

大気汚染と自分を守るためにできること

大気汚染の原因として最も考えられるものは化学物質です。たとえば、プラントや工場での事故または列車事故などによって、有害化学物質が大量に空気中に放出されることがあります。また、テロ攻撃によって有毒な化学物質やガスが意図的に放出される可能性もあります。

バイオテロ攻撃があれば炭疽（たんそ）菌、肺ペスト、天然痘、野兔病などの病気を引き起こす細菌やウイルスがエアロゾルの形で放出される可能性があり、その物質を吸い込んだ人は全員、その影響を受けることになるでしょう。

空気そのものが放射性物質になることはありませんが、放射性物質が大気中に放出されると、放射性物質を含んだチリやホコリ（放射性物質を含んだ降下物）が発生し、空気が危険な状態になる可能性もあります。このように機能するものに「汚い爆弾」と呼ばれる兵器があり、爆発は比較的小規模ですが、放射性物質を大気に飛散させて被害を与えます。

あなたにできること

空気中に放出された有害物質から身を守るために事前にできることはあまりありません。明らかな爆発や既知のテロ攻撃がなければ、人や動物に症状が現れるまで、誰も気付かないうちに空気が汚染される可能性があるのです。

他の潜在的な緊急事態と同様に、水、食料、救急用品、工具、その他の必需品が入った防災セットを用意しておきましょう。テロの脅威に対する懸念から、防災セットに次のような備品を追加する人もいます。

- **マスク**。マスクは一部の感染症の予防に役立ちますが、使用しても遮断できない物質も多くあります。防毒マスクなら空気中の多くの有毒ガスやその他の有害物質から身を守ることができますが、しかし、高価で使いにくいものです。これらは、いつどのように使用するかを知っており、正しく装着している場合において役に立つものです。一般の方には推奨されていないので、お住まいの地域の行政当局または保健所からの指示がない限り、防護マスクの購入や着用の必要はありません。
- **ヨウ化カリウム錠剤**。KIとしても知られるヨウ化カリウムは、公衆衛生当局が推奨する場合にのみ使用してください。KIは、汚い爆弾、原子力発電所での爆発、またはその他の核事故の結果として放出される可能性のある放射性ヨウ素の有害な影響から、甲状腺を保護するのに役立ちます。

有害物質が大気中に放出された場合

- 可能であれば、そのエリアからすぐに離れる。放出が屋外で起こった場合は屋内に入ってください。屋内で起こった場合は、屋外に移動します。また、低地にいる場合は、高台へ移ってください。大気中に放出される化学物質のほとんどは空気より重いので下に沈みます。
- 公衆衛生当局および緊急当局の指示に従う。公衆衛生上の緊急時には、政府機関に電話が殺到することが予想されます。そのため、指示を求めて電話をかけることは控えてください。放出物の種類によって、当局は避難所に避難するよう指示したり、単に屋内に留まるように勧告したりする場合があります。自治体からの指示がない限り、その場から離れる必要はありません。
- 放射性粉じん、土埃、その他の放射性降下物に直接さらされた場合は、個人で行う除染の手順に従って、できるだけ早く完全に皮膚から物質を除去する。



必要な時に必要なサポートを

その他のクリティカルサポートに関するリソースと情報の詳細は、optumwellbeing.com/criticalsupportcenterをご覧ください。



本プログラムは、緊急事態や応急措置を要する場合には使用しないでください。緊急時には、現地の緊急サービス番号に電話をするか、最寄りの救急救命センターに行くようにしてください。また、本プログラムは、医師や専門家による診療に代わるものではありません。本プログラムとこれに含まれる内容は、一部の地域では利用できないことがあり、適用範囲の除外や制限が適用される可能性があります。