

مراقب خانه تکانی های مان باشیم

عید را بر خودمان خراب نکنیم

■ هشدارهای جدی کارشناس بهداشت و سلامت به خانم های خانه دار

گروه بهداشت و سلامت

با نزدیک شدن به روزهای پایانی سال، خانه تکانی و تمیز کردن خانه ها رونق بیشتری می یابد که متأسفانه گاهی بدون خطر و ایجاد دردسر هم نیست.

صدها ماده شوینده و پاک کننده در بازار وجود دارد. متأسفانه برخی از این محصولات در تماس با پوست و ریه موجب بروز واکنش هایی می شوند. شاید به ظاهر بعضی از مواد شوینده قوی، برای ساییدن خانه عالی باشند، اما می توانند سلامت شما را نیز بسابند! در حالی که ایمنی و بهداشت کار در خانه ملزوماتی دارد که رعایت آن نیازمند آگاهی از جزئیات و نکات ریزی است که کمتر به آن توجه می شود. واقعیت این است برخی از آسیب هایی که می تواند سلامت افراد را در این روزهای پایانی سال در جریان خانه تکانی به خطر اندازد، در اثر استفاده نادرست از شوینده ها و استنشاق گازهای ناشی از برخی مواد شوینده قوی ایجاد می شود که معمولاً برای از بین بردن جرم ها و آلودگی های چسبیده مانند لکه های روغن روی سرامیک ها به کار می رود.

دکتر طلعت قانع، دبیر مرکز اطلاع رسانی سازمان دارو و سموم با اشاره به آغاز نظافت و شستشوی خانه ها پیش از شروع تعطیلات نوروز در گفتگویی علاوه بر مراقبت از دچار شدن به حوادثی مانند سقوط از ارتفاع، نسبت به استفاده ناپجا و بدون آگاهی از مواد شوینده و پاک کننده شیمیایی هشدار داد.

معمولاً خانم ها از ترکیب مواد شوینده با یکدیگر و با آب گرم استفاده می کنند. آیا از نظر شما به عنوان یک کارشناس این کار درست است؟

اصلاً درست نیست. برخی افراد به تصور این که ترکیب کردن مواد شوینده می تواند تأثیر آنها را در از بین بردن جرم و آلودگی بیشتر کند، اقدام به ترکیب شوینده های قوی با یکدیگر می کنند در حالی که نمی دانند آسیب های ناشی از استنشاق گازهای این ترکیب جدید به مراتب شدیدتر از استنشاق گازهای این مواد به تنهایی است. گازهای سمی ناشی از ترکیب چند ماده شیمیایی گاهی سبب آسیب جدی به ریه ها و اختلال در عملکرد آنها می شود و می تواند با تبدیل

شدن به بیماری مزمن، سال ها فرد را درگیر کند. تأکید می کنم هنگام نظافت نباید به هیچ وجه مواد شوینده با آب گرم مخلوط شود، زیرا این عمل سبب متضاد شدن گازهای سمی و انتشار آنها در هوا می شود که در صورت استنشاق، به سیستم تنفسی خانم ها به شدت آسیب می زند.

برخی افراد به شوینده ها و گازهای متضاد از آن حساسیت دارند. این افراد در این گونه مواقع باید چکار کنند تا آسیب کمتری ببینند؟ افرادی که به مواد شوینده و گازهای متضاد از آن حساسیت دارند، از آب، سرکه سفید، جوش شیرین، آب لیموترش و صابون یا پودر صابون های طبیعی بدون عطر برای نظافت خانه استفاده کنند. یادشان



باشد هنگام نظافت، هوای داخل خانه از دو تا صد برابر آلوده تر از هوای بیرون از خانه است؛ بنابراین لازم است همه خانم ها بخصوص این افراد که حساسیت دارند درها و پنجره های منازل در هنگام خانه تکانی باز باشند تا هوای تازه به داخل خانه جریان یابد و حجم آلوده های گازی را کاهش دهد.

اگر فردی در اثر بی توجهی ها دچار آسیب شد چه باید بکند؟

در صورتی که فردی این موارد را رعایت نکرد و با مشکل تنفسی مواجه شد، باید به سرعت از محیط آلوده خارج و در جریان هوای آزاد قرار گیرد و مقداری شیر تازه بنوشد. به هر حال باید رعایت کنند تا دچار این آسیب نشوند چون خود می تواند عامل بیماری و مسمومیت شود.

مشکل تقلبی بودن شوینده ها هم در بازار مسئله دیگری است که مشتری ها با آن مواجه اند. بسیاری مردم هم بدون توجه به استانداردها ندانسته ها از شوینده ها و پاک

هم بشود و به حفظ سلامت این سیستم کمک کند. یک عده از خانم ها هستند که به دلیل مشکلات پوستی و آلرژی هایی که در این زمینه دارند همیشه پس از خانه تکانی ها عوارض پوستی شان بیشتر می شود. نظر شما در این زمینه چیست؟

بله از عوارض ناشی از خانه تکانی های غیراصولی، بروز همین آلرژی های پوستی است. بسیاری از مواد شوینده چربی های پوست را از بین می برند و نفوذپذیری پوست را در مقابل مواد شوینده بیشتر می کنند، در نتیجه احتمال ابتلا به بیماری های پوستی افزایش می یابد. این افراد برای پیشگیری از بروز این گونه عوارض بهتر است در هنگام استفاده از شوینده ها، از دستکش های مخصوص استفاده کنند. البته خانم ها باید توجه داشته باشند که به صورت طولانی مدت از دستکش های

پلاستیکی استفاده نکنند زیرا مواد تشکیل دهنده دستکش می تواند برای پوست حساسیت ایجاد کند. بنابراین افرادی که مجبورند طولانی مدت نظافت کنند بهتر است در زیر دستکش های پلاستیکی، یک دستکش نخی نیز بپوشند. نکته ی دیگر اینکه استفاده طولانی مدت از دستکش های پلاستیکی و یا استفاده از مواد شوینده بدون دستکش سبب بروز علائمی نظیر قرمزی، خشکی، تژک، خارش، سوزش و التهاب پوست نیز می شود. استفاده از آب معمولی برای شستن دست ها و سپس کرم های مرطوب کننده می تواند برای حفاظت پوست آنها مؤثر باشد. این را هم اضافه کنم هنگام نظافت خانه، ممکن است مقداری ماده شوینده وارد چشم شود و یا گازهای متضاد شده از این مواد باعث ایجاد سوزش، قرمزی، التهاب و تاری دید برای مدتی کوتاه شوند.

در این گونه مواقع باید چکار بکنیم؟

لازم است افراد در صورت امکان از عینک های ایمنی استفاده کنند. همچنین در کنار رعایت اصول ایمنی و محافظت از چشم ها، در صورتی که ماده ای وارد چشم شود یا در اثر گازهای منتشره در هوا مشکلی مانند سوزش و قرمزی در چشم ها ایجاد شود، باید بلافاصله صورت و چشم ها را با آب معمولی بشوییم و آلودگی ها را از روی سطح صورت، پلک ها و چشم ها دور کنیم.

معمولاً کودکان هم می توانند در حاشیه این خانه تکانی ها آسیب ببینند. به نظر شما این طور نیست؟

به نکته خوبی اشاره کردید. در ایام خانه تکانی کودکان در هر خانه میان دست و پای خانم ها و افرادی که در حال خانه تکانی هستند تردد می کنند. این در حالی است که بسیاری از داروها و محصولات خانگی مانند جوهر نمک، مواد شوینده و لک بَر، لاک پاک کن، سموم حشره کش و جَوَنده کش مانند مرگ موش، تینر،

”

صدها ماده شوینده و پاک کننده در بازار وجود دارد که یا استانداردها نیستند و یا تقلبی و مسمومیت زايند که متأسفانه برخی از این محصولات که مستعد ایجاد گازهای متضاد نیز هستند در تماس با چشم، پوست و ریه موجب بروز واکنش هایی می شوند. شاید به ظاهر بعضی از مواد شوینده قوی، برای ساییدن خانه عالی باشند، اما می توانند سلامت شما را نیز بسابند!

در روزهای خانه تکانی، کودکان در میان دست و پای خانم ها و افرادی که در حال خانه تکانی هستند تردد می کنند. این در حالی است که بسیاری از داروها و محصولات خانگی مانند جوهر نمک، مواد شوینده و لک بَر، لاک پاک کن، سموم حشره کش و جَوَنده کش مانند مرگ موش، تینر، ضدیخ، بنزین و ... می تواند در صورت بلعیده شدن یا تماس با پوست، چشم و یا تنفس کودکان بسیار سخی و خطرناک باشد. بنابراین همیشه بهتر است محصولات دسترس کودکان نباشد و یا در ظرف مواد خوراکی مانند بطری نوشابه، نگهداری نکنیم زیرا این عمل موجب تماس با پوست و یا مصرف اشتباهی توسط کودکان و در نتیجه مسمومیت شدید آنها شود. همواره این نکته را باید به یاد داشت که، هیچ ظرف درسته ای از دسترسی کودکان کنجکاو در امان نیست.

صحبت دیگری هم دارید؟

روی آنچه گفتیم باز هم تأکید می کنم و از خانم ها و افراد خانه می خواهم به خاطر شستشو و نظافت و خانه تکانی نیابیم عیدمان را با آسیب های جبران ناپذیری که به سلامتی خودمان و کودکانمان می زنیم خراب کنیم. خانه تکانی اصولی دارد و اگر این اصول رعایت نشود هیچ وقت هیچ مشکلی پیش نمی آید/ سلامت نیوز

گزارشی از روابط عمومی شهرداری سیرجان

فعالیت بی وقفه سازمان پسماند در تنظیف معابر شهر



شریعتی و پارک سوار، بلوار قالی، بلوار دکتر صادقی، خیابان ۱۷ شهریور روبروی زورخانه پوریای ولی، بلوار دکتر صفار زاده، دانشگاه پیام نور، پارک سه راهی کرمان، بلوار سید جمال جنب پمپ بنزین و پارک ملت از جمله مسیرهایی است که این ایستگاهها نصب خواهد شد.

از آنها انتظار داریم نسبت به حفظ و نگهداری این ایستگاه ها و اموال عمومی که برای تکریم جایگاه و منزلت همشهریان نصب شده اند، کوشا باشند. رضا یوسفی عنوان کرد: ساخت و نصب این ایستگاه ها با اعتباری بالغ بر ۲ میلیارد ریال انجام شده است. وی تصریح کرد: بلوار سید جمال، کوی اصناف،

سیرجان احداث و در چند نقطه از سطح شهر نصب خواهد شد. وی افزود: اجرا و نصب این ایستگاهها با طرح یوسفی در این رابطه گفت: در راستای افزایش سیماي بصری و زیباسازی محیط شهری، ۱۵ ایستگاه خط واحد با بهره گیری از خلاقیت و نوآوری طراحان، با طرح تلویزیون توسط سازمان حمل و نقل بار و مسافر شهرداری سیرجان یادآور شد: شهروندان سیرجانی لایق بهترین ها هستند و

اجرای طرح های نوین در ساخت ایستگاه های اتوبوس درون شهری (خط واحد) خبر داد. رضا یوسفی در این رابطه گفت: در راستای افزایش سیماي بصری و زیباسازی محیط شهری، ۱۵ ایستگاه خط واحد با بهره گیری از خلاقیت و نوآوری طراحان، با طرح تلویزیون توسط سازمان حمل و نقل بار و مسافر شهرداری

خاصی به عموم شهروندان انجام خواهد شد.

طرح نو در نصب ایستگاه های خط واحد

واحد و خبر مدیریت ارتباطات شهرداری در گزارش دیگری به نقل از مدیرعامل سازمان حمل و نقل بار و مسافر شهرداری سیرجان از

مدیر سازمان پسماند شهرداری سیرجان از تنظیف و رفت و روب معابر سطح شهر در ماه جاری و ایام منتهی به سال نو و بهار طبیعت خبر داد. به گزارش واحد خبر مدیریت ارتباطات شهرداری سیرجان، علی رضایی با بیان این مطلب گفت: همزمان با قرار گرفتن در آستانه سال جدید و عید باستانی نوروز و به رسم و سنت دیرینه شهروندان که نظافت و تمیزی منزل و محله خود را سرلوحه فعالیت های خود قرار می دهند، مجموعه سازمان مدیریت پسماند نیز در راستای وظیفه ذاتی خود از ابتدای ماه جاری رفت و روب و تنظیف تمامی معابر و کوچه های سطح شهر را با بکارگیری و استفاده چند اکیب در دستور کار قرار داده و هم اکنون نیز در حال انجام است. وی افزود: در همین راستا معابری همچون کوچه های واقع در خیابان علیار شول، خیابان شهید گوینی، خیابان آویشن ۱ و ۲، کوچه های حاشیه بانک ملی و ملت در خیابان امام تا حدفاصل خیابان هفده شهریور و ... از جمله معابری است که تنظیف شده اند.

رییس سازمان مدیریت پسماند شهرداری سیرجان اضافه کرد: رفت و روب و تنظیف معابر شهری بر اساس جدول زمانبندی انجام خواهد شد و این روند تا پایان سال جاری ادامه دارد. علی رضایی افزود: متأسفانه طی روزهای اخیر در فضای مجازی مطلبی مبنی بر رفت و روب و تنظیف محل سکونت و کوچه منزل مسکونی شهردار سیرجان منتشر شده که این مطلب اساساً کذب و بی محتواست و آرایه خدمات، تنظیف و هر نوع فعالیت از سوی سازمان مدیریت پسماند بدون هیچ چشمداشت و وابستگی به شخص

اطلاعیه اتحادیه میدان داران میوه و تره بار

بدینوسیله از کلیه مالکین میدان جدید تره بار واقع در بلوار خلیج فارس جهت تشکیل جلسه پیرامون مسائل میدان در روز دوشنبه ۹۷/۱۲/۲۰ ساعت ۱۰ صبح در دفتر اتحادیه میدان تره بار واقع در انتهای بلوار مالک اشتر دعوت بعمل می آید. عدم حضور در جلسه و پیامدهای ناشی از آن به عهده شماست.

اتحادیه میدان داران میوه و تره بار شهرستان سیرجان

جناب آقای مهندس رضا یوسفی

مدیرعامل محترم سازمان حمل و نقل شهرداری سیرجان

جناب آقای ابوالقاسم امیری مقدم

مدیر محترم واحد نقلیه سازمان حمل و نقل شهرداری سیرجان

بدین وسیله از زحمات، تلاش و برخورد شایسته شما با نیروهای سازمان نهایت تقدیر و تشکر به عمل می آید. موفق و سرفراز باشید.

تعدادی از رانندگان سازمان حمل و نقل، بار و مسافر سیرجان