



## Tờ Thông Tin về Nhiễm Độc Cacbon Oxit

### Vấn đề là gì?

Cacbon Oxit, hay CO, là một khí không mùi, không màu có thể gây bệnh đột ngột và tử vong. Cacbon Oxit thường có trong hơi khói đốt cháy, như khói từ xe nhà hoặc xe tải, máy nhỏ xài xăng, lò nấu, đèn lồng, than và gỗ đốt, và lò xài khí và hệ thống sưởi. Cacbon Oxit từ những nguồn này tích tụ trong chỗ bí kín hoặc bí kín một nửa. Người và súc vật trong những chỗ này có thể bị nhiễm độc khi hít vào.

Triệu chứng nhiễm độc cacbon oxit thông thường nhất là nhức đầu, chóng mặt, yếu, buồn nôn, ói mửa, đau ngực, và lẫn lộn. Người nhiều cacbon oxit có thể bị bất tỉnh hoặc chết. Trừ khi có nghi ngờ, nhiễm độc cacbon oxit rất khó chẩn đoán vì triệu chứng giống bệnh khác. Ai đang ngủ hoặc say sưa có thể chết vì nhiễm độc cacbon oxit trước khi có triệu chứng.

### Ai bị nguy hiểm?

Cả người ta lẫn súc vật đều bị nguy hiểm nhiễm độc cacbon oxit. Một nhóm người như – em bé chưa sanh, trẻ sơ sinh, và ai có bệnh tim mãn tính, chứng thiếu máu, hoặc vấn đề hô hấp – dễ bị ảnh hưởng hơn. Hàng năm, có trên 500 người Mỹ bị chết vì vô tình nhiễm độc cacbon oxit, và trên 2,000 người tự tử bằng cách tự họ cố ý nhiễm độc.

### Có thể ngăn ngừa nó được không?

Được, quý vị ngăn ngừa nhiễm độc cacbon oxit được bằng cách thực hiện cách phòng ngừa đơn giản để bảo đảm:

- tất cả dụng cụ đốt nhiên liệu được gắn, bảo trì, và xài đúng cách;
- lò đốt, máy đun nước, và máy sấy xài khí đốt được một kỹ thuật viên chuyên môn kiểm tra hàng năm;
- ống khói lò sưởi và ống khói phải được kiểm tra và lau chùi hàng năm;
- chỉ dùng lò sưởi di động đốt nhiên liệu khi có ai còn thức theo dõi và mở cửa hoặc cửa sổ trong phòng để có thoáng khí mới;
- xem xét thường xuyên hệ thống xả của xe hơi để tìm hư hại; và
- xem xét thường xuyên ống khói xe hơi để tìm nơi tắc nghẽn do tuyết trong những tháng mùa đông.

### Nên nhớ:

1. không bao giờ dùng lò khí để sưởi ấm nhà;
2. không bao giờ dùng lò nướng than, hibachi, đèn lồng, hoặc lò xách tay cắm trại trong nhà, lều, hoặc xe cắm trại;
3. không bao giờ chạy máy phát điện, máy phun rửa cao áp, hoặc máy nào chạy bằng xăng trong hầm, nhà xe, hoặc khu bí kín khác, ngay khi mở cửa hoặc cửa sổ, trừ khi dụng cụ được chuyên viên gắn và có lỗ thông hơi;
4. không bao giờ chạy xe hơi, máy phát điện, máy phun rửa cao áp, hoặc máy nào chạy bằng xăng ngoài cửa sổ hoặc cửa mở, nơi khí xả có bay ngược vào một chỗ bí kín;
5. không bao giờ để cho máy xe chạy trong một chỗ bí kín hoặc bí kín một nửa, chẳng hạn như nhà đậu xe đóng kín.

Hiểu biết là then chốt trong việc ngăn ngừa nhiễm độc cacbon oxit. Trong đa số các trường hợp vô tình nhiễm độc, nạn nhân không biết rằng cacbon oxit bị phát ra và tích tụ trong không khí họ thở. Cacbon oxit có thể được phát hiện dễ dàng trong nhà và với giá rẻ; có một số dụng cụ báo động cacbon oxit rất rẻ tiền. Nên gắn máy báo động cacbon oxit trên mỗi tầng trong nhà và trong phòng ngủ.