

এই শীতে নিজেকে এবং আপনার পরিবারকে রক্ষা করুনঃ বারবিকিউ এবং বাইরের হিটারগুলো বাইরেই রাখুন

দিন রাত্রি যখন ঠাণ্ডা হতে শুরু করেছে, তখন কার্বন মনোক্সাইড বিষক্রিয়ার কারণে বাইরের হিটার কিংবা বারবিকিউগুলো কখনো বাড়ির ভেতরে ব্যবহার না করার জন্য নিউ সাউথ ওয়েলস মানুষকে স্মরণ করিয়ে দিচ্ছে।

নিউ সাউথ ওয়েলস পয়জন ইনফরমেশন সেন্টারের পরিচালক ডঃ ডারেন রবার্টস বলেছেন বাইরের হিটার এবং বারবিকিউগুলো কার্বন মনোক্সাইড উৎপন্ন করে, যা অদৃশ্য, স্বাদহীন অথবা গন্ধহীন একটি বিষাক্ত গ্যাস।

“গত বছর আমরা কার্বন মনোক্সাইড বিষক্রিয়া সম্পর্কিত বেশ কয়েকটি কল পেয়েছিলাম, আর তাই এই শীতে আমরা মানুষকে তাদের বাড়িঘর উষ্ণ করার ক্ষেত্রে নিরাপদ থাকার জন্য সতর্ক করছি।” ডঃ রবার্টস বলেছেন।

“বাইরের যেকোনো সরঞ্জাম যা জ্বালানী পোড়ায় তা কার্বন মনোক্সাইড তৈরি করতে পারে, এমনকি এগুলোতে কোনো ধোঁয়া না হলেও। এর মধ্যে রয়েছে চারকোল বিড বা ব্রিকেট ব্যবহৃত হয় এমন বারবিকিউ এবং বাইরের গ্যাস হিটার ও ল্যানটার্ন।

“যখন শ্বাসের সাথে কার্বন মনোক্সাইড নেয়া হয় তখন এটি হৃদপিণ্ড, মস্তিষ্ক এবং অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গগুলোতে অক্সিজেন কমিয়ে দেয়া এর ফলে আপনি জ্ঞান হারাতে পারেন এবং কিছু কিছু ক্ষেত্রে মৃত্যুও ঘটতে পারে।”

কার্বন মনোক্সাইড বিষক্রিয়া যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে, তবে শিশু, গর্ভবতী নারী, বৃদ্ধ এবং যাদের দীর্ঘস্থায়ী শারীরিক সমস্যা আছে তাদের ক্ষেত্রে ঝুঁকির মাত্রা বেশী।

কার্বন মনোক্সাইড বিষক্রিয়ার উপসর্গগুলোর মধ্যে রয়েছে মাথা ব্যথা, বমি বমি ভাব, বমি হওয়া, মাথা ঘোরানো এবং দুর্বল অনুভব করা। আরও গুরুতর বিষক্রিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির অজ্ঞান হয়ে যেতে পারে বা চেতনা হারাতে পারে এবং কিছু ক্ষেত্রে স্থায়ী মস্তিষ্কে স্থায়ী আঘাত বা মৃত্যু হতে পারে।

আপনার যদি সন্দেহ হয় যে কেউ কার্বন মনোক্সাইডে আক্রান্ত হয়েছে, তাহলে ১৩ ১১ ২৬ নম্বরে পয়জন ইনফরমেশন সেন্টারে কল করুন। জরুরী পরিস্থিতিতে, ট্রিপল জিরোতে (000) কল করুন।

যদি আপনার মাতৃভাষা ইংরেজি না হয় এবং আপনার একজন দোভাষীর দরকার হয় তাহলে ১৩১ ৪৫০ নম্বরে TIS ন্যাশনালকে কল করে পয়জন ইনফরমেশন সেন্টারের সাথে সংযোগ দিতে বলুন।

এই শীতে কিভাবে ঝুঁকি এবং আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা কমানো যায় সে সম্পর্কে আরও তথ্য পাওয়া যাবে এই ওয়েবসাইটেঃ [Carbon Monoxide Poisoning](#)