

Տեղեկություններ



Կանխելով շնոլ գալով թունավորումը

Տեղեկություն չափահասների և նրանց խնամողների համար

Գիտե՞ք, որ շնոլ գալը (CO) թունավորման ամենատարածված պատճառն է ԱՄՆ-ում:

Պատահական CO թունավորումը բերում է տարեկան 500 հոգու մահվան և 15,000 շտապ օգնության կանչերի: 65 տարեկանից բարձր մարդիկ առավելապես խոցելի են CO պատահական թունավորման նկատմամբ, քանի որ իրենք ավելի հաճախ են առողջական խնդիրներ ունենում: ¹ Չնայած, որ CO-ի տազնապի վանգը կարող է փրկել կյանքը, այն տեղադրված է ամերիկացիների մեկ երրորդից քիչ տներում: ²

Ի՞նչ է շնոլ գալը (CO)

CO-ն անհոտ, անգույն գալ է, որը կարող է պատճառել հիվանդություն և մահ: Այն առաջանում է, երբ վառվում է ցանկացած վառելիք՝ բնական գալ, պրոպան, բենզին, նավթ, կերոսին, փայտ կամ փայտածուխ: Մարքերը, որոնք արտադրում են CO, ներառում են մեքենաներ, նավեր, բենզինի շարժիչներ, գալ օջախներ և ջեռուցման համակարգեր: CO-ն կարող է առաջանալ այս աղբյուրներից փակ և կիսափակ տարածություններում: Երբ մարդը շնչում է CO, թունավոր գալը թափանցում է արյան մեջ և փակում է թթվածնի մուտքը, ինչը կարող է վնասել հյուսվածքները և մահ առաջացնել: ³

Որոնք են CO-ով թունավորման ախտանշանները

Մարդկանց մեծամասնության համար թունավորման ցածր աստիճանի առաջին նշաններ են թույլ գլխացավը և շնչառության չափավոր ֆիզիկական ակտիվության ժամանակ: Շարունակական կամ ուժեղ գալի արդյունքում կարող է առաջացնել գրիպի ախտանիշներ՝ ուժեղ գլխացավ, գլխապտույտ, հոգնածության զգացում, սրտխառնոց, հուզմունք, գրգռվածություն և թույլ զգոնություն, հիշողության և կոորդինացիայի թուլացում: ⁴ CO-ն կոչվում է «լուռ մարդասպան», քանի, եթե վաղ ախտանիշներն անտեսվում են, անձը կարող է կորցնել գիտակցությունը և չկարողանալ խուսափել վտանգից:

Դուք կարող եք չզգալ ախտանշանները, բայց գտնվել CO-ի վտանգավոր սպիտակ գոտիում

CO-ի ցածր խտացման մակարդակը կարող է չառաջացնել թունավորման ակնհայտ ախտանշաններ, սակայն կարող է բերել առողջության երկարատև վնասման, անգամ եթե CO-ի աղբյուրը վերացված է: Առողջական հետևանքները հետևյալն են՝ նյարդային

Մեզանից յուրաքանչյուրը շնոլ գալի թունավորման վտանգի տակ է գտնվում: Տարեց մարդիկ, ունենալով առողջական խնդիրներ՝ սրտի խրոնիկական հիվանդություն, անտեմիա կամ շնչառության խնդիրներ, առավել շատ են ենթակա այս անհոտ, անգույն գալի սպիտակ գոտիում:

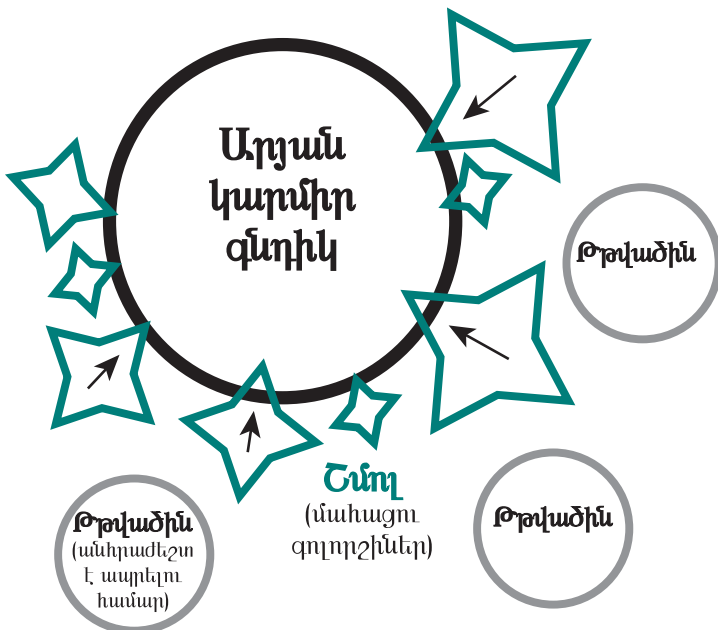
երկարատև խնդիրներ, սովորելու թերացում և հիշողության թուլացում, զգացմունքային և անհատական արդեցություններ, զգայական և շարժական խանգարումներ:⁵

Ո՞վ է գտնվում CO-ի թունավորման վտանգի տակ

Ցանկացած տարիքի մարդիկ գտնվում են CO-ի թունավորման վտանգի տակ: Անձինք, որոնք տառապում են արտի հիվանդություններից, անեմիայից, կամ շնչառական խնդիրներից, ավելի շատ են ենթարկվում շնոլ գազի արդեցությանը:⁶ Տարեց մարդիկ ավելի հաճախ են ունենում առողջական խնդիրներ և բարձրացնում մահացու վտանգի հետևանքը:⁷ CO-ի թունավորումը կարող է շատ վտանգավոր լինել և չճանաչված երեխաների համար, զգալիորեն մեծացնելով մանկական մահացությունը և վարժացման խանգարումները:^{8, 9}

Առավել տարածված է փոքրամասնությունների մեջ

Վաշինգտոնի նահանգում փոքրամասնություն կարճորակ բնակչության մեջ անցկացրած հետազոտության արդյունքում պարզվեց, որ սպիտակամորթ բնակչության համեմատ, իսպանացիների մոտ չորս անգամ, իսկ սևերի՝ երեք անգամ բարձր է CO-ի թունավորման վտանգը: Ավելին, իսպանական բնակչության 67 %-ը և սևերի 40 %-ը թունավորվել են փայտածուխը որպես տան վառելիք օգտագործելու հետևանքով:¹⁰



Եթե Դուք կարծում եք, որ շնոլ գազից թունավորման ախտանշաններ ունեք, ապա.

- Անմիջապես դուրս եկեք մաքուր օդով տարածք: Բացեք դռներն ու պատուհանները, անջատեք գալօջախները, վառարանները, ջեռուցման և նման այլ սարքերը և դուրս եկեք տնից:
- Զանգահարեք թունավորման կենտրոն 1-800-222- 1222 հեռախոսահամարով: Թունավորման մասնագետները կտեղեկացնեն Ձեզ, արդյոք Դուք ունեք հետագա բուժօգնության անհրաժեշտություն:

Թունավորումից խուսափելու համար, հիշե՛ք:

- Տեղադրեք CO-ի տազնասլի սարձանաչափներ հանգստի սենյակներում:
- Ամեն տարի ստուգեք ջեռուցման համակարգերը և վառելիքով աշխատող սարքավորումները:
- Խուսափեք օգտագործել առանց օդանցքի սարքավորումներ:
- Երբեք մի վառեք վառելիքը շենքի ներսում, բացառությամբ գալօջախների կամ վառարանների, որոնք նախատեսված են անվտանգ օգտագործման համար:
- Ուշադիր եղեք շնոլ գազով թունավորման բոլոր ախտանշանների նկատմամբ:

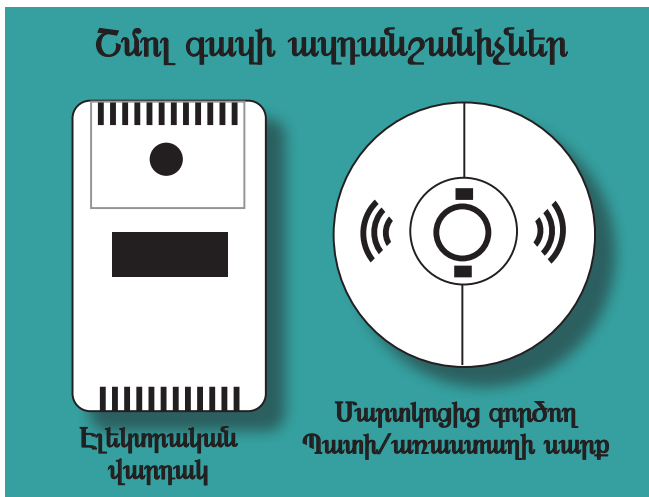
Այլ խորհուրդներ CO թունավորումից խուսափելու համար:

- Օգտագործեք գազի սարքավորումները կարգավորված վիճակում:
- Առանց օդանցքի վառարանը փոփոխելու դեպքում, գնեք և տեղադրեք օդանցքով վառարան:
- Օգտագործեք համապատասխան վառելիքը նավթի վառարանների մեջ:
- Տեղադրեք և օգտագործեք արտածող օդափոխիչ գալօջախների համար:
- Բացեք ծխատարը բուխարի օգտագործելու ժամանակ:
- Ընտրեք հարմար չափի փայտյա վառարաններ, որոնք համապատասխանում են EPA-ի (Չրջակա միջավայրի պահպանության գործակալություն) չափանիշներին:
- Հանովվեք, որ փայտյա վառարանի որնակները պինդ պակվում են:

- Տարին մեկ անգամ կալմանկերպեք ջեռուցման համակարգի և օդանցքի մասնագիտական ստուգում և մաքրում:
- Համոզվեք, որ ներսի վառելիքով աշխատող բոլոր սարքերը լավ վիճակում են և ունեն համապատասխան օդափոխություն:
- Երբեք մի թողեք աշխատող մեքենան ավտոտնակում, նույնիսկ եթե ավտոտնակի դռները բաց են:
- Օգտագործեք շարժական գեներատորը դրսում և ջենքերից հեռու: Երբեք մի օգտագործեք շարժական գեներատորը պատշգամբի կամ դռների, օդանցքի կամ պատուհանների մոտ: Երբեք մի օգտագործեք շարժական գեներատորը Ձեր կամ Ձեր ընտանիքի հանգստի սենյակի մոտ:
- Երբեք մի օգտագործեք փայտածուխի մանդալ տանը, անգամ բուխարիի մեջ:
- Պրուպանով կամ այլ վառելիքով աշխատող վառարանները, որոնք տեղադրված են որսորդական կամ ձկնորսական տնակներում, պետք է դեպի դուրս բացվող օդանցք ունենան:
- Երբեք մի ջեռուցեք Ձեր տունը գալօջախով:

CO-ի տազնաայի սպրանջանիչներ

Պատահական թունավորման դեպքերի կեսից կարելի է խուսափել տազնաայի սպրանջանիչների օգնությամբ: Այդ սպրանջանիչները պետք է



հաստատված լինեն Անվտանգության տեխնիկայի լաբորատորիայի (UL) կողմից և վաճառվեն տեխնիկայի տեղական խանութներում:¹¹ Իրանց արժեքը մինիմալ է, մանավանդ, եթե հաշվի առնենք այն փաստը, որ դա կարող է Ձեր և Ձեր ընտանիքի կյանքը փրկել: Տեղադրեք CO-ի տազնաայի սպրանջանիչները Ձեր տան յուրաքանչյուր հարկում և հանգստի սենյակներում այնպիսի հեռավորության վրա, որ համակարգի ձայնը լսելի լինի: Ուշադիր

Ինչպես տարբերել CO-ի թունավորման և գրիպի ախտանիշները

Զանի որ գրիպի և CO-ի թունավորման ախտանիշները համընկնում են, Դուք կարող եք սխալվել կողմնորոշման մեջ: CO-ի ախտանիշները հետևյալն են՝

- Դուք ավելի լավ եք զգում Ձեզ գտնվելով սնից հեռու:
- Տան անդամներից մի քանիսը հիվանդանում են միևնույն ժամանակ (գրիպը փոխանցվում է մի քանի օրվա մեջ):
- Ընտանիքի անդամները, որոնք ամենաշատն են ապրվել թունավորումից, իրենց ժամանակի մեծ մասը անցկացնում են տանը:
- Ախտանիշները հաջոնվում են կամ մարդկանց վիճակը վատանում է սարքավորումը միացնելուց անմիջապես հետո կամ ավտոտնակում մեքենան աշխատացնելիս:
- Տան կենդանիները նույնպես հիվանդ են երևում, ցուցաբերելով քնկոտություն և թմրածություն (գրիպի մարդկային տեսակները չեն փոխանցվում կենդանիներին):
- Ընդհանուր ցավ, ցածր տաքություն, կամ ուռած ավշահանգույցներ (բնորոշ է մրսածության և գրիպի ժամանակ):¹²

հետևեք արտադրանքի հրահանգներին, դրա տեղադրմանը, օգտագործմանը և պահպանմանը: Ի տարբերություն ծխելու սպրանջանիչների, CO-ի սպրանջանիչների աշխատանքի ժամկետը կարող է լրանալ մի քանի տարի անց:

Թույլ մի տվեք, որ CO-ի սպրանջանիչի գնման փաստը բերի Ձեզ բացարձակ անվտանգության սխալ զգացողության: CO-ի սպրանջանիչը պետք է դիտարկվի միայն որպես օգնական վառելիքով աշխատող սարքերի ճիշտ օգտագործման և պահպանման համար: CO-ի սպրանջանիչների համակարգը չի նախատեսված վերահսկելու CO-ի

ցածր մակարդակը: Շատ հարցեր են հնչել, թե ինչքանով են պաշտպանողական CO-ի արդանշանիչի չափանիշները, մասնավորապես այնպիսի խոցելի խմբերի համար, ինչպիսիք են մեծահասակները:¹³

Տարեց մարդիկ և շրջակա միջավայրի հետ կապված առողջական խնդիրներ

EPA-ի ծերացման նախաձեռնությունը աշխատում է մեծահասակների առողջությունը շրջակա միջավայրի վտանգներից պաշտպանելու ուղղությամբ վտանգները դեկավարման և կանխման ռապիավարությունների, կրթության և հետապոստությունների օգնությամբ: EPA-ի ծերացման նախաձեռնության մասին հավելյալ տեղեկությունների համար այցելե՛ք www.epa.gov/aging

Այս տեղեկատվության տարած օրինակները կարող եք պատվիրել հետևյալ հասցեով՝ <http://www.epa.gov/aging/resources/factsheets/order.htm>

Հավելյալ աղբյուրներ

Your Local Poison Center

- 1-800-222-1222
- Internet: www.aapcc.org

U.S. Environmental Protection Agency

Carbon Monoxide
<http://www.epa.gov/iaq/co.html>

CDC

Carbon Monoxide
<http://www.cdc.gov/co/>

Consumer Product Safety Commission

Home Heating Equipment Safety
www.cpsc.gov/cpscpub/pubs/heatpubs.html

Carbon Monoxide Alarms
www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/prhtml01/01069.html

Portable Generators
www.cpsc.gov/cpscpub/pubs/portgen.html

Տղթասուկ

1 Centers for Disease Control and Policy. Carbon Monoxide-Related Deaths – United States, 1999-2004. Morbidity and Mortality Weekly Report. December 21, 2007; 56(50):1309-12.

2 Home Safety Council. Unintentional Home Injury in the United States. State of Home Safety: 2004 Edition. http://www.homesafetycouncil.org/state_of_home_safety/sohs_2004_p017.pdf.

3 (CDC), National Center for Environmental Health, "Carbon Monoxide Poisoning: Questions and Answers," July 2006. <http://www.cdc.gov/co/faqs.htm>

4 The U.S. Environmental Protection Agency (EPA), Indoor Environments Division (6607J) Office of Air and Radiation, "Protect Your Family and Yourself from Carbon Monoxide Poisoning," October 1996. <http://www.epa.gov/iaq/pubs/coftsht.html>

5 Delayed Neuropathology after Carbon Monoxide Poisoning Is Immune-Mediated, Stephen R. Thom, Veena M. Bhopale, Donald Fisher, Jie Zhang, Phyllis Gimotty and Robert E. Forster, Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, Vol. 101, No. 37 (Sep. 14, 2004), pp. 13660-13665.

EPA. 2000. Air Quality Criteria for Carbon Monoxide. U.S.EPA, National Center for Environmental Assessment. June, 2000. EPA 600/P-99/001F.

6 Centers for Disease Control and Prevention (CDC), National Center for Environmental Health, "Carbon Monoxide Poisoning: Questions and Answers," July 2006. <http://www.cdc.gov/co/faqs.htm>

7 CPSC. 2004. Non-Fire Carbon Monoxide Deaths Associated with the Use of Consumer Products: 2001 Annual Estimates. U.S. Consumer Product Safety Commission, Division of Hazard Analysis, May 13, 2004.

8 Raub, J. A., M. MathieuNolf, N. B. Hampson, and S. R. Thom. Carbon Monoxide Poisoning - a Public Health Perspective. TOXICOLOGY (145):1-14, (2000).

9 Liu, S. Krewski, D., Shi, Y, Chen, Y, and R.T. Burnett. 2003. Association between gaseous ambient air pollutants and adverse pregnancy outcomes in Vancouver, Canada. Environmental Health Perspectives. 111:1773-1778.

10 Ralston, J.D. and N.B. Hampson. 2000. Incidence of severe unintentional carbon monoxide poisoning differs across racial/ethnic categories. Public Health Reports. 115:46-51. U.S. Department of Health and Human Services.

11 Yoon, S., Macdonald, S., Parrish, G. 1998. Deaths from unintentional carbon monoxide poisoning and potential for prevention with carbon monoxide detectors. JAMA. 279(9): 685-687

12 U.S. Department of Housing and Urban Development. Healthy Homes Issues: Carbon Monoxide, Healthy homes Initiative Background Information, December 2005. http://www.healthyhomestraining.org/Documents/HUD/HUD_CO_Brief.pdf .

13 The Minnesota Department of Health, Environmental Health Services Division, "Carbon Monoxide (CO) Poisoning In Your Home," April 2007. <http://www.health.state.mn.us/divs/eh/indoorair/co/index.html>



Armenian translation of: *Preventing Carbon Monoxide Poisoning*
Publication Number EPA 100-F-09-008