

هر سال ده ها نفر علائمی مانند سر درد ، ضعف ، تهوع و گیجی را تجربه کرده و تصور می کنند که دچار سرماخوردگی و یا آنفولانزا شده اند در صورتی که این علائم می تواند علامت مسمومیت با گاز مونو اکسید کربن باشد. برخی از این افراد بهبود می یابد و برخی جان خود را از دست می دهند چراکه گاز منواکسید کربن گازی سمی است و زمانی که به فکر آن نیستیم مسمومیت ایجاد کرده و ممکن است فرد را بکشد.

گاز مونو اکسید کربن چیست ؟

گازی است سمی و کشنده که رنگ، بو و مزه ای ندارد و گاهی به آن قاتل خاموش می گویند چرا که می تواند جان انسان را بدون هیچ علامت هشدار دهنده ای بگردد. اکثر کسانی که در اثر این گاز جان خود را از دست داده اند شب هنگام و در خواب بوده اند. گاز مونو اکسید کربن خواب را عمیق تر کرده است و قدرت فرار کردن از محل را از فرد مسموم می گیرد.

چرا گاز مونواکسید کربن کشنده است ؟

گاز منو اکسید کربن جای اکسیژن را در خون می گیرد. اکسیژن به زنده ماندن اعضا مهم بدن مانند قلب و مغز حیاتی است و جایگزین شدن اکسیژن خون با مونواکسید کربن یعنی اکسیژن کم و کمتری به قلب و مغز می رسد و حیات این اعضای مهم را خصوصا در جنین، نوزادان، کودکان و بیماران قلبی و تنفسی به شدت به خطر می اندازد.

علائم مسمومیت با گاز مونو اکسید کربن چیست ؟

علائم این مسمومیت بسیار شبیه ابتلا به آنفولانزا است یعنی سردرد، ضعف، تهوع و گیجی. اگر مسمومیت شدید تر باشد ممکن است فرد استفراغ کند، سیاه شود و در نهایت می تواند به مغز آسیب رسیده و فرد کشته شود. هر چه قدر گاز مونو اکسید کربن بیشتری استنشام شود و هر چه قدر فرد مسموم مدت زمان طولانی تری در فضای آلوده به این گاز باشد، علائم شدید تر خواهد بود.

برای پیشگیری از مسمومیت با گاز مونو اکسید کربن چه می توان کرد ؟

- باید از نصب صحیح وسایل گرما زا طبق دستورالعمل کارخانه سازنده و توسط افراد متخصص اطمینان حاصل کرد.
- سیستم های گرمازا باید حداقل هر سال یکبار باز بینی و سرویس شوند .
- باید همواره از عدم نشتی، خوردگی، زنگ زدگی و شل بودن اتصالات و نیز باز بودن مسیر دودکش و دریچه های وسایل گرمازا مطمئن شد.
- زمانی که شومینه، اجاق یا هر وسیله گرمازای گازی، نفتی یا هیزمی و زغالی در حال استفاده است باید از بازبودن و مسدود نبودن دودکش آن اطمینان حاصل شود.
- از سوخت مناسب برای وسایل گرمازا استفاده شود .

- هرگز از منتقل و باربکیو، اجاق یا شومینه زغالی یا هیزمی و گاز پیک نیک در داخل منزل یا فضای بسته مانند چادر مسافرتی، کلبه یا محل اسکان موقت استفاده نشود.
- هرگز برای گرم کردن خانه، کلبه، چادر یا محل اسکان موقت یا برای پخت غذا در این فضاها از زغال یا سوزاندن هیزم و چوب استفاده نشود.
- هرگز خودرو و موتور روشن درون پارکینگ با فضای بسته رها نشود، حتی اگر تمام درهای پارکینگ باز باشد.
- هرگز از خودرو روشن که در حال حرکت هم نیست برای استراحت یا گرم شدن استفاده نکند.
- هرگز از وسایل گرمزایی که تهویه و دودکش ندارند، برای گرم کردن فضاهایی که انسان در آن می خوابد استفاده نشود حتی اگر کارخانه سازنده ادعا می کند این وسیله نیاز به دودکش ندارد.
- از گاز خوارک پزی برای گرم کردن منزل، کلبه، چادر مسافرتی، خودرو یا محل اسکان موقت استفاده نشود.
- هرگز موتور برق های گاز سوز یا نفتی و گازئیلی، دورن پارکینگ یا زیر زمین یا حتی فضاهای سقف دار نزدیک منزل روشن نشود.

گاز مونواکسید کربن از کجا می آید ؟

گاز مونواکسید کربن از احتراق ناقص مواد سوختی تولید می شود. هر وسیله ای که از مواد سوختی مانند گاز، نفت، بنزین، هیزم، زغال یا هر سوخت دیگری استفاده می کند می تواند مقدار خطرناکی گاز مونواکسید کربن تولید کند. بیشترین وسایلی که می توانند این گاز را تولید کند عبارتند از :

- مشعل های سوختی و نه برقی
- آبگرمکن و پکیج
- شومینه و کوره های هیزمی
- کوره های گازی
- بخاری های گاز سوز و نفتی یا هیزمی...
- خودرو و موتوربرق
- اجاق یا منقل های زغالی یا هیزمی



چگونه می توان از وجود گاز مونو اکسید کربن در خانه ، پارکینگ یا هر فضای بسته دیگر مطلع شد ؟

از آنجا که این گاز رنگ، بو و مزه ندارد بهترین راه برای آگاه شدن خانواده از وجود آن نصب کردن دستگاه هشدار دهنده مونو اکسید کربن است.

هشدار دهنده مونو اکسید کربن را کجا باید نصب کرد ؟

هر خانه ای باید حداقل به یک دستگاه هشدار دهنده مونو اکسید کربن در نزدیکی محل خواب اعضاء خانواده نصب کند.

اگر به وجود گاز مونواکسید کربن یا مسمومیت با این گاز مشکوک شدیم، چه کنیم ؟

ابتدا باید آرامش خود را حفظ کرده و از هر یک از اعضاء خانواده این سوالات را بپرسیم:

▪ آیا احساس ناخوشی می کنی ؟

▪ آیا سردرد، حالت تهوع و ضعف و گیجی داری ؟

اگر هر یک از اعضاء خانواده به هریک از این سئوال ها پاسخ مثبت دادند باید بلافاصله از منزل یا آن فضای بسته خارج شد و با اورژانس تماس گرفت. بهترین درمان ابتدایی برای مسمومیت با گاز مونو اکسید کربن خارج شدن از فضای آلوده و تنفس هوای تازه است. سپس باید کلیه وسایل گرما زا را خاموش کرده و درها و پنجره ها را باز کرد تا هوای اتاق عوض شود.

گروه آموزش و ارتقای سلامت