

دود آتش سوزی جنگلی: چگونه یک اتاق پاک ایجاد کنیم

مراحل ایجاد یک اتاق پاک

1. یک اتاق انتخاب کنید. یک اتاق را انتخاب کنید که به اندازه کافی بزرگ باشد برای اینکه همه افراد فامیل شما راحت باشند یک اتاق خواب با حمام متصل یک انتخاب خوب است.

2. از داخل کردن دود به داخل اتاق جلوگیری کنید. کلکین و درها را ببندید، اما کاری که بیرون آمدن را سخت می کند، انجام ندهید.

3. سرد باشید. پنکه ها، آیرکنديشن کلکین یا آیرکنديشن مرکزی را روشن کنید. ذر صورتیکه آیرکنديشن شما گزینه هوای تازه دارد، آن را خاموش یا درجه ورودی را ببندید و آن را در حالت چرخش مجدد قرار دهید.

4. هوای اتاق را فیلتر کنید وقتی که یک واقع دود وجود دارد. شما باید قبل از یک واقع دود، با استفاده از یک یا چند مورد از سه راه موجود در بالای صفحه بعد، یک وسیله پاک میز کننده هوا بخرید یا بسازید.

5. از فعالیت هایی که دود یا ذرات دیگر را در داخل خانه ایجاد می کنند، خودداری کنید
مانند سگریت ار کشیدن، سوزاندن شمع، استفاده از ذرات معلق در هوا، سرخ کردن مواد غذایی و جاروبرقی، مگر اینکه از جاروبرقی با علامت هایی استفاده کنید که نشان می دهد دارای فیلتر هوای ذرات با کارایی بالا (high-efficiency particulate air, HEPA) است برای به دام انداختن ذرات گرد و غبار از یک پارچه مرطوب یا دستشویی استفاده کنید.

6. تا جایی که میتوانید زمان خود را در اتاق پاک بگذرانید تا از آن بیشترین سود را ببرید. وقتی که کیفیت هوا بهبود یافت، حتی به طور موقت، اتاق پاک را تهویه کنید تا هوا یخ شود.

برای معلومات بیشتر:

درباره ایجاد اتاق پاک در خانه بیشتر بیاموزید:

epa.gov/indoor-air-quality-iaq/create-clean-room-protect-indoor-air-quality-during-wildfire

ویدیویی در مورد چگونه راه اندازی یک اتاق پاک در خانه را مشاهده کنید: youtube.com/watch?v=V8DqzozgXcVg

سایر شیت های حقیقت راهنمای آتش سوزی جنگل:

airnow.gov/wildfire-guide-factsheets/



وقتی که دود آتش سوزی به داخل خانه شما داخل میشود، می تواند هوای داخل خانه را ناسالم کند، اما می توانید یک اتاق پاک ایجاد کنید تا از سلامت خود محافظت کنید و کیفیت هوای داخل خانه را بهبود بخشید. اتاق پاک اتاقی است که به گونه ای تنظیم می شود که سطح دود و سایر ذرات را تا حد امکان در وقتی حوادث دود آتش سوزی پایین نگه دارد.

تا وقتی که ماندن در خانه امن باشد، هر کسی می تواند از گذراندن زمان در یک اتاق پاک در طول یک رویداد دود آتش سوزی بهره ببرد. یک اتاق پاک ممکن است برای مردمی که در معرض خطر بیشتری از اثرات دود هستند مانند افراد مبتلا به بیماری قلبی یا بیماری ریوی، بزرگسالان مسن، کودکان و مردمی حامله مفید باشد. این شیت حقیقت به شما می گوید چگونه یک اتاق پاک در خانه راه اندازی کنید.

در برخی موارد، بهتر است به دنبال

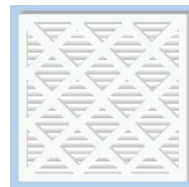
سرپناه در جای دیگری باشید

بعد از اینکه مراحل ایجاد یک اتاق پاک را انجام دادید، اگر نمی توانید در خانه خنک بمانید، برق قطع می شود، یا هنوز دود زیادی وارد خانه شما می شود، ماندن در یک اتاق پاک ممکن است مشکلی نباشد. بهترین گزینه برای شما. اقامت با دوستان یا خانواده، رفتن به یک پناهگاه هوای پاکتر عمومی، یا جستجوی رهایی از دود در مکان دیگری با آیرکنديشن و فیلتر هوای خوب را در نظر بگیرید.

روش های فیلتر هوا برای اطاق پاک شما

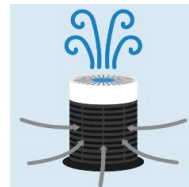
در صورتیکه سیستم گرمایش مرکزی، تجدید هوا و آیرکندیشن (heating, ventilation, and air conditioning, HVAC) شما می تواند با خیال راحت از آن استفاده کند، از یک فیلتر با راندمان بالا استفاده کنید.

ممکن لازم باشد با یک تکنسین HVAC یا سازنده سیستم خود مشورت کنید تا بفهمید که آیا یک فیلتر با راندمان بالا که با حداقل مقدار گزارش کارایی (minimum efficiency repeating value, MERV) 13 یا بالاتر مشخص شده است، با سیستم شما کار می کند یا خیر. تا جایی که می توانید بکه سیستم را اجرا کنید.



در اطاق خود از یک پاک کننده هوای قابل حمل و نقل استفاده کنید.

اطمینان حاصل کنید که اندازه آن برای اطاق پاک مناسب است. یکی از راهها انتخاب وسیله با نرخ تحویل هوای پاک (clean air delivery rate, CADR) برای دود تنباکو است که حداقل 3/2 مساحت اطاق در فوت مربع باشد. همچنین، اطمینان حاصل کنید که ازن تولید نمی کند (فهرست آله های پاک کننده هوا که توسط هیئت منابع هوایی کالیفرنیا تأیید شده است: <https://ww2.arb.ca.gov/list-carb-certified-air-cleaning-devices>). آن را به طور مداوم در بالاترین درجه بکه اجرا کنید.



در اطاق پاک خود از یک پاک کننده هوا (do-it-yourself, DIY) استفاده کنید.

یک پاک کننده هوای DIY می تواند گزینه ای ارزان و موقت برای پاک کردن هوا باشد. دستورالعمل های چگونه ساخت، از جمله نکات محفظی مهم را در زیر ببینید.



در صورتیکه می خواهید از یک پاک کننده هوا استفاده کنید

- در صورتیکه می توانید یک پاک کننده هوای قابل حمل تهیه کنید. احتمالاً غلظت ذرات را بهتر از یک پاک کننده هوا DIY کاهش میدهد، به خصوص در اتاق های بزرگتر. شواهد محدود شدن در مورد اثربخشی پاک کننده های هوای DIY موجود است. یک پاک کننده هوای DIY در یک اطاق کوچکتر که زمان قابل توجهی را در آن صرف می کنید و می توانید آن را مدت طولانی تری اجرا کنید، مانند اطاق خواب، بسیار مفید خواهد بود.
- برای ساختن پاک کننده هوای DIY خود، از یک پنکه جعبه ای جدیدتر (ساخته شده از سال 2012) با آرم UL یا ETL استفاده کنید: این بکه ها دارای فیوزهای محفوظ حرارتی هستند که خطر آتش سوزی یا سوختگی ناشی از گرم شدن بیش از حد موتور و سطوح بیرونی فن را کاهش میدهد. به دنبال بکه هایی باشید که فهرستی برای محفوظ الکتریکی دارند و دارای علامتی از یک سازمان گواهی دهنده مانند UL یا Intertek هستند (برای مثال، برجسب نشان UL یا آرم ETL اینترتک را نشان میدهد). از بکه جعبه ای تولید شده قبل از سال 2012 (مگر اینکه بدانید دارای فیوز محفوظ حرارتی است) در یک پاک کننده هوای DIY استفاده نکنید. در صورتیکه باید از پنکه قدیمی تر استفاده کنید، هرگز پاک را بدون مراقبت رها نکنید، در حالی که دور هستید یا در خواب هستید.
- زمانیکه مونتاژ یک پاک کننده هوا DIY، یک فیلتر با کارایی بالا، ترجیحاً دارای رتبه MERV 13 یا بالاتر، برای فیلتراسیون بهتر انتخاب کنید. فلش های روی فیلتر را با جهت جریان هوا در بکه تراز کنید. کوشش کنید آب بندی خوبی بین بکه و فیلتر ایجاد کنید. وقتیکه فیلتر کثیف به نظر می رسد یا شروع به انتشار بوی دود می کند، آن را عوض کنید.
- راه های زیادی برای کنار هم قرار دادن یک پاک کننده هوا DIY وجود دارد. برخی مشترک طرح ها هستند:

◦ یک فیلتر صاف در مقابل بکه (فیلم از بخش محیط زیست واشنگتن):
youtube.com/watch?v=ujUFj2G9_-Y

◦ دو فیلتر چسبانده شده با مقوا برای تشکیل مثلث در مقابل بکه (فیلم از قبایل کنفدراسیون زرواسیون کولویل):
youtube.com/watch?v=ukyF2xm8cws



Emergency Preparedness & Response Program
1101 W. College Ave., Spokane, WA 99201
509.324.1673 | srhd.org



Spokane Regional Health District تضمین می کند که بر اساس ماده ششم قانون حقوق مدنی سال 1964 و قانون آمریکایی های دارای معلولیت تبعیض وجود نداشته باشد. برای ثبت شکایت یا درخواست معلومات بیشتر، تسهیلات معقول یا ترجمه زبان، با شماره 509.324.1501 تماس بگیرید یا از srhd.org // مطالب اقتباس شده از اینجسی حفاظت از محیط زیست ایالات متحده، EPA-452/F-22-001 // بازسازی شده: می 2022