

پیشگیری از بروز مسمومیت با سموم دفع آفات و مواد شیمیایی و شوینده خانگی

۱. در هنگام استفاده از فرآورده‌های شیمیایی و سموم مختلف اعم از سموم خانگی یا صنعتی، **حتماً در نور کافی برچسب روی بسته‌بندی را مطالعه نموده** سپس مصرف نمایید.
۲. در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده‌های شوینده و پاک‌کننده **پنجره‌ها را باز کنید** تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد.
۳. از **اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و جرم بر با فرآورده‌های سفیدکننده مانند وایتکس جداً خودداری کنید**. بخارات و گازهای ناشی از این اختلال بسیار سمی و خفه‌کننده است.
۴. هنگام استفاده از مواد سفیدکننده و یا جرم بر در سرویس‌های بهداشتی، **درب و پنجره را باز گذاشته و هواکش را روشن نمایید**.
۵. پس از مصرف مواد شوینده، سفیدکننده، جرم بر و لوله‌بازکن **در محیط‌های دربسته و کوچک** مانند دستشویی و حمام به هیچ‌عنوان در این مکان‌ها **توقف نکنید** چراکه گازهای تولیدشده در فضای کوچک، خفه‌کننده و سمی است.
۶. ضمن استفاده از مواد شیمیایی **حتماً از وسایل محافظت‌کننده مانند دستکش بلند، کفش نفوذناپذیر، لباس آستین‌بلند، شلوار بلند و جوراب استفاده** نمایید.
۷. **برچسب روی ظروف سموم دفع آفات و بروشور آن را ابتدا کاملاً مطالعه کنید و سپس جهت استفاده دقیقاً مطابق دستور عمل** نمایید.
۸. هرگز سموم دفع آفات را **در ظروف مشابه مواد خوراکی و آشامیدنی (مانند بطری نوشابه) نگهداری** نکنید.
۹. **استفاده بی‌رویه از سموم دفع آفات** نه تنها باعث بروز مقاومت در آفات می‌شود بلکه می‌تواند از طریق ایجاد باقیمانده در محصولات و آلودگی محیط‌زیست **برای انسان مضر محسوب** گردد.
۱۰. **آیا می‌دانید در کشور ما مسمومیت عمدی با سموم کشاورزی یکی از علل مهم ایجاد مسمومیت‌ها است؟**
 ۱۱. در هنگام سم‌پاشی مزارع، باغات و باغچه‌ها **حتماً از ماسک، دستکش و لباس مناسب استفاده** نمایید.
 ۱۲. از بکار بردن **مقادیر بیش از حد توصیه‌شده سموم برای مقاصد کشاورزی خودداری** کنید.
 ۱۳. در صورت تماس سموم دفع آفات با پوست، **ناحیه آلوده را با مقادیر فراوان آب و صابون شستشو** دهید.
 ۱۴. هرگونه مصرف خوراکی با سموم دفع آفات را **جدی بگیرید و بیمار را برای درمان در اسرع وقت به نزدیک‌ترین مرکز درمانی منتقل** کنید.
 ۱۵. **آیا می‌دانید علائم و نشانه‌های مسمومیت با برخی از سموم موش کش می‌تواند به صورت تأخیری (۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از مصرف) ظاهر شوند؟**
 ۱۶. **علائم و نشانه‌های مسمومیت با گروه مهمی از حشره‌کش‌ها (موسوم به ترکیبات ارگانوفسفره) با تهوع، استفراغ، دردهای شکمی، اسهال، اشک ریزش، آبریزش از بینی، تعریق، تنگی نفس، افت فشارخون، تنگی مردمک چشم، اختلالات قلبی و عصبی همراه است.**
 ۱۷. در صورت تماس پوست و یا چشم با مواد اسیدی و یا قلیایی پوست و چشم را **با مقادیر فراوان آب شستشو** داده و **مصدوم را به مرکز درمانی منتقل** کنید.

۱۸. در صورت تماس پوست و یا چشم با مواد اسیدی و یا قلیایی هرگز از مواد قلیایی و یا اسیدی جهت خنثی‌سازی استفاده نکنید.

۱۹. در صورت بلع مواد با خاصیت خورندگی مانند اسیدها و قلیاها، هرگز بیمار را وادار به استفراغ نکنید. این کار می‌تواند سبب وخیم شدن وضع بیمار گردد.

۲۰. آیا می‌دانید سم حشره‌کش فسفید آلومینیوم بانام "قرص برنج" قاچاق محسوب می‌شود و خرید و فروش آن ممنوع است.

۲۱. در منازل قدیمی، لوله‌های آب سربی و رنگ مورد استفاده در چارچوب و دیوار که حاوی سرب است می‌تواند منجر به مسمومیت با سرب شود.

۲۲. مسمومیت با سرب در کودکان می‌تواند منجر به بروز اختلالات رفتاری، کندذهنی، اختلال در یادگیری، اختلال در رشد و منجر به بروز تشنج شود.

۲۳. مسمومیت با سرب می‌تواند از طریق تنفس و یا خوردن ذرات معلق سرب موجود در هوا، خاک و یا آب صورت گیرد.

۲۴. شستشوی مرتب دست‌ها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آن‌ها می‌شود.

۲۵. از دسترسی کودکان به اسباب‌بازی‌های پلاستیکی بازیافت شده و یا اسباب‌بازی‌های رنگ‌آمیزی شده‌ای که دارای ورقه‌های پوسته‌پوسته رنگ می‌باشند خودداری نمایید.

۲۶. از آنجا که کودکان نوپا همه‌چیز را به دهان می‌برند اگر تخت و گهواره رنگ‌آمیزی شده‌ای دارند، از تماس این وسایل با دهان کودک جلوگیری نمایید.

۲۷. اگر به واسطه شغل خود با مشتقات سرب در تماس هستید، برای جلوگیری از انتقال آلودگی، قبل از ورود به منزل لباس کار خود را تعویض کنید.

۲۸. برخی از لوازم آرایش خصوصاً غیراستاندارد و حتی سرمه، حاوی مقادیر بالای سرب می‌باشند. از مصرف آن‌ها خودداری کنید.

۲۹. سرب موجود در خون افراد شهرنشین بسیار بیشتر از روستائیان است.

۳۰. مصرف غذاهای چرب سبب افزایش سرعت جذب سرب توسط بدن انسان می‌گردد.

۳۱. هوای محیط نزدیک به بزرگراه‌ها، خاک و محیط اطراف مناطق صنعتی مانند کارخانه‌های باتری‌سازی، رنگ‌سازی چند برابر دیگر نقاط حاوی سرب است.

۳۲. به منظور سنجش سرب در خون افراد شاغل در صنعت که با سرب تماس دارند، آزمایش خون باید به‌طور مرتب انجام شود.

۳۳. برای پیشگیری از عوارض ناشی از تماس با سرب باید جامعه از خطرات این فلز سمی آگاه شود.