

حافظ على أمان منزلك: قائمة مرجعية للمنازل الصحية

يمكن الوقاية من المخاطر الموجودة في بيئة منزلك. استخدم هذه القائمة المرجعية لمعرفة المخاطر الموجودة في منزلك ومعالجة أسبابها. تعرف على هذه الموضوعات وطرق أخرى للحفاظ على أمان منزلك من خلال الرابط nyc.gov/health/healthyhomes.

هل هذا
الخطر قائم؟

إذا كانت الإجابة نعم، فهذه هي الأمور التي بوسعك القيام بها:

رصاص في الدهان: الرصاص معدن ضار يمكن أن يسبب مشكلات صحية خطيرة. غالبًا ما يوجد الرصاص في الدهان القديم. ويمكن أن يؤدي الدهان المتقشر الذي يحتوي على رصاص والغبار الناتج عنه إلى تسمم طفلك. إذا كان المبنى الذي تعيش فيه قد شُيد قبل عام 1960 (أو بين عامي 1960 و1978 وكان المالك يعلم أن المبنى به دهان يحتوي على رصاص)، فتتحقق من عدم وجود دهان متقشر أو تالف في الجدران وعتبات النوافذ والأبواب والأسطح الأخرى.



- أبلغ مالك المبنى الذي تعيش فيه بوجود دهان متقشر. إذا لم يقم مالك المبنى الذي تعيش فيه بإصلاحه أو إذا كانت أعمال الإصلاح تتم بطريقة غير آمنة، فاتصل بالرقم **311** لطلب إجراء فحص مجاني.
- اغسل الأرضيات وعتبات النوافذ والأبواب والألعاب بشكل متكرر.
- اخلع أحذيتك قبل دخول منزلك.
- ذكر مقدم رعايتك الصحية بإجراء اختبار التسمم بالرصاص على طفلك عند بلوغه العام الأول والثاني من العمر، واسأل عن إجراء الاختبارات على الأطفال الأكبر عمرًا. اتصل بالرقم **311** للعثور على مقدم رعاية.

لا نعم

هل يوجد دهان متقشر أو تالف في منزلك وهل لديك طفل أصغر من 6 أعوام يعيش معك أو يقضي 10 ساعات أو أكثر كل أسبوع في منزلك بصورة روتينية؟

رصاص من مصادر أخرى: يمكن أن تحتوي بعض الأطعمة والتوابل والأدوية والخزف والمساحيق المرتبطة بتقاليد ثقافية والألعاب والمجوهرات أو التماثيل الواردة من مناطق حول العالم على مستويات عالية من الرصاص. المنتجات التي يجب البحث عنها مدرجة في الرابط nyc.gov/hazardousproducts. قد يوجد أيضًا الرصاص في أعمال السباكة التي تم تركيبها قبل عام 1961 أو تم إصلاحها قبل عام 1987.



- لا تستخدم منتجات من دول أخرى قد تحتوي على الرصاص، مثل بعض الأطعمة والتوابل والأدوية والخزف ومستحضرات التجميل والألعاب والمجوهرات أو التماثيل.
- لا تستخدم إلا ماء الصنبور البارد في الشرب والطهي. اترك الماء ينساب لمدة 30 ثانية على الأقل قبل استخدامه.
- اتصل بالرقم **311** للحصول على مجموعة اختبار رصاص مجانية لمياه الشرب.

لا نعم

هل تستخدم منتجات مثل الأطعمة أو التوابل أو الأدوية أو الخزف أو مستحضرات التجميل أو الألعاب أو المجوهرات أو التماثيل من دول أخرى؟ أو هل في المبنى الذي تعيش فيه أعمال سباكة قديمة (تم تركيبها قبل عام 1961 أو إصلاحها قبل عام 1987)؟

لا نعم

العفن: العفن هو نوع من الفطريات التي قد تظهر بعدة ألوان مختلفة، كالرصاصي أو الأسود أو الأخضر أو الأصفر أو البرتقالي. ويمكن أن يتسبب التعرض للعفن في الإصابة بتفاعلات الحساسية أو قد يثير نوبات الربو. تفقد الأماكن الرطبة، مثل الحمام والقبو وحول عتبات النوافذ القديمة حيث يكثر نمو العفن.



- أبلغ مالك المبنى بكل أماكن التسرب في أعمال السباكة ومشكلات الرطوبة والعفن المرئي. يجب على الملاك إزالة العفن الداخلي وإصلاح المشكلات التي تسبب العفن بطريقة آمنة. وإذا لم يتم إصلاح المشكلة، فاتصل بالرقم **311**.
- استخدم المياه ومنظفًا لتنظيف العفن الموجود على الحوائط أو الأسطح الصلبة الأخرى ذات المساحات الصغيرة من العفن.
- احرص على تهوية المناطق الرطبة (مثل الحمامات والمطابخ) عن طريق فتح نافذة أو تشغيل مروحة في أثناء الاستحمام أو الطبخ.
- استخدم مزيل رطوبة لخفض مستويات الرطوبة في منزلك.

لا نعم

هل توجد على الجدران أو الأرضيات أو الأسقف أو أي أسطح أخرى علامات مرئية على نمو العفن، كبقع تشير إلى تغير اللون مثلًا؟ أو هل توجد مشكلات متعلقة بالمياه، مثل التسرب أو الرطوبة المفرطة في منزلك؟

لا نعم

الآفات: يمكن للصراصير والفئران أن تلوث الأطعمة وتتلصق بالمنزل وتسبب تفاقم الربو والحساسية. تفقد المناطق التي بها أطعمة ومياه، مثل المطبخ والحمام.



- أبلغ مالك المبنى بالآفات والظروف التي تجذب الآفات، مثل أماكن تسرب المياه والشقوق والتقويع في الجدران أو الأرضيات والأغراض المتكومة في المناطق المشتركة. وإذا لم يتم إصلاح المشكلة، فاتصل بالرقم **311**.
- حافظ على منزلك نظيفًا وجافًا، خاصةً المطبخ.
- احتفظ بالطعام في عبوات محكمة الغلق.
- رتب الأغراض المتكومة.
- ضع القمامة في أكياس أو حاويات محكمة الغلق، وأخرجها من منزلك كل يوم.
- لا تستخدم أبدًا المرذاذ الضبابي أو مبيدات الآفات شديدة السمية، مثل Sniper DDVP أو Tres Pasitos أو الطباشير الصينية أو بودرة Tempo dust. ينبغي ألا تُستخدم مبيدات الآفات إلا بطريقة آمنة كما هو موضح على الملصق.

لا نعم

هل ترى صراصير أو فئرانًا أو روتًا أو علامات قضم؟

هل هذا
الخطر قائم؟

إذا كانت الإجابة نعم، فهذه هي الأمور التي بوسعك القيام بها:



قضاء النوافذ: تعمل قضبان النوافذ المثبتة بشكل صحيح على حماية الأطفال من الوفاة والإصابات البالغة، حتى من الطابق الأول. لا تعد الحواجز الشبكية على النوافذ بديلاً لقضبان النوافذ.

- إذا كان هناك طفل عمره أصغر من 11 عامًا يعيش في الشقة وكان في المبنى ثلاث شقق أو أكثر، فعندئذ:
 - يجب تركيب قضبان أو مصدات النوافذ لجميع نوافذ الشقة، بما في ذلك النوافذ المنزلة، باستثناء النوافذ المؤدية إلى سلالمة النجاة من الحريق.
 - يجب على مالك المبنى تركيب وحدات تكييف الهواء بشكل دائم وآمن للنوافذ التي تحتوي على الأماكن المخصصة لها.
 - اطلب من مالك المبنى الذي تعيش فيه تركيب قضبان النوافذ. إن مالك المبنى الذي تعيش فيه هو الملزم، وليس أنت، بتركيب جميع قضبان النوافذ وإصلاحها.
- اتصل بالرقم **311** إذا لم يركب مالك المبنى الذي تعيش فيه أي قضبان نوافذ غير موجودة.
- يمكنك طلب تركيب قضبان النوافذ حتى وإن لم يكن لديك طفل عمره أقل من 11 عامًا يعيش معك في المنزل.

لا
نعم

هل يخلو منزلك من قضبان النوافذ، وهل لديك طفل عمره أصغر من 11 عامًا يعيش معك أو يقضي وقتًا في منزلك؟

كاشفات أحادي أكسيد الكربون (CO) والدخان: أحادي أكسيد الكربون هو غاز ليس له لون أو رائحة، ويمكن أن يسبب المرض والوفاة المفاجئين. تتعد كاشفات أحادي أكسيد الكربون والدخان الأرواح عن طريق إعطاء تحذير مبكر عندما تندلع الحرائق أو يكون هناك مستويات خطيرة من الدخان أو أحادي أكسيد الكربون في المنزل.

- اطلب من مالك المبنى الذي تعيش فيه تركيب كاشفات أحادي أكسيد الكربون والدخان بالقرب من المناطق المخصصة للنوم. يجب على مالكي الأبنية توفير كاشف واحد على الأقل من كاشفات أحادي أكسيد الكربون والدخان المعتمدة والجهازية للعمل وتركيبه في كل وحدة سكنية. إذا لم يركب المالك، فاتصل بالرقم **311**.
- اختبر الكاشفات كل ستة أشهر على الأقل واستبدل البطاريات القابلة للإزالة. تقع مسؤولية صيانة الكاشفات على المستأجرين.
- استبدل كاشفات الدخان وأحادي أكسيد الكربون كل خمسة إلى 10 أعوام، حسب الطراز. تحقق من التاريخ المحدد من جهة التصنيع المدون على المنتج.

لا
نعم

هل يخلو منزلك من كاشفات أحادي أكسيد الكربون والدخان أو هل هي معطلة أو لا تعمل؟

السموم الموجودة في المنزل: يمكن للسموم أن تمرضنا في حالة ابتلاعها أو انسكابها أو رشها أو لمسها أو استنشاقها. اتخذ خطوات لحماية منزلك من السموم.

- احتفظ بالمواد الكيميائية والمنتجات المنزلية والأدوية بعيدًا عن متناول الأطفال، واستخدم أقفال أمان على الخزائن أو صندوقًا ذا قفل للتخزين.
- احتفظ بجميع منتجات التنظيف والأدوية في عبواتها الأصلية ولا تنزع الملصق.
- لا تخزن أبدًا العناصر غير الغذائية في نفس الأماكن مع الأطعمة.
- استخدم حاويات مقاومة لعبث الأطفال لتخزين منتجات التنظيف، وتأكد من إغلاقها بشكل صحيح.
- احتفظ بالنباتات في منزلك في مكان مرتفع وبعيد عن متناول اليد. تعرف على أنواع النباتات السامة للأطفال والحيوانات الأليفة. ضع على جميع النباتات في المنزل ملصقات تحمل أسماءها. اختر نباتات غير سامة لمنزلك.
- سجل رقم مركز NYC Poison Center (مركز السموم في NYC) (212-764-7667) في هاتفك الخليوي. يمكن التعامل مع العديد من حالات التعرض للسموم في المنزل. اتصل بمركز NYC Poison Center على الفور إذا كنت تشبه في حدوث حالة تعرض للسموم.

لا
نعم

هل توجد أي منظفات منزلية أو كيبولات منظفات غسيل أو أدوية أو مبيدات آفات أو سموم فئران في متناول الأطفال أو الحيوانات الأليفة؟

الموارد

- أبلغ أبلغ مالك المبنى الذي تعيش فيه بمشكلات صيانة المبنى. إذا لم يتم إصلاح تلك المسائل، فاتصل بالرقم **311**.
 - ينبغي للأشخاص المقيمين في مبانٍ تابعة لهيئة الإسكان بمدينة نيويورك (New York City Housing Authority, NYCHA) الاتصال بمركز Maintenance Customer Contact Center (التواصل مع العملاء بخصوص الصيانة) التابع لهيئة NYCHA على الرقم 718-707-7771 للإبلاغ عن مشكلات صيانة المبنى.
- للمزيد من المعلومات حول كيفية الحفاظ على أمان منزلك وسلامته، تفضل بزيارة nyc.gov/health/healthyhomes، أو أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى healthyhomesecp@health.nyc.gov أو اتصل بالرقم 646-632-6023.
- يجري برنامج Healthy Neighborhoods Program (HNP) تقييمات منزلية مجانية للأطفال والبالغين المصابين بالربو. للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة nyc.gov/health وابحث عن "HNP"، أو اتصل بالرقم 646-632-6023.
- اتصل بمركز NYC Poison Center على الرقم 212-764-7667 للحصول على مشورة علاجية ومعلومات حول السموم المحتملة والسلامة الدوائية مجانًا. يتوفر صيدلانية وأفراد طاقم ترميز مسجلون معتمدون في معلومات السموم على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع. جميع المكالمات مجانية وسريّة. تتوفر خدمات الترجمة التحريرية والفورية.