

خانه تکانی

نه بازی با جان

بررسی حوادثی که هنگام خانه تکانی احتمال دارد رخ دهد

لیلا حسین زاده
تپش

کمتر از سه هفته به آغاز سال نو باقی مانده و از همین حالا احتمالاً بسیاری از خانم‌ها تصمیم گرفته‌اند تا دستی به سر و روی خانه بکشند. برای این کار هم از انواع و اقسام شوینده‌های شیمیایی برای تمیزکاری استفاده می‌کنند و تصورشان این است که هر چه بیشتر از شوینده‌ها یا مخلوط برخی از آنها با یکدیگر استفاده کنند، خانه و زندگی تمیزتری خواهند داشت اما این‌طور نیست و استفاده از همین مواد بدون رعایت نکات بهداشتی و ایمنی، باعث بروز مسمومیت‌های بعضاً شدید در افراد شده است. علاوه بر شوینده‌ها، جابه‌جایی لوازم خانه و نظافت پنجره‌ها هم سلامت کمر، گردن و استخوان‌ها را تهدید می‌کند که کارشناسان برای جلوگیری از بروز مشکلات، راهکارهایی ارائه کرده‌اند.

مراقب ریه‌ها باشید

برخی خانم‌ها در زمان نظافت سرویس بهداشتی و حمام از ماسک استفاده نکرده و در معرض بخارهای ناشی از استفاده از ترکیبات اسیدی و شوینده‌ها قرار می‌گیرند، بی‌این‌که بدانند چه بلایی بر سر ریه‌های خود می‌آورند. دکتر ابوالفضل مظفری، فوق تخصص ریه درمورد استفاده نادرست از مواد شوینده به خصوص در هنگام خانه تکانی می‌گوید: «استفاده از شوینده‌ها به خصوص در فضای بسته و جایی که هوای کمتری جریان دارد، به شدت مخرب است، چون باعث بروز مشکلات تنفسی، مسمومیت و آلرژی می‌شود و حتی در مواردی ممکن است فرد جان خود را از دست بدهد. استفاده از وایتکس و جوهرنمک برای مبتلایان به آسم و آلرژی بسیار خطرناک است و این افراد هرگز نباید از چنین موادی استفاده کنند.»

بعضی‌ها تصور می‌کنند اگر چند ترکیب شوینده را با هم مخلوط کنند، محل تمیزتر می‌شود؛ اما به گفته این متخصص ریه، انجام چنین کاری، صدمات جبران ناپذیری به ریه‌ها وارد می‌کند: «ترکیب کردن شوینده‌های قلیایی و اسیدی با هم، یکی از خطرناک‌ترین اقداماتی است که برخی در زمان خانه تکانی انجام می‌دهند. بیشترین مسمومیت‌ها در زمان مخلوط کردن وایتکس و جوهرنمک رخ می‌دهد که باعث تولید گازهای خطرناک و کشنده می‌شود. به جز شوینده‌ها، حتی گرد و غبار نیز می‌تواند در بروز مشکلات تنفسی موثر باشد. در چنین شرایطی به افراد توصیه می‌کنیم تا از ماسک استفاده کنند. همچنین

به تهویه هوا در فضایی که در آن مشغول به کار با مواد شوینده‌ها هستند، توجه داشته باشند تا مانع از تجمع گرد و غبار و گازهای ناشی از شوینده‌ها شوند. در کنار اینها، باید در نگهداری از این مواد نیز دقت لازم انجام شود تا به راحتی در دسترس افراد ناآگاه و کودکان قرار نگیرد.»

در زمان خانه تکانی حواس‌تان به پوست‌تان باشد

به جز ریه، پوست دست‌ها هم به شدت در معرض عوارض نامطلوب استفاده از شوینده‌ها در زمان خانه تکانی قرار دارد. برخی از خانم‌ها در زمان نظافت همیشه از دستکش استفاده می‌کنند اما برخی دیگر ترجیح می‌دهند بدون دستکش، سرامیک و کاشی و... را تمیز کنند. دکتر مهرداد ملک، متخصص پوست و مو در این باره می‌گوید: «مواد شوینده به خصوص سفیدکننده‌ها و جرمگیرها، جز مواد شیمیایی قوی است که تماس طولانی مدت با این مواد به پوست آسیب می‌زند. به همین علت به خانم‌ها و افرادی که به نوعی با این مواد سروکار دارند، توصیه می‌کنیم از دستکش استفاده کنند تا پوست دست‌ها دچار آسیب دیدگی نشود.»

او ادامه می‌دهد: «ضمن این‌که نباید به مدت طولانی از دستکش استفاده کرد، چون پوست دست را حساس می‌کند. در این شرایط، بعد از هر ۲۰ یا ۳۰ دقیقه دستکش‌ها را از دست خارج کنند و اجازه دهند پوست دست کمی هوا بخورد و سپس دوباره از آن استفاده کنند. بی‌توجهی به این نکته‌ها در زمان نظافت، باعث خشکی پوست و فراهم شدن شرایط بروز آگزما می‌شود. بهتر است پس از استفاده از دستکش و شوینده‌ها، دست‌ها با انواع نرم‌کننده ماساژ داده شود.»

مراقبت از کمر، گردن و استخوان‌ها

اصغر جعفرروحي، متخصص طب اورژانس هم با بیان این‌که بهتر است از لباس‌های راحتی نخ‌ی برای تبادل حرارت و تهویه مناسب استفاده کرد، توضیح می‌دهد: «رعایت این نکته احتمال بروز استرس ناشی از گرما و حرارت را کاهش می‌دهد. زمانی خانه تکانی را انجام دهید که کودکان در خانه حضور ندارند تا احتمال بروز حوادث خطرناک کمتر باشد. در این بین، برخی افراد هم دچار مشکلات اسکلتی و عضلانی هستند و آنها بهتر است هنگام شست‌وشوی حمام از چکمه استفاده کنند، اگر چکمه نمی‌پوشند با رعایت نکات ایمنی، روی سطوح لیز دمایابی بپوشند.»



مراقب برق باشید

برخی هنگام خانه تکانی بی‌محابا شلنگ آب را به سمت کلید و پریزهای برق می‌گیرند که این کار می‌تواند به قیمت جان‌شان تمام شود. برق گرفتگی‌هایی که بر اثر آب گرفتن به پریزهای برق یا وصل کردن لوستر و چراغ با پای برهنه و مرطوب اتفاق می‌افتد، آمار بالایی دارد؛ اما در مواجهه با این‌گونه حوادث چه باید کرد؟ به فرد برق‌گرفته دست نزنید و اولین کار این باشد که بلافاصله برق را از کنتور قطع کنید. در صورت دسترسی نداشتن سریع به کنتور، مصدوم را با اشیای خشک و نارسانا چون چوب یا پلاستیک از منبع برق جدا کنید. وقتی دست‌های تان را زیر کابینت یا نقاط کور مثل بالای کمد می‌کشید، احتمال دارد دچار بریدگی‌های ریز و درشت شوید. این زخم‌ها می‌تواند در هر وسعتی به سرعت عفونی شود. یکی دیگر از کارهایی که هنگام خانه تکانی شب عید می‌توانید انجام دهید، دور ریختن داروهای تاریخ مصرف گذشته است اما هرگز آنها را داخل سینک یا سرویس

بهداشتی نریزید. کودکان به علت کنجکاوی ممکن است در تماس با مواد شوینده قرار گیرند، بی‌دقتی و سهل‌انگاری در استفاده، نگهداری یا جابه‌جا کردن مواد پاک‌کننده و سفیدکننده کودکان را در معرض خطر قرار می‌دهد. مصرف اتفاقی این مواد منجر به التهاب و سوختگی دستگاه گوارش می‌شود و عمل بلع را با مشکل مواجه می‌کند. محصولات شیمیایی و شوینده را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کرده و هیچ‌گاه این مواد را در ظروف مواد خوراکی مانند بطری نوشابه نگهداری نکنیم، زیرا این عمل سبب مصرف اشتباهی این مواد در کودکان می‌شود. در این موارد، به سرعت دهان کودک را شست‌وشو داده و حواس‌تان باشد کودک نباید آب بخورد، زیرا وقتی ماده شوینده با آب ترکیب می‌شود، جذب آن سریع‌تر و وضعیت بدتر می‌شود؛ بهتر است تا رساندن مصدوم به بیمارستان یا مراکز درمانی با خوراندن «شیر»، عمل رقیق‌سازی انجام شود.

هشدار

تپش

۳ | ویژه‌نامه حوادث | روزنامه جام‌جم
چهارشنبه ۱۰ اسفند ۱۴۰۱ | شماره ۱۰۰۹

هشدار به مالکان خودروهای گازسوز



معاون مبارزه با سرقت پلیس آگاهی فراجام‌ن هشدار به مالکان خودروهای دوگانه‌سوز گفت: مالکان برای نصب مخزن‌های سی‌ان‌جی به نمایندگی‌های مجاز مراجعه کنند.

سرهنگ محمدرضا اکبری در این باره گفت: با توجه به افزایش قیمت مخازن سوخت خودروهای دوگانه‌سوز، روند سرقت این‌گونه خودروها افزایش داشته که لازم است مالکان هشدارهای پلیس را برای جلوگیری از سرقت جدی بگیرند.

وی با اشاره به این‌که افراد سودجو پس از سرقت مخازن سوخت آن را به قیمت پایین به مالخران می‌فروشند، افزود: سارقان بیشتر از خودروهای دوگانه‌سوز که معمولاً پژو پارس و ۴۰۵ هستند، سرقت می‌کنند.

معاون مبارزه با سرقت پلیس آگاهی فراجا با اشاره به تجهیزات ایمنی برای جلوگیری از سرقت توصیه کرد: صاحبان این‌گونه ماشین‌ها باید از داخل مخزن را با تجهیزات و قفل مناسب ایمن‌سازی کنند تا اگر سارقان برای سرقت، صندوق عقب را باز می‌کنند، موفق به سرقت نشوند. وی با بیان این‌که توجه داشته باشیم حین نصب کیت مخزن حتماً مهره‌های کمربندی جوش داده شوند، یادآور شد: زمان خرید یا نصب تجهیزات مخزن گاز خودرو، باید دقت کنند از پیچ و مهره‌های مخصوص استفاده کنند.

سرهنگ اکبری با بیان این‌که صاحبان خودروهای گازسوز به هیچ عنوان مخزن را بدون وسایل و تجهیزات جانبی خریداری نکنند، خاطرنشان کرد: سارقان مخازن سی‌ان‌جی معمولاً کیت یا مخزن را به تنهایی به سرقت می‌برند؛ چراکه باز کردن وسایل جانبی مخزن زمان‌بر است. وی تأکید کرد: رانندگان عزیز تا جایی که امکان دارد برای نصب مخزن‌های سی‌ان‌جی به نمایندگی‌های مجاز نصب و تعمیر خودروهای دوگانه‌سوز مراجعه کنند تا بعداً از نظر مالی و جانی دچار مشکل نشوند.

این مقام انتظامی گفت: پلیس آگاهی در راستای شناسایی و دستگیری سارقان و جلوگیری از این‌گونه سرقت‌ها با استفاده از تمام توان در سراسر کشور تمهیدات و اقدامات لازم را به صورت ویژه به کار بسته است.

معاون مبارزه با سرقت پلیس آگاهی فراجام‌ن هشدار کرد: در صورت اطلاع از خرید و فروش این اقلام توسط افراد خاص، مراتب به پلیس ۱۱۰ اعلام‌تأمورد بررسی قرار گیرد.