

آتش سوزی جنگلی، دود آتش سوزی و سلامتی شما

فارسی | Farsi



آتش سوزی جنگلی چیست؟

- در استرالیا، دو نوع آتش سوزی مختلف می تواند در مناطقی که بوته ها، درختان و علف های زیادی وجود دارد رخ دهد.
 1. آتش سوزی هایی که توسط آتش نشانان، پارکبان ها، کارکنان جنگل داری یا مردم بومی شروع و با دقت کنترل می شوند، **آتش سوزی برنامه ریزی شده یا سوختگی برنامه ریزی شده نامیده می شوند**. از این آتش سوزی ها بیشتر برای مدیریت یا حذف علف های هرز، بوته ها یا شاخه ها و برگ های افتاده استفاده می شود. آتش سوزی های برنامه ریزی شده اغلب از آگوست تا اکتبر و از مارس تا می اتفاق می افتند. گاهی اوقات ممکن است دود زیادی ایجاد کنند.
 2. آتش سوزی های برنامه ریزی نشده یا کنترل نشده را **آتش سوزی جنگلی** می نامند. این آتش سوزی ها ممکن است بزرگ یا خطرناک شوند. خصوصاً در روزهای گرم و در باد، آتش می تواند سریع حرکت کند. آتش سوزی های جنگلی معمولاً در ژانویه یا فوریه اتفاق می افتند، اما می توانند از سپتامبر تا آوریل نیز رخ دهند. آتش سوزی های جنگلی می توانند برای مدت طولانی بسوزند و دود زیادی ایجاد کنند.
- اگر **آتش سوزی جنگلی** در نزدیکی خانه شما باشد، **می تواند خطرناک باشد**.

چگونه آتش سوزی ها می توانند به شما صدمه بزنند یا شما را بیمار کنند

- اگر خیلی نزدیک به آتش باشید ممکن است با شعله های آتش بسوزید. همچنین می توانید در اثر گرمای شدید آتش بسوزید، حتی اگر فاصله زیادی با شعله های آتش داشته باشید.
- در طول یک آتش سوزی، بدن شما به سه دلیل می تواند بسیار داغ شود.
 1. آتش سوزی های جنگلی معمولاً در روزهای گرم اتفاق می افتد.
 2. گرمای زیادی از آتش بوجود خواهد آمد.
 3. برای محافظت از خود در برابر آتش، باید لباس هایی بپوشید که بدن شما را به طور کامل پوشانند، اما این کار خنک ماندن را سخت تر می کند.
- وقتی بدن شما بیش از حد گرم می شود، ممکن است بیمار شوید. به این حالت گرمزدگی می گویند. اگر مدت زیادی طول بکشد و خنک نشوید، ممکن است دچار گرمزدگی شوید. علائم گرمزدگی سردرد، خستگی، پوست گرم و خشک و تشنگی شدید است. این یک فوریت پزشکی است.

آتش سوزی جنگلی، دود آتش سوزی و سلامتی شما

- اگر نزدیک آتش سوزی باشید، دود زیادی در هوا وجود خواهد داشت. این کار نفس کشیدن را سخت می کند و ممکن است دچار سردرد شوید. چشمان شما درد می گیرد و دود دید را دشوار می کند. این بدان معناست که هنگامی که هوا دود آلود است رانندگی ایمن نیست.
- اگر ساختمان ها و درختان اطراف شما هنگام سوختن سقوط کنند، ممکن است صدمه ببینید.
- ممکن است پس از عبور آتش از کنارتان همچنان آسیب ببینید یا مریض شوید. درختان و ساختمان هایی که در آتش سوخته اند ممکن است سقوط کنند. مخازن آب ممکن است آسیب ببینند و ممکن است نوشیدن آبی که از آنها می آید خطرناک باشد. خطوط برق یا درختان کنار جاده ممکن است سقوط کرده و جاده ها مسدود شده باشند. و ممکن است هنوز مقدار زیادی خاکستر و گرد و غبار در هوا وجود داشته باشد که می تواند تنفس را سخت کند.

چگونه دود آتش سوزی می تواند شما را بیمار کند

- دود در هوا می تواند شما را بیمار کند، حتی اگر فاصله زیادی با آتش داشته باشید. ممکن است سرفه یا سردرد یا چشم درد داشته باشید. معمولاً این مشکلات فقط تا زمانی که دود در هوا وجود دارد ادامه دارد و با از بین رفتن دود دوباره احساس بهتری خواهید داشت.
- اگر آسم، دیابت یا بیماری قلبی دارید، باید مراقب باشید تا از دود دوری کنید. به این دلیل که دود می تواند برخی از شرایط را بدتر کند. برای مثال، ممکن است دچار حمله آسم شوید. همچنین اگر باردار هستید یا اگر خیلی پیر یا خیلی جوان هستید باید تا حد امکان از دود دوری کنید.



آتش سوزی های جنگلی و سلامت روان شما

- قرار گرفتن در یک آتش سوزی جنگلی یا نزدیک به یک آتش سوزی برای اکثر مردم بسیار استرس زا است. آتش سوزی های جنگلی غیرقابل پیش بینی هستند، بنابراین ممکن است احساس ناامنی کنید زیرا نمی دانید در آینده چه اتفاقی قرار است بیفتد. اگر بدانید که در صورت وقوع آتش سوزی جنگلی باید چه کاری انجام دهید، آماده خواهید بود و احتمالاً احساس استرس یا نگرانی نخواهید کرد.
- حتی مدت ها پس از وقوع آتش سوزی جنگلی، خاطرات شما ممکن است شما را مضطرب، نگران یا ناراحت کند. به عنوان مثال، در یک روز گرم با باد زیاد، ممکن است نگران باشید که آتش سوزی دیگری رخ دهد و احساس عصبی بودن یا ترس کنید. این احساس بسیار طبیعی است. ممکن است زمان زیادی طول بکشد تا پس از یک آتش سوزی جنگلی بهبود یابید، و هر کس این را به صورت متفاوتی تجربه خواهد کرد.
- گزاره برگ «در یک آتش سوزی جنگلی چه کاری می توانم انجام دهم؟» به شما اطلاعات بیشتری در مورد نحوه آماده شدن برای یک آتش سوزی جنگلی می دهد و اینکه اگر در آتش سوزی یا در نزدیکی آن هستید، چه کاری باید انجام دهید. همچنین به شما می گوید که اگر تحت تأثیر آتش سوزی قرار گرفته اید، برای کمک به کجا می توانید مراجعه کنید.