

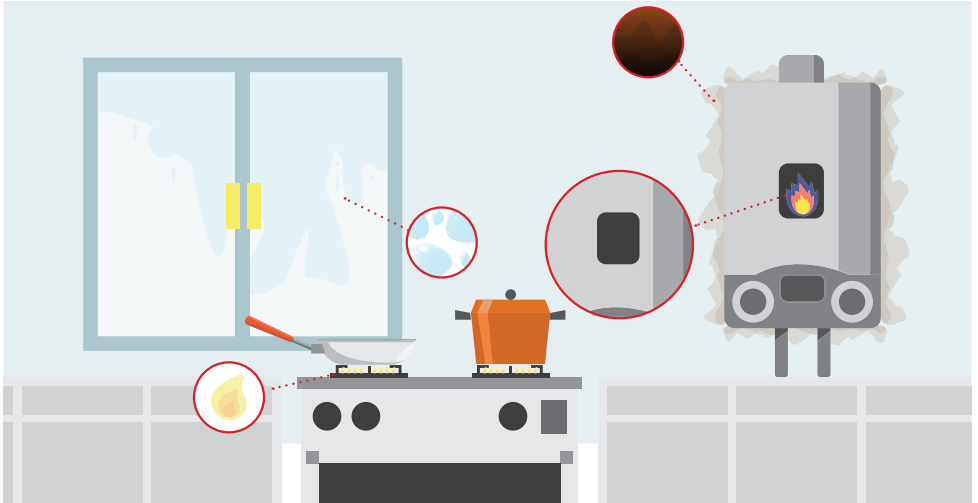
مخاطر أول أكسيد الكربون: هل تطهو بأمان؟

واجهنا مؤخرًا ارتفاعًا في عدد الحوادث المتعلقة بغاز **أول أكسيد الكربون** في منطقتك، وتهدف هذه النصائح إلى مساعدتك أنت وأحبّتك للمحافظة على سلامتكم.

ما هو أول أكسيد الكربون؟

أول أكسيد الكربون هو غاز سام عديم اللون والرائحة، ولا يمكنك رؤيته أو سماعه أو شمّه أو تذوقه.

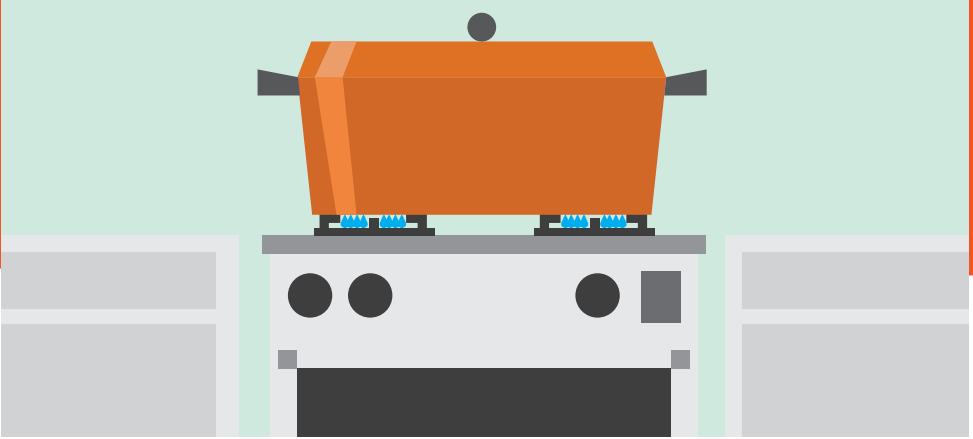
قد يظهر في منزلك من أي مصدر يحرق وقودًا يحتوي على الكربون، مثل الغاز أو الزيت أو الخشب أو الفحم أو البترول أو الديزل. قد يأتي هذا من الموقد أو السخان أو مدفأة الخشب أو النار.



هل تطهو بأمان؟

قد تؤدي بعض ممارسات الطهي اليومية إلى إنتاج أول أكسيد الكربون، مثل الأمثلة التالية التي يجب عليك تجنبها **دائمًا**:

- تغطية سطح موقد الطهي بورق الألمنيوم الذي يسد فتحات التهوية.
- استخدام وعاء طهي كبير يغطي جميع عيون الموقد.
- تسخين الفحم في الفرن.



حرق الوقود لأغراض دينية وترفيهية

قد تُصبح العديد من الأشياء اليومية خطيرة إذا استُخدمت استخدامًا غير صحيح أو في أماكن سيئة التهوية.

غالبًا ما يتضمن الحرق لأغراض شعائرية، مثل استخدام البخور، حرق الخشب أو الفحم - وكلاهما ينتج أول أكسيد الكربون.

تستخدم الشيشة أيضًا الفحم الذي تستنشقه مع التبغ. ويزيد استخدامها في الداخل أو في الأماكن المغلقة بشكل كبير من خطر التسمم بأول أكسيد الكربون.

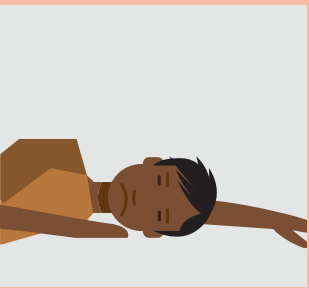
للحفاظ على سلامتك، استخدم هذه الأشياء في الهواء الطلق فقط، وفي منطقة جيدة التهوية، ونظف المنتج بانتظام لمنع تراكم المواد الضارة.



ما هو تأثير أول أكسيد الكربون؟

يمكن للتسمم بأول أكسيد الكربون أن يؤثر على أي شخص ويحدث عندما تستنشق ولو بكمية صغيرة. لذلك، من المهم معرفة الأعراض التي يجب الانتباه إليها.

قد تكون الأعراض شبيهة بالإنفلونزا أو الإرهاق أو صداع الخمر، ولكن إذا هددت الأعراض عندما تكون في الهواء الطلق، فقد يكون ذلك تسممًا بأول أكسيد الكربون. الأعراض الرئيسية:

		
شديدة	متوسطة	طفيفة
فقدان الوعي	صداع شديد	صداع خفيف
تشنجات	تشوش ذهني/نسيان	غثيان
فشل القلب والجهاز التنفسي	خمول	تقيؤ
وفاة	سرعة ضربات القلب	إرهاق

كيف تتحقق من وجود علامات لأول أكسيد الكربون:

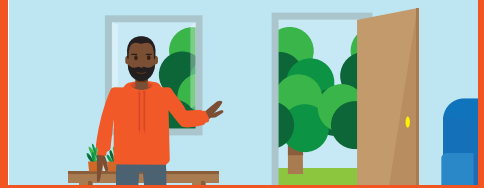
- تبدو ألسنة اللهب الغازية بطيئة ولونها أصفر أو برتقالي، بدلاً من الأزرق.
 - وجود سخام أو بقع صفراء مائلة للبني حول جهاز الغاز.
 - زيادة التكثف على النوافذ في الغرف التي تحتوي على جهاز يعمل بالغاز.
 - انطفاء الضوء الاسترشادي الموجود على السخان الخاص بك بشكل متكرر.
- إذا لاحظت أيًا من هذه العلامات، فهذا لا يعني وجود أول أكسيد الكربون، ولكن يُفضل فحص أجهزة الغاز لديك من خلال مهندس مسجل لدى Gas Safe.

للحد من خطر التسمم بأول أكسيد الكربون، عليك اتباع الخطوات التالية:

- شراء جهاز إنذار أول أكسيد الكربون لتنبيهك، وتأكد من وضعه في المكان الصحيح واختباره بانتظام.
- حجز صيانة سنوية لأجهزة الغاز لديك مع مهندس مسجل لدى Gas Safe، لضمان تركيبها بالشكل الصحيح. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني gassaferegister.co.uk للعثور على مهندس قريب منك.
- فحص المداخن وتنظيفها مرة واحدة على الأقل سنوياً بمعرفة شخص متخصص معتمد

ماذا أفعل إذا شككت في وجود أول أكسيد الكربون؟

افتح جميع النوافذ والأبواب



انتقل للخارج في الهواء الطلق



اتصل بخدمة طوارئ الغاز على الفور على الرقم
0800 111 999*



لمزيد من النصائح والمعلومات، تفضل بزيارة cadentgas.com/co

إذا كنت تريد هذه الوثيقة بصيغة أو لغة أخرى، فيرجى الاتصال بنا على الرقم
0800 389 8000 أو إرسال بريد إلكتروني على wecare@cadentgas.com