

ORMAN YANGINI DUMANI VE SAĞLIĞIMIZ: ÇOCUKLAR VE BÜYÜKLER İÇİN REHBER

Orman yangını nedir?

Orman yangınları ağaçların ve otların tutuşmasıyla, genellikle sıcak ve kuru geçen yaz aylarında çıkar. Yangınlar kimi zaman yıldırım düşmesi gibi doğal nedenlerle kimi zaman da kazayla veya bilerek insan eliyle çıkarılır.

Orman yangını dumanı nedir?

Orman yangını dumanı ufacık parçacıklardan, gazlardan ve ağaç ve otların yanmasıyla havaya yayılan su buharından oluşur. Rüzgâr dumanı kilometrelerce uzağa taşıyabilir! Yani yangın yakınınızda olmasa bile havada duman olabilir.

Orman yangını dumanının zararları nelerdir?

Duman gözlerinizi ve boğazınızı yakabilir. Akciğerlerinize girerek öksürüğe neden olabileceği gibi, astım atağı başlatabilir. Kendini hasta hissedenenlerin çoğu kısa sürede iyileşir.



Kendinizi ve yakınlarınızı nasıl koruyabilirsiniz?

- Dışarısı dumanlıysa içeride oynayın. Kapıları ve pencereleri sıkı sıkı kapatarak evinizi elinizden geldiği kadar dumandan koruyabilirsiniz. Duman içeri 'sızarsa' boşlukları bant ya da havluyla kapatmayı deneyin.
- P2 ya da N95 maskesi takın. Maskenin yüzünüze tam oturduğundan emin olun. Maskeyi beş yaşından küçükler ve sağlık nedeniyle kullanmaması gerekenler takamıyor.
- Astımınız varsa, ilacınızı yanınızda bulundurun ve astım kontrol planınızı uygulayın.
- Hava kalitesini kontrol edin. 'AirRater' gibi uygulamaları kullanabilir, açık hava etkinliklerinizi hava kalitesinin en iyi olduğu zamanlara denk getirebilirsiniz.
- Duyularınıza güvenin. Dumanı görebiliyor ya da koklayabiliyorsanız, dışarısı güvenli değil demektir.
- Ailenizi ve arkadaşlarınızı yoklayın sağlıklı olduklarından emin olun, gerektiğinde, elinizden geliyorsa yardım önerin.

Moraliniz bozulduğunda ne yapabilirsiniz?

Korkmak, üzölmek çok doğal tepkiler. Ailenizden birine, öğretmeninize ya da güvendiğiniz bir yetişkine açılmak işe yarayabilir. Ayrıca Kids Help Line'ı ne zaman isterseniz arayabilirsiniz. Ücretsiz hat : 1800 55 1800. Unutmayın - duman eninde sonunda gidecek!

'Orman yangını dumanı ve sağlığıımız; çocuklar ve yetişkinler için rehber' isimli kitapçığınızı buradan indirebilirsiniz.

