



## تلوث الهواء وما يمكنك القيام به لحماية نفسك.

المواد الكيميائية هي المصدر الأكثر احتمالاً لتلوث الهواء. فعلى سبيل المثال، يمكن أن يؤدي وقوع حادث في وحدة تصنيع أو مصنع أو حطام قطار إلى إطلاق كميات كبيرة من مواد كيميائية خطيرة في الهواء. كما أن هجوماً إرهابياً يمكن أن ينطوي على الإطلاق المتعمد لمادة كيميائية أو غازية سامة.

كما إنه يمكن في هجوم إرهاب بيولوجي إطلاق البكتيريا أو الفيروسات المسببة لأمراض مثل الجمر الخبيث أو الطاعون الرئوي أو الجدري أو التولاريمية (حمى الأرانب) في شكل رذاذ. وعليه فإن أي شخص يستنشق المادة من الممكن أن يتأثر بهذه الأمراض.



على الرغم من أن الهواء نفسه لا يصبح مشعاً، إلا أن إطلاق الإشعاع في البيئة يمكن أن ينتج عنه غبار مشع وأوساخ مشعة (متساقطة) يمكن أن تجعل الهواء غير آمن. وعليه فإن "القنبلة القذرة" يمكن أن تعمل بهذه الطريقة، مسببة انفجاراً طفيفاً نسبياً، إلا أن الضرر الحقيقي الذي تسببه يكمن في إطلاقها لمواد مشعة في البيئة.

### ما يمكنك فعله



ليس هناك الكثير مما يمكنك فعله مقدماً لحماية نفسك من مادة خطيرة تنطلق في الهواء. إذا لم يكن هناك انفجار واضح أو هجوم إرهابي معروف، فمن الممكن أن يتلوث الهواء دون أن يعلم أحد بذلك التلوث حتى تبدأ الأعراض في الظهور على الناس أو على الحيوانات.

كما هو الحال مع حالات الطوارئ المحتملة الأخرى، من المنطقي أن يكون لديك مجموعة أدوات خاصة بالكوارث بها ماء وغذاء ومواد إسعافات أولية وأدوات وغيرها من الضروريات الأخرى. دفع بعض الأشخاص قلقهم حيال التهديدات الإرهابية إلى التفكير في إضافة العناصر التالية إلى إمداداتهم:

- الأقفعة: يمكن أن يساعد القناع في الحماية من بعض أنواع العدوى (مثل كوفيد-19). لكنها لن تحميك من مواد أخرى كثيرة. يمكن أن يحميك قناع الغاز من العديد من الغازات السامة والمواد الضارة الأخرى في الهواء؛ لكن أقنعة الغاز غالية الثمن وصعب استخدامها. ولا تحقق الفائدة إلا إذا كنت تعرف كيف ومتى تستخدمها وإذا كانت مثبتة بشكل صحيح. ولا ينصح باستخدامها من جانب عامة الناس. كما أنك لا تحتاج إلى شراء أو ارتداء أي نوع من الأقفعة الواقية ما لم يكن ذلك بناء على طلب السلطات المدنية أو الصحية في منطقتك.
- أقراص يوديد البوتاسيوم. لا يجب استخدام يوديد البوتاسيوم، ورمزه الكيميائي KI، إلا إذا كان ذلك بناء على توصية من مسؤولي الصحة العامة. يساعد يوديد البوتاسيوم على حماية الغدة الدرقية من الآثار الضارة لليود المشع، والذي يمكن أن ينطلق نتيجة انفجار قنبلة قذرة أو وقوع انفجار في محطة للطاقة النووية أو من جراء أي حادث نووي آخر.

## في حالة إطلاق مادة خطيرة في البيئة:



- اخرج من المنطقة المجاورة للإطلاق إذا أمكن. إذا كان الإطلاق قد حدث بالخارج، أسرع إلى الداخل. إذا كان قد حدث في الداخل، عليك بالخروج. انتقل من المناطق المنخفضة إلى أرض أكثر ارتفاعاً، لأن معظم المواد الكيميائية المنبعثة في البيئة تكون أثقل من الهواء وسوف تهبط لأسفل.
- اتبع التعليمات الصادرة عن مسؤولي الصحة العامة والطوارئ. من المحتمل أن تكون هواتف الوكالات الحكومية مشغولة للغاية بالمكالمات أثناء حالات الطوارئ الصحية العامة. لذلك لا تحاول الاتصال طلباً التعليمات. بحسب نوع الإطلاق، ربما تتصكح السلطات بالاحتماء في مكان معيّن أو أن تبقى في الداخل وحسب. ليس لزاماً عليك مغادرة مجتمعك ما لم تخبرك السلطات المحلية بذلك.
- في حالة تعرضك بشكل مباشر للغبار المشع أو الأوساخ المشعة أو أي مواد مشاعة متساقطة أخرى، عليك باتباع خطوات التطهير الشخصي لإزالة المادة من بشرتك بأسرع ما يمكن وبأكمل وجه ممكن.

## الدعم الحرج عندما تحتاج إليه

تفضل بزيارة [optumeap.com/criticalsupportcenter](https://optumeap.com/criticalsupportcenter) للحصول على موارد ومعلومات إضافية حول الدعم الحرج.



# Optum

ينبغي ألا يُستخدم هذا البرنامج لتلبية احتياجات حالات الطوارئ أو الرعاية العاجلة. عند وجود حالة طارئة، يُرجى الاتصال برقم الطوارئ في بلدك أو الذهاب إلى أقرب غرفة طوارئ. لا يحل هذا البرنامج محل رعاية الطبيب أو الرعاية المتخصصة. تشاور مع طبيبك للمطلوبات أو العلاج أو الدواء ذي الصلة بالرعاية الصحية الخاصة. ونظراً لاحتمال وجود تضارب في المصالح، لن نُقدّم الاستشارات القانونية في القضايا التي قد تنطوي على اتخاذ إجراءات قانونية ضد Optum أو الشركات التابعة لها، أو أي كيان يتلقى المتصل من خلاله هذه الخدمات مباشرة أو بطريقة غير مباشرة (على سبيل المثال، صاحب العمل أو الخطة الصحية). قد لا يتوفر هذا البرنامج ومكوناته في جميع الولايات أو لجميع أحجام المجموعات كما أنه عرضة للتغيير. قد تُفرض استثناءات وحدود للتغطية.

Optum® هي علامة تجارية مسجلة لشركة Optum, Inc. في الولايات المتحدة وغيرها من الولايات القضائية. جميع العلامات التجارية أو أسماء المنتجات الأخرى هي علامات تجارية مسجلة أو علامات مسجلة لملكية أصحابها المعنيين. Optum هي رب عمل يؤمن بتكافؤ الفرص.