناقص تولید می‌شود به طوری که بخاری، آبگرمکن، شومینه و اجاق گازها به علت سیستم تهویه نامناسب (دودکش) عامل مسمومیت با گاز CO می‌شود.

پیشگیری از مسمومیت با گاز CO بسیار ساده است:

۱. استفاده از وسایل گرمایشی استاندارد در پیشگیری از این مسمومیت از اهمیت بالایی برخوردار است و بخاری‌های بدون دودکش به هیچ عنوان از تولید گاز CO جلوگیری نمی‌کند.
۲. دقت و توجه به داغ بودن دودکش نیز بهترین آزمایش سلامت دودکش است. اگر لوله دودکش بخاری شما سرد است دلیل آن خارج نشدن محصولات احتراق و گازهای سمی ازدودکش است در این صورت باید ضمن رفع نقص، به طور موقت با بازکردن قسمتی از دریا پنجره تهویه در محیط ایجاد نمائید.
۳. رنگ شعله بخاری و وسایل پخت و پز باید آبی باشد، و چنانچه رنگ شعله قرمز، زرد و یا نارنجی باشد، حتما نقص در سوخت رسانی و کمبود اکسیژن در محیط است که سریعاً باید تعمیر و سوخت رسانی شود. اگر رنگ شعله بخاری آبی نباشد ممکن است هوای کافی به بخاری نرسیده و تولید گاز منواکسید کربن کند.
۴. در صورت استفاده از وسایل گرمایشی مانند بخاری و شومینه، نباید تمامی روزنه‌های جریان هوا در منزل و به ویژه اتاق خواب مسدود شود.
۵. از نصب آبگرمکن در حمام، روشن کردن شعله‌های اجاق گاز در آشپزخانه جهت گرم نگه داشتن محیط داخل خانه، جدا خودداری کرد.
۶. شومینه مشترک برای چند واحد در صورت کوچک بودن ساینز مجرای خروجی و لوله کشی آن باعث برگشت دود از شومینه روشن طبقات پایین به داخل آپارتمان در شومینه خاموش طبقات بالاتر می‌گردد.
۷. انتهای کلیه دودکش‌ها باید حداقل یک متر از سطح بام و حداقل یک متر از دیوار جانبی بام فاصله داشته و دارای کلاهک مخصوص به شکل (H) باشد.
۸. اگر فضای خود را با شوفاژ و سیستم حرارت مرکزی گرم می‌کنید درزبندی و بستن منافذ به منظور جلوگیری از اتلاف حرارتی بلامانع می‌باشد.
۹. در صورتیکه از بخاری‌های گازسوز به منظور گرمایش محیط استفاده می‌کنید حتماً مختصری تهویه از طریق درب یا پنجره در فضا ایجاد نمائید و از درزبندی و بستن کامل منافذ خودداری کنید.
۱۰. از به کار بردن وسایل گرمایشی بدون نصب دودکش و یا دارای نقص در دودکش جدا خودداری کنید.
۱۱. به کارگیری آب گرمکن‌های دیواری در فضاهای بسته یا مکان‌های فاقد جریان هوا، مجاز نیست.
۱۲. هروسيله گازسوز باید دارای یک دودکش مستقل و منتهی به فضای بیرون باشد.
۱۳. هیچگاه از چراغ یا بخاری نفتی یا گازی که فاقد دودکش است، درون خانه، به خصوص هنگام خواب استفاده نکنید.
۱۴. درون خانه، به خصوص در محل خواب‌تان دستگاه هشدار مونوکسید کربن نصب کنید.

۱۵. تعمیر وسایل گرمایشی توسط افراد غیر مجرب و بی تجربه و یا نصب آنها توسط افراد خانواده باعث ایجاد خطر می‌شود.

علائم مسمومیت با گاز منواکسید کربن:

علائم مسمومیت با منواکسید کربن می‌تواند طیف وسیعی از علائم را شامل شود که در بیماری‌های مختلفی دیده می‌شود. متأسفانه بسیاری از این علائم شبیه به علائم سرماخوردگی است و اکثر افراد فکر می‌کنند به دلیل سردی هوا دچار سرماخوردگی شده‌اند. سعی در خوابیدن می‌کنند. ابتلای تمام افراد خانواده به علائمی شبیه به آنفلوآنزا، بروز مسمومیت در افراد را نشان می‌دهد.

۱ - سردرد

۲ - ضعف جسمانی

۳ - سرگیجه و بی‌قراری

۴ - تهوع و استفراغ

۵ - خمیازه کشیدن بیش از حد

۶ - کاهش دید از علایم عمومی مسمومیت‌ها هستند

۷ - حالت خواب‌آلودگی شدید، کسلی، خستگی و کاهش قدرت عضلانی از جمله علایم اولیه مسمومیت در افراد به‌شمار می‌روند. چنانچه افراد در این مرحله متوجه چنین علائمی شدند، با خارج شدن از فضای آلوده می‌توانند از پیشرفت مسمومیت پیشگیری کنند.

علائم مراحل پایانی و نزدیک به مرگ:

کبودی دست، دور لب‌ها و نوک انگشتان از علایم پایانی مسمومیت با گاز CO به‌شمار می‌روند که در نهایت فرد دچار تنگی نفس شده و فوت می‌کند.

گروه‌های در معرض خطر:

تمامی افراد در معرض خطر قرار دارند ولی کودکان، زنان باردار و سالمندان جزو گروه آسیب‌پذیر و در معرض خطر بیشتری با منواکسید کربن هستند و علایم مسمومیت در آنها سریع و با شدت بیشتری ایجاد می‌شود. همچنین غلظت گاز منواکسید کربن در فضای اتاق در ایجاد مسمومیت بسیار موثر است.

چگونگی برخورد با افراد مسموم شده با گاز منواکسید کربن:

۱ - فرد مسموم را از محیط آلوده به هوای آزاد منتقل کنید.

۲ - یقه پیراهن و کمربند و لباس های تنگ افراد مسموم را باز کنید

۳ - در صورت امکان اکسیژن دهی به فرد مسموم شده

۴ - باز نگه داشتن راه های هوایی و تماس با اورژانس ۱۱۵ در مراحل بعدی درمانی باید مورد توجه قرار گیرد.

به یاد داشته باشید که خارج کردن افراد مسموم از محیط آلوده، قرار گرفتن در محیط باز و به این افراد از مهمترین اقدامات پیشگیرانه محسوب می شود