

কিভাবে বাড়িতে ছত্রাক
প্রতিরোধ করবেন এবং
তার থেকে মুক্তি পাবেন

NYC

Department of
Health & Mental
Hygiene

Department of
Housing Preservation
& Development

মোল্ড বা ছত্রাক হল একধরনের ছত্রাক যা ঘরের ভিতরে এবং বাইরে উভয় স্থানেই পাওয়া যায়। নিউ ইয়র্ক শহর সহ মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে সাধারণত শতশত ধরনের ছত্রাক পাওয়া যায়। বাড়ির ভেজা বা স্যাঁতস্যাঁতে এলাকায় মোল্ড বা ছত্রাক বেড়ে উঠতে পারে। ছত্রাকের বৃদ্ধির ফলে অ্যালার্জি ঘটিত প্রতিক্রিয়া হতে পারে অথবা অত্যধিক মাত্রায় হাঁপানি বাড়তে পারে। সৌভাগ্যবশত, ফাটল মেরামত, আর্দ্রতা হ্রাস, দৃশ্যমান ছত্রাক পরিষ্কার করার মত মূলগত জলের সমস্যা ঠিক করার মধ্য দিয়ে এই ছত্রাক সমস্যার নিয়ন্ত্রিত করা যেতে পারে।



আমি কিভাবে ছত্রাক চিহ্নিত করতে পারি?

- ছত্রাক ধূসর, কালো, সবুজ, হলুদ অথবা কমলার মত বিভিন্ন রঙের হতে পারে।
- ছত্রাক দেখতে লোমযুক্ত, আঠালো অথবা পাউডারের মতো হতে পারে।
- কিছু ছত্রাকের একধরনের ছাতাপড়া, বাসি অথবা মেটে গন্ধ থাকে।
- ছত্রাক সাধারণত বাথরুম এবং বেসমেন্টের মত স্যাঁতস্যাঁতে স্থানে বেড়ে ওঠে।

ছত্রাক কোথায় বেড়ে ওঠে?

- জল, উচ্চ আর্দ্রতা অথবা স্যাঁতস্যাঁত পরিস্থিতি আছে এমন যেকোনও স্থানে ছত্রাক পাওয়া যেতে পারে। উষ্ণ তাপমাত্রা এবং উচ্চ আর্দ্রতায় ছত্রাক দ্রুত বৃদ্ধি পায়।
- কাগজ, কাপড়, ওয়ালপেপারের আঠা, শিটরক, কার্ট, সাবানের গাদ, চামড়া এবং অন্য একাধিক পৃষ্ঠতলে ছত্রাক পাওয়া যেতে পারে।

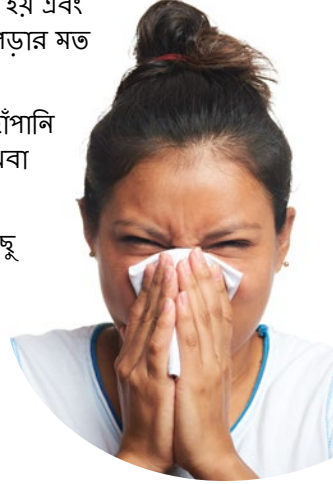
আমি কিভাবে ছত্রাকের সংস্পর্শে আসতে পারি?

- ছত্রাকের কণা ভেঙে গেলে বা ক্ষতিগ্রস্ত হলে আপনি তাতে নিঃশ্বাস নিতে পারেন।
- ছত্রাক বাতাসে ছড়াতে পারে এমন ছোট্ট স্পোর বা বীজগুটিতেও (যা বীজের সদৃশ) আপনি নিঃশ্বাস নিতে পারেন।



ছত্রাকের ফলে স্বাস্থ্য কী প্রভাব পরে?

- কিছু ব্যক্তির ছত্রাকে অ্যালার্জি থাকে অথবা সংবেদনশীল হয় এবং তাদের অতিরিক্ত রক্ত জমা, কাশি এবং নাক দিয়ে জল পড়ার মত উপসর্গ হতে পারে।
- ছত্রাকের সম্মুখিন হওয়ার ফলে হাঁপানি হতে পারে আর হাঁপানি থাকা ব্যক্তিদের এই উপসর্গ আরও খারাপ হতে পারে অথবা তীব্র আকার নিতে পারে।
- ছত্রাক থেকে আরও গুরুতর প্রতিক্রিয়া হওয়ার ঝুঁকি কিছু ব্যক্তির থাকে, যার মধ্যে রয়েছে এমন ব্যক্তি যাদের কর্মক্ষেত্রে প্রচুর পরিমাণে ছত্রাক পাওয়া যায় (যেমন, বিন্ডিং ভাঙার কর্মচারীগণ) অথবা এমন ব্যক্তি যারা কোনো নির্দিষ্ট চিকিৎসা বিষয়ক পদ্ধতির মধ্য দিয়ে গেছেন বা বর্তমানে যাচ্ছেন (যেমন, বোন ম্যারো বা অঙ্গ প্রতিস্থাপন, কেমোথেরাপি)।



আপনার বা আপনার পরিবারের কোনো সদস্যের ছত্রাকের কারণে কোনো উপসর্গ আছে বলে মনে হলে, কোনো স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সঙ্গে দেখা করুন।

আমি কিভাবে ছত্রাকের বৃদ্ধি রোধ করতে পারি?

- ফাটল মেরামত করুন। আপনি ভাড়াটে হলে, আপনার বাড়িওয়ালার কাছে সমস্যাটি রিপোর্ট করুন।
- স্যাঁতস্যাঁতে জায়গাগুলি শুকনো করুন।
- বাতাস থেকে আর্দ্রতা অপসারণের জন্য কোনো ডিহিউমিডিউফায়ার ব্যবহার করুন।
- আপনার বাথরুমে কোনো এক্সজস্ট পাখা না থাকলে, স্নানের পরে একটি জানলা খুলে দিন।
- রান্না করার সময় আপনার রান্নাঘরের একটি জানলা খুলে দিন।

আমি কিভাবে আমার বাড়িকে ছত্রাক মুক্ত করতে পারি?

ছোট এলাকাগুলির ছত্রাকের জন্য (10 বর্গ ফুটের কম):

- পরিষ্কার না হওয়া পর্যন্ত, প্লাস্টিকের শিট এবং ডাস্ট টেপ ব্যবহার করে ছাতা পড়া জায়গাগুলিকে বন্ধ করে রাখুন। শিশু এবং পোষ্যদের দূরে রাখুন।
- দেওয়াল এবং অন্যান্য শক্ত পৃষ্ঠতলগুলি থেকে ছত্রাক পরিষ্কার করার জন্য জল, সাবান অথবা ডিটারজেন্ট ব্যবহার করুন।
- পরিষ্কার করার সময় জল নিরোধক গ্লাভস পরুন।
- পরিষ্কার করা স্থানটি সম্পূর্ণভাবে শুকিয়ে নিন।
- ছত্রাক পরিষ্কার করার সময় ব্যবহৃত কোনো স্পঞ্জ বা নেকড়া থাকলে তা ফেলে দিন।
- ছাতা পড়া সিলিংয়ের টাইলস, কার্পেট এবং শুষ্ক নিতে পারে এমন অন্যান্য উপকরণ ফেলে দিন।

বড় এলাকাগুলির ছত্রাকের জন্য (10 বর্গ ফুটের বেশি) অথবা আপনার পরিষ্কার করার পরেও যে ছত্রাক ফিরে আসে সেগুলির জন্য:

- আপনার বাড়িওয়ালার কাছে সমস্যাটি রিপোর্ট করুন। আইন অনুসারে আপনার বিল্ডিংয়ের মালিক দৃশ্যমান ছত্রাক অপসারণ করতে এবং সেটির কারণে হওয়া জলের ফাটলের মতো সমস্যাগুলি সমাধান করতে বাধ্য।
- যদি সমস্যাটি ঠিক করা না হয়, তাহলে **311** নম্বরে ফোন করুন।



আরও তথ্য

ছত্রাক সম্বন্ধে আরও তথ্যের জন্য:

- 311 নম্বরে ফোন করুন অথবা nyc.gov/health তে গিয়ে "mold" (ছত্রাক) অনুসন্ধান করুন।
- দেখুন epa.gov/mold।

বিল্ডিং মালিকের দায়িত্ব এবং নিরাপদে গৃহমধ্যস্থ অ্যালার্জি জনিত বিপদগুলির ঠিক করার বিষয়ে আরও তথ্যের জন্য:

- nyc.gov/hpd তে যান এবং "mold and pests" (ছত্রাক এবং কীট) অনুসন্ধান করুন।

New York State Department of Labor (নিউ ইয়র্ক স্টেট শ্রম দপ্তরের) লাইসেন্স প্রাপ্ত ছত্রাকের ঠিকাদারদের তালিকার জন্য:

- labor.ny.gov/mold তে গিয়ে **licensing** (লাইসেন্সিং)-এ ক্লিক করুন।

