

## چگونه از مسمومیت با گاز مونوکسید کربن پیشگیری کنیم؟

1. آگاه باشید که هر وسیله گرمای سوختنی که به نحوی با سوخت های فسیلی (نفت، گاز، ذغال سنگ) کار کند به صورت بالقوه می تواند سبب تولید گاز مونوکسید کربن شود.
2. از بخاری های مستعمل و فرسوده بدون دودکش یا دارای دودکش نامناسب و غیر استاندارد استفاده نکنید.
3. توجه داشته باشید، استفاده از بخاری های بدون دودکش به هیچ وجه از تولید گاز مونوکسید کربن جلوگیری نمی کند.
4. هرگز در فضای بسته و محدود که تهویه کافی و مناسب ندارد (نظیر اتاق، گاراژ و ...) آتش روشن نکنید.
5. هرگز در فضای بسته گاراژ موتور اتومبیل را روشن نگذارید.
6. قبل از راه اندازی وسایل گرمایشی، از سلامت مسیر دودکش ساختمان و بدون ترک و نشتی بودن آن اطمینان حاصل کرده و از اتصال مناسب و صحیح لوله بخاری و آبگرمکن به دودکش دیواری اطمینان حاصل کنند.
7. تمام دودکش ها باید وسیله انتهایی ضد باد (کلاهک) مناسب داشته باشد.
8. در محیط های شغلی و منازل که در آنها از کوره و مشعل استفاده می شود از سلامت دستگاه و سیستم تخلیه دود اطمینان حاصل کنند.
9. هر وسیله گازسوز باید دارای یک دودکش مستقل و منتهی به فضای بیرون باشد و لذا به کارگیری آب گرمکن های دیواری در فضاهای بسته یا مکان های فاقد جریان هوا مجاز نیست.
10. شیب لوله های افقی در داخل واحدها باید مثبت و روبه بالا و ارتفاع عمودی لوله در بیرون حداقل سه برابر طول افقی آن باشد.
11. توجه به داغ بودن دودکش پس از روشن کردن وسیله گرمایشی به اطمینان شما از تخلیه گاز کمک خواهد کرد. اگر لوله دودکش بخاری شما سرد است دلیل آن خارج نشدن محصولات احتراق و گازهای سمی از دودکش است در این صورت باید ضمن رفع نقص، به طور موقت با باز کردن قسمتی از در یا پنجره تهویه در محیط ایجاد کنند.
12. ضمن ایجاد تهویه مناسب جهت آشپزخانه و حمام منزل، از نصب آبگرمکن در حمام و نیز روشن کردن شعله های اجاق گاز در آشپزخانه جهت گرم نگه داشتن محیط داخل خانه جداً خودداری کنند.

13. اگر فضای منزل خود را با شوفاژ و سیستم حرارت مرکزی گرم می کنید درز بندی و بستن منافذ درها و پنجره ها به منظور جلوگیری از اتلاف حرارتی بلامانع است اما در صورتی که از بخاری های گازسوز به منظور گرمایش محیط استفاده می کنید حتماً مختصری تهویه از طریق در یا پنجره در فضا ایجاد کنند و از درز بندی و بستن کامل منافذ خودداری کنید.

14. در صورت احساس علائم سردرد و سرگیجه و تهوع در مکانی که احتمال وقوع مسمومیت وجود دارد فوراً آن مکان را ترک کرده و به فضای آزاد پناه ببرید و در اسرع وقت به پزشک مراجعه کنید.

15. در صورت تداوم علائم فوق برای چند روز متوالی احتمال مسمومیت خفیف با این گاز وجود دارد که بهتر است در این مورد با پزشک خود مشورت کنید.

16. رانندگان وسایل نقلیه سنگین، از روشن کردن گاز پیک نیک در اتاق وسیله نقلیه خود جهت استراحت و خواب جدا خودداری کنند.

### در برخورد با موارد مسمومیت با گاز مونوکسید کربن چه باید کرد؟

1. در صورت مواجهه با مصدومان، سریعاً آن ها را از محیط خارج کنید.
2. پس از خارج ساختن مصدوم از محیط آلوده فوراً با اورژانس تماس بگیرید.
3. علائم حیاتی مصدومان را کنترل کنید و از باز بودن راه های هوایی مصدوم اطمینان حاصل کنید.