

# بازگشت به خانه پس از آتش سوزی



## احتیاط کنید. در امان باشید. از سلامتی خود محافظت کنید.

### پاکسازی خاکستر در مناطق بدون آسیب ناشی از آتش سوزی

- خاکستر، دوده، گرد و خاک و ذرات دیگر معلق در هوا ممکن است **داخل** یا **خارج** از خانه ها یا محل های کسب و کار ته نشین شده باشند.
- خاکستر ناشی از آتش سوزی نسبتاً غیر سمی است اما می تواند پوست، چشم ها، بینی و گلو را تحریک کند.
- خاکستر در هوا ممکن است حمله های آسم را در افرادی که از قبل به آسم مبتلا هستند، تحریک کند.
- خاکستر، گرد و خاک و آوار (**به ویژه از ساختمان های سوخته**) ممکن است حاوی مواد شیمیایی سمی و سرطان زا از جمله آزبست (Asbestos)، آرسنیک و سرب باشد.

• به کودکان اجازه ندهید که در محل یا با اشیاء پوشیده از خاکستر بازی کنند.

• برای اجتناب از تماس با پوست، طی پاکسازی، **دستکش های ظرفشویی، بلوز آستین بلند و شلوار بلند بپوشید.** اگر خاکستر روی پوست تان بنشیند، در اسرع وقت ممکن آن را با آب گرم و صابون بشویید.



• اگر دست به اشیاء شکسته (یعنی شیشه، فلز، چوب و غیره) می زنید، دستکش هایی بپوشید که در مقابل بریدگی، خراشیدگی و سوراخ شدن محافظت می کنند [(یعنی دستکش های چرمی یا کولار (Kevlar)].



• برای اجتناب از استنشاق خاکستر و ذرات دیگر معلق در هوا، می توان طی پاکسازی یک ماسک N-95 یکبار مصرف یا مرغوب تر پوشید. اگرچه، آنها در مقابل گازها محافظت نمی کنند. آنها را می توان از فروشگاه های وسایل خانگی یا سخت افزار خریداری کرد.

• **ماسک های N-95 باید به اندازه مناسب بوده و هیچگونه درزی دور لبه ها نداشته باشند.** ماسکی که اندازه مناسب ندارد مانند اصلاً نپوشیدن ماسک است.



#### یادآوری های مهم

- برای استفاده مناسب، دستورالعمل های مهم روی بسته را دنبال کنید.
- افرادی که باید برای دوره های طولانی در مناطقی که از خاکستر پوشیده شده است، در فضای خارج باشند، ممکن است برای کاهش مواجهه شان، از یک ماسک تنفسی N-95 یا مرغوب تر با اندازه گیری کیپ بهره ببرند.
- ماسک های N-95 ممکن است تنفس را، به ویژه برای افرادی که مبتلا به بیماری ریوی یا قلبی هستند، دشوارتر کند.



• سعی کنید نگذارید که خاکستر وارد هوا شود. **از دمنده های برگ یا اقدامات دیگری که خاکستر را وارد هوا می کنند استفاده نکنید. به آرامی جارو کردن سطوح داخلی و خارجی و به دنبال آن تی زدن (ماپ کشیدن) تر بهترین راه برای تمیز کردن منطقه پوشیده از خاکستر است.** در صورت تمایل، محلول آب ژاول (بلیچ) و آب ممکن است برای ضدعفونی منطقه استفاده شود. برای استفاده درست، برچسب روی ظرف را بخوانید.

• اگر پاکسازی باعث می شود که خاکستر در هوا بلند شود و اگر از محلول های شیمیایی نظافتی استفاده می کنید، عینک های پلاستیکی ایمنی (نه عینک های شیشه ای ایمنی) بزنید تا از ترشح در چشم هایتان پیشگیری کنید.



• اگر آوار سوخته (یعنی شیشه شکسته، فلز، چوب یا غیره) در منطقه ای که نظافت می شود موجود است، کفش های ایمنی یا کفش های جلو بسته محکم چرمی که پشت آنها تا فوزک بالا می آید بپوشید.

• برای پاکسازی خاکستر، **جاروبرقی های فروشگاه و جاروبرقی های خانگی معمولاً توصیه نمی شوند.** این جاروبرقی ها ذرات ریز را فیلتر (تصویه) نمی کنند، اما ذرات ریز را وارد هوا می کنند که می توانند استنشاق شوند. **جاروبرقی های با فیلتر HEPA** می توانند ذرات ریز را فیلتر کنند و مورد استفاده قرار گیرند.



• با اول قرار دادن **خاکستر در کیسه زباله پلاستیکی**، آن را می توان در زباله عادی دور ریخت. این از وارد شدن خاکستر در هوا و باد بردن خاکستر در هنگام تخلیه زباله، پیشگیری می کند.

• هنگامی که در داخل و خارج از مناطق دارای خاکستر پاکسازی می کنید، در طول روز مرتباً دوش بگیرید.

## ایمنی آب پس از آتش سوزی

اگر تحت تأثیر آتش سوزی قرار گرفته اید، با منطقه آب محلی تان بررسی کنید. به علت تلاش های پاسخی به آتش سوزی، اطلاعیه های جوشاندن آب ممکن است برقرار باشد.

به مشتریان در مناطق تحت تأثیر توصیه می شود که از آب بطری شده یا آب شیر جوشانده برای مدت یک دقیقه، پیش



از استفاده برای نوشیدن؛ مسواک کردن دندان، پخت و پز و نظافت سطوح داخلی از قبیل پیشخوان ها، روی گاز، میزها و لگن های دست و ظرف شویی استفاده کنند. جوشاندن آب باکتری ها و موجودات زنده دیگر را که ممکن است داخل دستگاه شده باشند می کشد.

اگر نیرو (گاز یا برق) در دسترس نیست، ساکنان باید از آب بطری شده استفاده کنند، یا 8 قطره آب ژاول (بلیچ) خانگی را در یک گالن آب شیر استفاده کنند و بگذارند که 30 دقیقه بنشیند. اگر آب تان کدر یا کثیف است، آن را ننوشید. هنگامی که خدمات عادی آب باز می گردد، آب را از داخل خطوط لوله های آب داغ و سرد تا وقتی که آب به نظر زلال آید و کیفیت آب به حالت عادی باز گردد، رد کنید.

## حیات وحش پس از آتش سوزی

حیوانات وحشی که بر اثر آتش سوزی آواره شده اند ممکن است وارد ملک یا خانه تان شوند. جاهایی که زباله یا آوار در آن جمع شده است می تواند حیوانات وحشی را جذب کند.

- **زباله را در محفظه هایی که ضد جانوران جوده هستند و محکم پوشیده شده اند نگاه دارید تا از جذب حیوانات خودداری کنید.**

- **غذای حیوان خانگی را در فضاهای خارجی نگذارید.**

- مناطق را که موش های صحرایی و حیوانات وحشی می توانند در آنجا بخوابند، پنهان شوند یا غذا پیدا کنند را بررسی کنید. در صورت امکان، این مناطق را درزگیری کنید.

- هنگامی که این مناطق را نظافت می کنید، با پوشیدن دستکش و ماسک از خود محافظت کنید. هنگامی که کارتان تمام می شود، دست های خود را بشویید.



## ایمنی مواد غذایی پس از قطع برق



اگر قطع برق برای مدتی طولانی ادامه داشته است، ایمنی مواد غذایی ممکن است مشکلی شود. اگر برق تان قطع شده است یا خاکستر، دوده، گرد و خاک یا ذرات دیگر معلق در هوا را در آشپزخانه تان می یابید، با

**پیروی از این توصیه ها از بیماری ناشی از مواد غذایی اجتناب کنید:**

- هر محصول غذایی یا نوشیدنی که بوی عادی نیست یا نشانه های فاسد شدگی دارد، باید دور ریخته شود. بهترین روش این است:

**"وقتی شک دارید، دور بیاندازید."**

- معمولاً اگر برق بیش از 4 ساعت قطع نبوده است و درهای یخچال و فریزر بسته بوده اند، مواد غذایی داخل یخچال ایمن است. بسته نگاه داشتن درهای یخچال و فریزر به حفظ سردترین دماها کمک می کند.

- اگر قطع برق بیش از چهار ساعت طول بکشد یا در یخچال محکم بسته نبوده است، بهترین است که **مواد غذایی فاسد شدنی** مانند

گوشت، محصولات لبنیاتی و تخم مرغ ها را دور بریزید.

- مواد آب شده در فریزر باید دور ریخته شوند. **مواد غذایی آب شده را دوباره در فریزر نگذارید.** تمام مواد غذایی دیگر باید برای اطمینان از

ایمنی بررسی شوند.

- بطری های پلاستیکی حاوی مایع (برای مثال آب) که با خاکستر

پوشانده شده اند، باید دور ریخته شوند. آب کشیدن بطری کافی

**نیست**، زیرا این ذرات درها را آلوده می کنند و برطرف کردن آلودگی را بسیار دشوار می کنند.

- مواد غذایی ذخیره شده در ظروف ضد آب یا ظروف هواگیر که با خاکستر پوشیده شده اند، باید دور ریخته شوند. این شامل محصولاتی

است که در بسته های مقوایی یا نرم دیگری ذخیره شده اند.

- مواد غذایی ذخیره شده در ظروف شیشه ای یا قوطی های فلزی

درزگیری شده از قبل باز نشده، از قبیل غذای بچه باید برای استفاده ایمن باشند. پیش از بازکردن تمیز کنید و محتوا را پیش از صرف کردن به ظرف دیگر منتقل کنید.

- **مواد غذایی را در کیسه های زباله دور بریزید** و پیش از قرار دادن در سطل زباله، درش را محکم ببندید. برای جلوگیری از تولید مثل

مگس، کیسه دوتایی توصیه می شود.