



Предотвращение отравления окисью углерода

*Информация для пожилых людей и
ухаживающих за ними лиц*

Знаете ли вы, что Окись Углерода (CO) является самой распространенной причиной отравлений со смертельным исходом в Соединенных Штатах? Случайные отравления угарным газом приводят примерно к 500 смертельным исходам и 15 000 обращениям в медицинские учреждения неотложной помощи ежегодно. Люди в возрасте старше 65 лет особенно подвержены случайному отравлению угарным газом. Это связано с тем, что они часто страдают другими заболеваниями.¹ Хотя детекторы угарного газа могут спасти вашу жизнь, тем не менее лишь одна треть американских домов оснащена этими приборами.²

Что такое окись углерода (CO)?

Окись Углерода – это бесцветный газ без запаха, который может стать причиной болезни и смерти. Он является продуктом сгорания такого топлива как природный газ, пропан, бензин, нефть, керосин, дерево или древесный уголь. Устройствами, вырабатывающими этот газ являются автомобили, лодки, бензиновые моторы, печи и обогревательные приборы. Угарный газ из этих источников может скапливаться в замкнутых или полузамкнутых помещениях. Когда люди вдыхают окись углерода, этот ядовитый газ проникает в кровеносные сосуды

и блокирует передачу кислорода тканевым клеткам, что вызывает повреждение ткани и приводит к смерти.³

Какие симптомы отравления окисью углерода?

У большинства людей первыми признаками подверженности низким концентрациям Окиси Углерода являются слабая головная боль и одышка при умеренной активности. Продолжительная или острая подверженность может привести к подобным гриппу симптомам, включая более сильную головную боль, головокружение, усталость, тошноту, запутанность мыслей, раздражительность, нарушение функции памяти, потеря трезвости ума и ослабление координации движений.⁴ Окись Углерода называется “тихим убийцей”, так как, если эти ранние признаки проигнорированы, то человек может потерять сознание и оказаться неспособным избежать опасности.

При наличии опасного уровня окиси углерода симптомы отравления могут отсутствовать

При вдыхании низких концентраций Окиси Углерода, очевидные симптомы отравления могут не проявляться. Однако, подверженность низким

Любой человек подвержен риску отравления угарным газом. Пожилые люди с такими заболеваниями, как хроническая болезнь сердца, анемия, дыхательные заболевания, особенно восприимчивы к воздействию этого бесцветного газа без запаха.

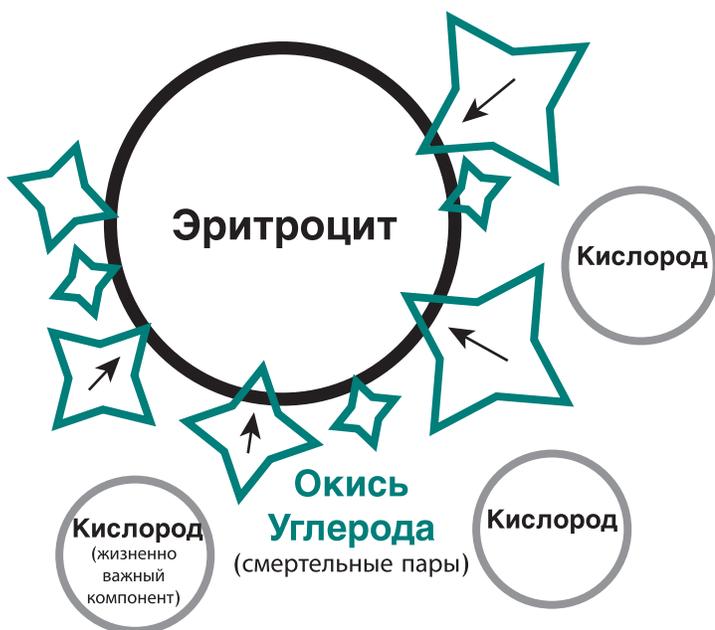
дозам угарного газа может долгое время продолжать негативно сказываться на здоровье, даже после того, как источник угарного газа ликвидирован. В результате могут появиться долготекущие неврологические заболевания, такие как ухудшение памяти и трудности в учебе, эмоциональные и личностные расстройства, а также сенсорные и моторные нарушения.⁵

Кто подвержен риску отравления окисью углерода?

Люди всех возрастов подвержены риску отравления угарным газом. Люди с такими заболеваниями, как хроническая болезнь сердца, анемия, дыхательные заболевания, более подвержены эффектам такого отравления.⁶ У пожилых людей большая вероятность таких заболеваний, что снижает защитные силы организма и увеличивает риск летального исхода.⁷ Отравление окисью углерода может также быть очень опасным для детей на стадии их внутриутробного формирования, значительно увеличивая риск эмбриональной смерти и отставания развития ребенка.^{8,9}

Более частое явление среди контингента меньшинства

Исследования, проводимые в штате Вашингтон среди контингента меньшинства, показали, что у испаноязычного населения степень риска отравления угарным газом в четыре раза выше, а у чернокожего населения в три раза выше, чем у представителей белой расы. Кроме того, 67% испаноязычного населения и 40% чернокожего



населения получили отравление в результате использования угольных брикетов для отопления жилья.¹⁰

Если Вы думаете, что испытываете симптомы отравления угарным газом:

- Немедленно обеспечьте доступ свежего воздуха. Откройте двери и окна, выключите печи, духовки, нагреватели и подобные приборы и уйдите из дома.
- Немедленно позвоните в центр отравления по номеру 1-800-222-1222. Эксперты по отравлению скажут следует ли вам обратиться в медицинское учреждение.

В целях предотвращения отравления угарным газом, следует помнить:

- Установить детектор угарного газа около спален.
- Ежегодно проверять отопительные системы и топливные приборы.
- Избегать использования приборов сгорания, не оснащённых вытяжкой.
- Никогда не жечь топливо в закрытом помещении за исключением таких устройств, как плиты или печи, которые предназначены для безопасного использования.
- Быть внимательными к возможным симптомам отравления угарным газом.

Другие советы по предотвращению отравления угарным газом:

- Содержите газовые приборы в правильно настроенном состоянии.
- Замените прибор, не оснащённый вытяжкой, на прибор с вытяжкой.
- Используйте правильное топливо в керосиновых отопительных приборах.
- Над газовой плитой установите и используйте вытяжной вентилятор с вытяжкой наружу.
- При использовании камина открывайте вытяжные трубы.
- Печь, отапливаемая дровами, должна быть подобрана правильного размера и соответствовать вытяжным стандартам, предусмотренным Агентством по Охране Окружающей Среды.

- Двери такой печи должны плотно закрываться.
- Отопительная система и дымоход должны прочищаться и проверяться квалифицированным специалистом ежегодно.
- Все топливные приборы в помещении должны быть в хорошем состоянии и иметь надлежащую вентиляцию.
- Никогда не оставляйте автомобиль с работающим двигателем в гараже, даже если дверь гаража открыта.
- Используйте переносные генераторы на улице вдали от зданий. Никогда не используйте переносные генераторы на балконах или около дверей, вентиляций или окон. Никогда не помещайте переносные генераторы возле места где кто-либо спит.
- Никогда не используйте угольный мангал в закрытом помещении, даже в камине.
- Пропановые обогреватели или обогреватели, работающие на других видах топлива, установленные в закрытых охотничьих и рыбацких лачугах, должны быть выставлены вентиляционной стороной наружу.
- Никогда не используйте газовую плиту для отопления помещения.



Детекторы угарного газа

Половина всех случайных отравлений со смертельным исходом, могла бы быть предотвращена, если бы был установлен детектор угарного газа. Детекторы должны быть одобрены Лабораториями Страховых Компаний (UL), их можно приобрести в местных хозяйственных магазинах.¹¹ Цена детектора минимальная, а принимая во внимание факт, что он может спасти вашу жизнь и жизнь

Как определить различие между отравлением угарным газом и гриппом

Поскольку многие симптомы отравления угарным газом подобны симптомам гриппа, вы можете не понять, что причиной их появления является отравление. Симптомы отравления могут иметь следующие признаки:

- Вы чувствуете себя лучше, когда вы вне дома.
- Кто-то в доме заболел одновременно с вами (при гриппе обычно требуется несколько дней, чтобы один член семьи заразил другого).
- Те члены семьи, которые большую часть времени проводят дома, подвержены заражению больше других.
- Симптомы появляются или усиливаются вскоре после включения топливного прибора или работающего двигателя автомобиля в гараже, примыкающем к дому.
- Домашние животные также заболевают, проявляя такие признаки, как сонливость и летаргия (человеческие вирусы гриппа не передаются домашним животным).
- Общая боль, низкая температура, или раздутые лимфоузлы (эти симптомы типичны при простуде или гриппе).¹²

вашей семьи, он бесценен. Установите детектор на каждом этаже вашего дома и в пределах слухового диапазона каждой спальни. Тщательно следуйте инструкциям установки, использования и обслуживания. В отличие от детектора дыма, срок действия детектора угарного газа может истечь через несколько лет.

Покупая детектор угарного газа не думайте, что вы приобретаете полную безопасность. Это устройство только защитит вас от

неправильного использования и обслуживания топливных приборов. Детекторы угарного газа не предназначены для контроля низкого уровня окиси углерода, поэтому вставали вопросы, являются ли стандарты детектора достаточно надёжными, особенно для такой чувствительной группы людей, как пожилые.¹³

Экологические проблемы здоровья пожилых людей

Инициатива Агентства по Охране Окружающей Среды (EPA) направлена на защиту здоровья пожилых людей от вредного воздействия окружающей среды с помощью системы управления рисками, использования профилактических, воспитательных и исследовательских мероприятий. Более подробную информацию об Инициативе Агентства по Охране Окружающей Среды (EPA), связанную с охраной здоровья пожилых людей можно найти на сайте www.epa.gov/aging

Отпечатанные копии этого информационного бюллетеня можно заказать на сайте:

<http://www.epa.gov/aging/resources/factsheets/order.htm>

Дополнительные материалы:

Your Local Poison Center

■ 1-800-222-1222

■ Internet: www.aapcc.org

U.S. Environmental Protection Agency

Carbon Monoxide

<http://www.epa.gov/iaq/co.html>

CDC

Carbon Monoxide

<http://www.cdc.gov/co/>

Consumer Product Safety Commission

Home Heating Equipment Safety

www.cpsc.gov/cpsc/pub/pubs/heatpubs.html

Carbon Monoxide Alarms

www.cpsc.gov/cpsc/pub/prerel/prhtml01/01069.html

Portable Generators

www.cpsc.gov/cpsc/pub/pubs/portgen.html

Замечания и пояснения

1 Centers for Disease Control and Policy. Carbon Monoxide-Related Deaths – United States, 1999-2004. Morbidity and Mortality Weekly Report. December 21, 2007; 56(50):1309-12.

2 Home Safety Council. Unintentional Home Injury in the United States. State of Home Safety: 2004 Edition. http://www.homesafetycouncil.org/state_of_home_safety/sohs_2004_p017.pdf.

3 (CDC), National Center for Environmental Health, "Carbon Monoxide Poisoning: Questions and Answers," July 2006. <http://www.cdc.gov/co/faqs.htm>

4 The U.S. Environmental Protection Agency (EPA), Indoor Environments Division (6607J) Office of Air and Radiation, "Protect Your Family and Yourself from Carbon Monoxide Poisoning," October 1996. <http://www.epa.gov/iaq/pubs/coftsht.html>

5 Delayed Neuropathology after Carbon Monoxide Poisoning Is Immune-Mediated, Stephen R. Thom, Veena M. Bhopale, Donald Fisher, Jie Zhang, Phyllis Gimotty and Robert E. Forster, Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, Vol. 101, No. 37 (Sep. 14, 2004), pp. 13660-13665.

EPA. 2000. Air Quality Criteria for Carbon Monoxide. U.S.EPA, National Center for Environmental Assessment. June, 2000. EPA 600/P-99/001F.

6 Centers for Disease Control and Prevention (CDC), National Center for Environmental Health, "Carbon Monoxide Poisoning: Questions and Answers," July 2006. <http://www.cdc.gov/co/faqs.htm>

7 CPSC. 2004. Non-Fire Carbon Monoxide Deaths Associated with the Use of Consumer Products: 2001 Annual Estimates. U.S. Consumer Product Safety Commission, Division of Hazard Analysis, May 13, 2004.

8 Raub, J. A., M. MathieuNolf, N. B. Hampson, and S. R. Thom. Carbon Monoxide Poisoning - a Public Health Perspective. TOXICOLOGY (145):1-14, (2000.)

9 Liu, S. Krewski, D., Shi, Y, Chen, Y, and R.T. Burnett. 2003. Association between gaseous ambient air pollutants and adverse pregnancy outcomes in Vancouver, Canada. Environmental Health Perspectives. 111:1773-1778.

10 Ralston, J.D. and N.B. Hampson. 2000. Incidence of severe unintentional carbon monoxide poisoning differs across racial/ethnic categories. Public Health Reports. 115:46-51. U.S. Department of Health and Human Services.

11 Yoon, S., Macdonald, S., Parrish, G. 1998. Deaths from unintentional carbon monoxide poisoning and potential for prevention with carbon monoxide detectors. JAMA. 279(9): 685-687

12 U.S. Department of Housing and Urban Development. Healthy Homes Issues: Carbon Monoxide, Healthy homes Initiative Background Information, December 2005. http://www.healthyhomestraining.org/Documents/HUD/HUD_CO_Brief.pdf .

13 The Minnesota Department of Health, Environmental Health Services Division, "Carbon Monoxide (CO) Poisoning In Your Home," April 2007. <http://www.health.state.mn.us/divs/eh/indoorair/co/index.html>



Russian translation of: *Preventing Carbon Monoxide Poisoning*

Publication Number EPA 100-F-09-013