كيفية الوقاية من العفن في المنزل وطرق التخلص منه

NYC
Department of Health & Mental Hygiene
Department of Housing Preservation and Development

العفن هو نوع من الفطريات التي يمكن العثور عليها داخل المنزل أو خارجه على حدٍ سواء. وهناك مئات الأنواع المختلفة من العفن المنتشرة في الولايات المتحدة، بما في ذلك مدينة نيويورك. يمكن أن ينمو العفن في المناطق الرطبة أو المبللة داخل المنزل. ويمكن أن يتسبب التعرض للعفن في الإصابة بتفاعلات الحساسية أو قد يثير نوبات الربو. ولحسن الحظ، يمكن السيطرة على العفن عن طريق إصلاح مشكلة المياه الأساسية، مثل إصلاح التسريبات أو تقليل الرطوبة، وتنظيف أي عفن مرئي.

كيف يمكنني التعرّف على العفن؟

- يمكن أن يظهر العفن بالعديد من الألوان المختلفة، مثل الرمادي، أو الأسود، أو الأخضر، أو الأصفر، أو البرتقالي.
- يمكن أن يبدو العفن مثل الفرو، أو كمادة لزجة، أو كمسحوق ناعم.
- بعض أنواع العفن لها رائحة كريهة، أو عطنة، أو ترابية.

أين ينمو العفن؟

- يمكن العثور على العفن في أي مكان تقريبًا توجد فيه مياه، أو رطوبة عالية، أو بيئة رطبة مثل الحمامات والطوابق السفلية.
- يمكن أن ينمو العفن على الورق، والقماش، وصمغ ورق الجدران، وجدران الألواح الجصية، والخشب، ورواسب الصابون، والجلد، والعديد من الأسطح الأخرى.
- ينمو العفن أسرع في درجات الحرارة الدافئة والرطوبة العالية.

كيف يمكن أن أتعرض للعفن؟

- يمكنك أن تستنشق جزيئات العفن في حالة التسبب في نثر العفن أو العبث به.
- يمكن أيضًا أن تستنشق أبواغًا صغيرة جدًا (تشبه البذور) ربما يطلقها العفن في الهواء.

ما الآثار الصحية للعفن؟

- يمكن للأفراد الذين يصابون برد فعل تحسسي أو حساسية تجاه العفن أن يعانوا أعراضًا، مثل الاحتقان، والسعال، وسيلان الأنف.
- يمكن أن يتسبب التعرض للعفن في تفاقم أعراض الربو أو حدوث نوبات للأشخاص المصابين بالربو.
- يتعرض بعض الأشخاص لخطر الإصابة بتفاعلات أكثر حدة جراء التعرض للعفن، بما في ذلك:
  - الأشخاص الذين يتعرضون لكميات كبيرة من العفن في العمل (مثل، عمال هدم المباني)
  - الأشخاص الذين خضعوا، أو يخضعون، لإجراءات طبية معينة (مثل، عمليات زراعة الأعضاء أو نخاع العظم أو العلاج الكيميائي)

إذا كنت تعتقد أنك تعاني أنت أو أحد أفراد أسرتك أي أعراض ناتجة عن التعرض للعفن، فتحدث مع مقدّم رعايتك الصحية. للحصول على مساعدة في العثور على مقدم رعاية، اتصل على الرقم **311** أو 844-692-4692.

كيف يمكنني منع العفن من النمو؟

- أصلح التسريبات. إذا كنت مستأجرًا، فأبلغ مالك العقار بالمشكلة.
- جفف المناطق الرطبة.
- استخدم مروحة طرد أو مزيلًا للرطوبة للتخلص من رطوبة الهواء.
- إذا لم يكن الحمام مزودًا بمروحة طرد، فافتح النافذة أو الباب بعد الاستحمام.
- افتح نافذة المطبخ في أثناء الطهي.

كيف أتخلص من العفن في منزلي؟

ملاك المباني الخاصة المكونة من ثلاث شقق أو أكثر أو ملاك المباني من أي حجم التي تم تشخيص إصابة أحد المستأجرين فيها بالربو المستديم يتعين عليهم الحفاظ على منازل المستأجرين خالية من العفن. راجع قسم "مزيد من المعلومات" في الجهة الخلفية من هذا الكتيّب.

للمناطق الصغيرة المصابة بالعفن (أقل من 10 أقدام مربعة):

- استخدم الماء والصابون أو المنظفات لتنظيف العفن من على الجدران أو الأسطح الصلبة الأخرى. اغسل ستائر دش الاستحمام وجففها.
- ارتد قفازات مضادة للماء في أثناء التنظيف.
- جفف المنطقة التي تم تنظيفها بأكملها.
- تخلص من أي إسفنج أو خرق ُستُخدِمت في تنظيف العفن.

للمناطق الكبيرة المصابة بالعفن (أكثر من 10 أقدام مربعة) أو العفن الذي يعود بعد تنظيفه بفترة وجيزة:

- أبلغ مالك العقار بالمشكلة، إذا كنت أحد المستأجرين. وإذا لم يتم حل المشكلة، فاتصل بالرقم **311**.

مزيد من المعلومات

للمزيد من المعلومات عن العفن:

- اتصل بالرقم **311** أو قم بزيارة **nyc.gov/health** وابحث عن **"mold" (العفن)**.
- تفضل بزيارة **epa.gov/mold**.
- تفضل بزيارة **cdc.gov/mold**.

لمزيد من المعلومات عن مسؤوليات مالك العقار وكيفية التخلص الآمن من العفن وغيرها من المخاطر الأخرى المتعلقة بمسببات الحساسية في الأماكن المغلقة:

- تفضل بزيارة **nyc.gov/hpd** وابحث عن **"mold and pests" (العفن والآفات)**.

للحصول على قائمة بالمقاولين المتخصصين في التخلص من العفن المرخصين من إدارة العمل بولاية نيويورك:

- تفضل بزيارة **dol.ny.gov/mold-program** وانقر على **"licensing" (الترخيص)**.

EHS132410 - 3.24 Arabic