

تلوث الهواء وما يمكنك فعله لحماية نفسك

المواد الكيميائية هي المصدر الأكثر احتمالاً لتلوث الهواء. على سبيل المثال، قد يؤدي وقوع حادث في مصنع أو منشأة صناعية أو تحطم قطار إلى إطلاق كميات كبيرة من مادة كيميائية خطيرة في الهواء. ويمكن أن تتضمن إحدى الهجمات الإرهابية إطلاق مواد كيميائية أو غازات سامة بشكل متعمد.

وفي الهجمات الإرهابية البيولوجية، يمكن إطلاق البكتيريا أو الفيروسات المسببة لأمراض، مثل الجمره الخبيثة أو الطاعون الرئوي أو الجدري أو التولاريميا في شكل رذاذ. يمكن أن يتأثر أي شخص يستنشق المادة.

ويمكن أن يؤدي إطلاق الإشعاع في البيئة إلى تكوين غبار وأوساخ مشعة (السقط) يمكن أن تجعل الهواء غير آمن، وإن لم يصبح الهواء نفسه مشعاً. يمكن أن تعمل "القنبلة الفذرة الإشعاعية" بهذه الطريقة، بحيث تسبب انفجاراً بسيطاً نسبياً ولكن تؤدي إلى ضرر حقيقي من خلال إطلاق مواد مشعة في البيئة.

ما يمكنك فعله

لا يمكنك فعل الكثير بشكل مسبق لحماية نفسك من المواد الخطرة المنبعثة في الهواء. إذا لم يكن هناك انفجار واضح أو هجوم إرهابي معروف، فقد يصبح الهواء ملوثاً دون أن يعلم أحد بذلك حتى تبدأ الأعراض في الظهور على الأشخاص أو الحيوانات.

وكما هو الحال مع حالات الطوارئ المحتملة الأخرى، من المنطقي أن يكون لديك مجموعة أدوات لمواجهة الكوارث تشمل على الماء والغذاء ومواد الإسعافات الأولية والأدوات وغيرها من الضروريات. دفع القلق بشأن التهديدات الإرهابية بعض الأشخاص إلى التفكير في إضافة العناصر التالية إلى الإمدادات الخاصة بهم:

- **الأقنعة.** يمكن أن يساعد القناع في الحماية من بعض أنواع العدوى. لكنه لن يحمي من العديد من المواد الأخرى. حيث يمكن لقناع الغاز أن يحمي من العديد من الغازات السامة والمواد الضارة الأخرى الموجودة في الهواء. لكن الأقنعة الواقية من الغازات عالية الثمن ويصعب استخدامها. فهي مفيدة فقط إذا كنت تعرف كيف ومتى تستخدمها وإذا كان حجمها مناسباً لمرتديها. ولا ينصح بها لعامة الناس. وأنت لا تحتاج إلى شراء أو ارتداء أي نوع من الأقنعة الواقية ما لم تطلب منك السلطات المدنية أو الصحية في منطقتك القيام بذلك.
- **أقراص يوديد البوتاسيوم.** لا ينبغي استخدام يوديد البوتاسيوم، المعروف أيضاً باسم KI، إلا إذا أوصى به مسؤولو الصحة العامة. يساعد يوديد البوتاسيوم على حماية الغدة الدرقية من التأثيرات الضارة لليود المشع، والتي يمكن أن يتم إطلاقها نتيجة لقنبلة فذرة، أو انفجار في محطة للطاقة النووية، أو أي حادث نووي آخر.

في حالة إطلاق مادة خطيرة في البيئة:

- اخرج من المنطقة المعنية إن أمكن. إذا حدث الإطلاق في الخارج، فانتقل إلى الداخل. إذا حدث الإطلاق في الداخل، فخرج إلى الهواء الطلق. انتقل من الأماكن المنخفضة إلى الأراضي المرتفعة، لأن معظم المواد الكيميائية المنبعثة في البيئة أثقل من الهواء وستهب إلى أسفل.
- اتبع تعليمات مسؤولي الصحة العامة والطوارئ. من المرجح أن تكون هواتف الوكالات الحكومية مشغولة أثناء حالة الطوارئ الصحية العامة بسبب استقبال عدد كبير من المكالمات. لذلك لا تحاول الاتصال للحصول على التعليمات. قد تتصك السلطات بالاحتماء في مكان ما أو ببساطة البقاء في الداخل اعتماداً على نوع المادة التي تم إطلاقها. لا يتعين عليك مغادرة مجتمعك ما لم تطلب منك السلطات المحلية ذلك.
- إذا تعرضت بشكل مباشر للغبار المشع أو الأوساخ أو غير ذلك من السقط، فاتبع خطوات التطهير الشخصي لإزالة المادة من جلدك في أسرع وقت وبشكل كامل قدر الإمكان.

للحصول على الدعم اللازم عندما تحتاج إليه
يرجى زيارة optumwellbeing.com/criticalsupportcenter للحصول على موارد
ومعلومات الدعم الإضافية المهمة.

