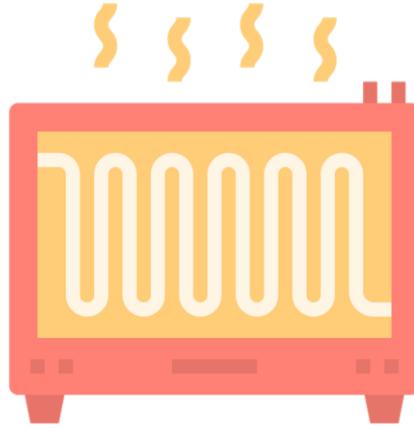




تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة



التدفئة وغاز أول أكسيد الكربون

Heating and Carbon
Monoxide

التدفئة الآمنة في الشتاء

مع انخفاض درجات الحرارة ودخول موسم الشتاء، يبدأ الجميع في البحث عن وسائل للتدفئة داخل المنازل لضمان الراحة والدفء. لكن الاستخدام غير السليم لهذه الوسائل قد يعرض الأشخاص لمخاطر صحية جسيمة، من أبرزها التسمم بغاز أول أكسيد الكربون. هذا الغاز السام الذي يُنتج عادةً من احتراق الوقود بشكل غير كامل، قد يكون قاتلاً في حال تراكمه في الهواء داخل المنزل. لذلك، من الضروري أن نكون على دراية بأنواع المدافئ وكيفية استخدامها بشكل آمن لتجنب المخاطر المرتبطة بها.

أنواع المدافئ

تتنوع المدافئ المستخدمة في المنازل، ويمكن تصنيفها حسب طريقة عملها إلى نوعين رئيسيين:

المدافئ الكهربائية

تعتمد هذه المدافئ على الكهرباء لتوليد الحرارة، مثل الدفايات الزيتية أو الكهربائية المروحية. هذه الأنواع لا تُنتج غاز أول أكسيد

الكربون، ولكنها قد تشكل مخاطر أخرى مثل الحريق إذا لم يتم استخدامها بشكل صحيح.

المدافع التي تعتمد على حرق الوقود

تشمل المدافع التي تعمل بالغاز أو الفحم أو الخشب. هذه المدافع تُنتج حرارة عن طريق حرق الوقود، مما قد يؤدي إلى إطلاق غاز أول أكسيد الكربون نتيجة لعملية الاحتراق.

احتياطات الدفايات الكهربائية

المدافع الكهربائية تُعتبر أكثر أماناً من المدافع التي تعمل بالوقود، ولكن يجب اتخاذ بعض الاحتياطات لتفادي المخاطر المتعلقة بها:

التأكد من وضع المدفأة بعيداً عن الأثاث والمواد القابلة للاشتعال: يجب وضع المدفأة في مكان آمن بعيداً عن الستائر أو الأثاث القابل للاشتعال.

التأكد من وجود زر إيقاف التشغيل التلقائي: تأكد من أن المدفأة تحتوي على وظيفة الإيقاف التلقائي في حال وقوع أي عطل.

⚠️ **تجنب تغطية المدفأة:** لا تضع أي أشياء فوق المدفأة، حيث أن ذلك قد يسبب ارتفاع درجة حرارتها بشكل غير آمن.

⚠️ **تجنب استخدام التوصيلات الكهربائية غير المناسبة:** تجنب توصيل المدفأة إلى كهرباء عبر أسلاك تمديد غير مخصصة، حيث أن ذلك قد يسبب زيادة في الأحمال الكهربائية.

احتياطات المدافئ التي تعتمد على حرق

المدافئ المعتمدة على الحرق تُعد من أكثر الأنواع التي قد تُسبب خطر التسمم بغاز أول أكسيد الكربون إذا لم يتم استخدامها بشكل صحيح. لضمان استخدامها بشكل آمن، يجب اتباع الإرشادات التالية:

⚠️ **ضمان التهوية الجيدة داخل المنزل:** يجب التأكد من وجود تهوية كافية في الغرف التي تحتوي على دفايات غازية لتفادي تراكم الغازات السامة.

⚠️ **تركيب أجهزة كشف غاز أول أكسيد الكربون:** ينصح بتركيب هذه الأجهزة في الأماكن التي تُستخدم فيها المدافئ الغازية، حيث أنها تُنبهك في حال تسرب الغاز.

⚠️ **فحص المدفأة بشكل منتظم:** تأكد من فحص المدفأة وصيانتها من قبل مختصين بشكل دوري.

ما هو غاز أول أكسيد الكربون؟

غاز سام يُنتج نتيجة حرق الوقود مثل الغاز، الخشب، الفحم أو الكيروسين، ليس له رائحة أو طعم أو لون، مما يجعله خطيرًا جدًا حيث لا يمكن اكتشافه إلا باستخدام أجهزة الكشف.

تراكم هذا الغاز في الهواء داخل المنزل قد يؤدي إلى التسمم، ويؤثر بشكل سلبي على صحة الأفراد، حيث يعطل قدرة الدم على نقل الأوكسجين إلى الأنسجة والأعضاء الحيوية.



أعراض التسمم بغاز أول أكسيد الكربون:



الصداع والدوخة

الغثيان والقيء



ضيق التنفس

تشوش الرؤية



فقدان الوعي

عدم القدرة على التحكم
في العضلات



ماذا تفعل إذا تعرضت للتسمم؟

في حالة الاشتباه بتعرض أحد أفراد الأسرة للتسمم بأول أكسيد الكربون، يجب اتخاذ الخطوات التالية بشكل فوري:

- **التوجه إلى الهواء الطلق** أو نقل الشخص المصاب إلى مكان مفتوح يحتوي على هواء نقي.
- **الاتصال بالطوارئ:** اطلب المساعدة الطبية فوراً.

للمقاومة من التسمم بغاز أول أكسيد الكربون

من الضروري اتخاذ بعض التدابير الوقائية للحفاظ على سلامتك وسلامة عائلتك أثناء استخدام وسائل التدفئة:

- ✓ **استخدام أجهزة الكشف عن الدخان:** تركيب أجهزة كشف الدخان وأجهزة كشف غاز أول أكسيد الكربون في الأماكن التي تستخدم فيها المدافئ.
- ✓ **التهوية الجيدة:** عند استخدام أجهزة التدفئة التي تعمل بالوقود (مثل المدافئ الغازية أو الخشبية) أو إشعال الحطب

أو الفحم في التخييم، تأكد من ترك النوافذ أو الأبواب مفتوحة لتوفير التهوية الجيدة، وتجنب استخدامها في الليل أثناء النوم.

✓ **الصيانة السنوية:** قم بصيانة المدافئ بشكل دوري من قبل مختصين لضمان عدم وجود تسريبات للغاز أو مشاكل قد تؤدي إلى تعريضك للخطر وكذلك صيانة المدخن لضمان عدم انسداد فتحات التهوية.



الحرص على التهوية الجيدة وصيانة الأجهزة بشكل دوري يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر التسمم ويضمن بيئة آمنة للجميع داخل المنزل.

لأن الوعي وقاية

إدارة التثقيف الصحي

قسم التوعية الصحية

HEM1.25.0001705