

احم نفسك وعائلتك هذا الشتاء: اترك أجهزة الشواء والمدافئ الخارجية خارج المنزل

مع ازدياد البرد في النهار والليل، تُذكّر دائرة الصحة في نيو ساوث ويلز الناس بعدم استخدام المدافئ الخارجية أو أجهزة الشواء داخل منازلهم على الإطلاق بسبب خطر التسمّم بأول أكسيد الكربون.

وقال الدكتور Darren Roberts، المدير الطبي لمركز معلومات السموم في نيو ساوث ويلز، إن المدافئ الخارجية وأجهزة الشواء تنتج أول أكسيد الكربون، وهو غاز سام لا يمكنك رؤيته أو تذوقه أو شمّه.

وأضاف الدكتور Roberts: "في العام الماضي، تلقينا زيادة في عدد المكالمات المتعلقة بالتسمّم بأول أكسيد الكربون، وهو ما يدعونا إلى تحذير الناس للحفاظ على سلامتهم في طريقة تدفئة منازلهم هذا الشتاء.

"إن أي جهاز خارجي يحرق الوقود يمكن أن ينتج أول أكسيد الكربون، حتى لو لم يكن هناك دخان. وهذا يشمل أجهزة الشواء باستخدام قطع أو قوالب الفحم والمدافئ والفوانيس الخارجية التي تعمل بالغاز.

عندما يتم استنشاق أول أكسيد الكربون، فإنه يقلّل من كمية الأكسجين التي يستخدمها القلب والدماغ وأعضاء الجسم الحيوية الأخرى. هذا الأمر يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوعي وفي بعض الحالات إلى الموت."

يمكن أن يؤثر التسمّم بأول أكسيد الكربون على أي شخص، إلا أن الأطفال والنساء الحوامل وكبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات طبية مزمنة هم أكثر عرضة للخطر.

تشمل أعراض التسمّم بأول أكسيد الكربون الصداع والغثيان والقيء والدوخة والضعف. وقد يُغمى على الأشخاص الذين يصابون بالتسمّم الحاد أو يفقدون وعيهم، وفي بعض الحالات يعانون من إصابة دماغية دائمة أو الموت.

إذا كنت تعتقد أن شخصًا ما قد تعرّض لأول أكسيد الكربون، اتصل بمركز معلومات السموم على الرقم 13 11 26. وفي حالة الطوارئ، اتصل بالرقم ثلاثة أصفار (000).

إذا لم تكن اللغة الإنجليزية لغتك الرئيسية وكنت بحاجة إلى مترجم شفهي، اتصل بـ TIS National على الرقم 131 450 واطلب تحويلك إلى مركز معلومات السموم.

يتوفر مزيد من المعلومات عن كيفية تقليل المخاطر والتعرّض هذا الشتاء على الموقع [التسمّم بأول أكسيد الكربون](#).