

# العفن و الصحة

## لمعرفة المزيد

### قسم الوقاية

أماكن العمل بهواء غير نقي بسبب وجود العفن يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية ورفاهية العمال. تهيئة المباني والتدخل لحماية صحة العمال هي مسؤولية صاحب العمل.

إلى من يمكن أن أذهب؟

- إلى صاحب الشركة التي بنت العقار بعد 10 سنوات من الانتهاء من البناء.

- إلى خبير في الهندسة من أجل الحصول على الوضعية التقنية للعقار، وخصوصا في حالة الرجوع على الشركة المصنعة، صاحب العقار المكتري إلخ.

- مصلحة النظافة والصحة العامة

في الحالات الصعبة، تمنح مصلحة النظافة والصحة العامة المخول لها شهادة سوء النظافة مع دفع ثمنها. يتم إصدار هذه الشهادة لأغراض يسمح به القانون وليس كشهادة تقنية. أيضا لا تمنح نقاط قائمة التسجيل للحصول على السكن المدعوم (I.P.E.S).

- الخدمات الطبية المهنية

للحصول على معلومات حول وجود العفن في مكان العمل.

- الخدمات الطبية للجهاز التنفسي

من أجل القيام بفحص للجهاز التنفسي عندما يشعر الشخص بها ناتجة عن وجود عفن في المنزل أو مكان العمل. من أجل فحص الجهاز التنفسي، يجب الحصول على طلب من طرف طبيب مختص في الطب العام و أخذ موعد الفحص بالحجز المركزي.

وضع من طرف مصلحة الوقاية لوكالة الصحة لآلظو آدج  
طبعة: 2015

ماذا تفعل في الحالات الصعبة



إذا كانت تصرفات إزالة العفن والاعتماد على السلوكات المشار إليها لم تكن كافية، فمن الضروري تحديد أسباب تشكيلها بمساعدة خبير في هذا المجال.

ماذا يجب أن يفعلون أصحاب و مسيروا العقارات؟

إذا كانت هناك مشاكل الرطوبة و العفن، ينبغي دائما توضيح السبب وإزالته.

في بعض الأحيان يمكن أن يعزى العفن إلى حالة العقار أو كيفية تسييره، مثلا مثل سوء التسيير أو عطب في نظام التدفئة المركزية، عيوب في بناية العقار أو صيانته أو عدم وجود عزل كاف للجدران الخارجية أو خلل في سقف البناء يتطلب تدخل عاجل و دقيق.

العفن في مكان العمل

التشريعات المتعلقة بالصحة والسلامة في العمل ينص على و كقاعدة عامة، يجب أن تحتوي الأماكن المغلقة على عازل حراري للجدران معزولة بشكل كاف، الذي يسمح بتغيير الهواء بطريقة منتظمة ضد الرطوبة (الفصل الرابع، المرسوم التشريعي رقم 2008/81).

## العفن: معلومات عامة

العفن هو مصطلح عام يشمل مختلف الفطريات المجهرية. وبطبيعة الحال تحلل النبات وتساعد في تكوين الدُّبال. العفن هو عنصر طبيعي موجود في الأرض وفي الهواء سواء في الداخل أو في الخارج.

## كيف يتشكل العفن في البيت؟

عند تهوية الغرفة، جراثيم العفن تأتي مع الهواء الخارجي. في حد ذاته ليس شيئاً مثيراً للقلق، لكن إذا وجد أناكّن أو مواد رطبة التي تساعد على النمو والتكاثر.

## دور التكثيف

الهواء الساخن قادر على امتصاص والإبقاء على الكثير من الرطوبة على شكل بخار، ولكن عندما يبرد على مقربة من السطوح الباردة يتحول إلى ماء مرة أخرى ويترسب على السطوح ويساعد على نمو العفن. هذه الظاهرة تسمى "التكثيف". يرتبط تكون العفن وتكثيف الماء أساساً إلى عاملين:

- إنخفاض درجة حرارة الجدران ناتجة عن عدم قدرة العزل من رفع من درجة حرارة المبنى؛

- الرطوبة الداخلية عالية تنتج عن عادات الحياة اليومية و حالة الشقة أو عطب في أنابيب المياه أو تسرب ماء المطر داخل الشقة.

## الرطوبة في البيت

وجود الرطوبة في المنزل أمر طبيعي، وتنتج عادة من قبل الأشخاص والأنشطة المحلية. كل شخص يمنح للبيئة عن طريق التنفس ما يعادل لتر واحد من الماء.

## العفن و الصحة

داخل البيوت الرطبة خصوصاً ذات التهوية السيئة، يمكن العثور على العديد من الملوثات العضوية مثل حبوب اللقاح والأبواغ من النباتات والبكتيريا، الخ القادمة من داخل أو خارج المنزل. الأشخاص الذين يعيشون في هذه البيئات هم عرضة لالتهابات الجهاز التنفسي والربو والحساسية إلى حد أكبر من الناس الذين يعيشون في بيئات صحية.

آثار العفن السطحية لا تكون مرتبطة عادة بمشاكل صحية، ومع ذلك، إذا كان هناك زيادة في أشكال الربو المزمن عند الأطفال فهو مرتبط بالرطوبة الزائدة في المنزل (المبادئ التوجيهية لمنظمة الصحة العالمية لجودة الهواء في الأماكن المغلقة 2009).

## العفن في البيت، ماذا تفعل؟

الإجراء الفوري أكثر ملاءمة إذا شممت رائحة أو وجود العفن وذلك بتهوية المكان باستمرار. يجب إزالة آثار العفن على الجدران فوراً بطريقة مستقلة مع صبغ المكان أو شراء مواد مضادة للعفن الموجودة في الأسواق. مواد الصباغة ضد العفن لها فعالية جيدة، لكن يجب إستعمالها بحضرة مع قراءة تعليمات الشركة المنتجة لهذه المواد. لحل المشكلة بشكل دائم يجب تحديد السبب: في بعض الأحيان يمكنك ببساطة اتباع القواعد المذكورة أدناه.

## منع تكون العفن

مع أخذ بعض التدابير يمكن تجنب تكون العفن حتى بالنباتات القديمة و ذات جدران غير قادرة على عزل الرطوبة.

## تغيير الهواء

فتح النوافذ و الأبواب مرات عديدة في اليوم وحسب فصول السنة.



**إستعمال الحمام**  
بعد إستعمال الحمام يجب إستخدام مغير الهواء أو فتح النافذة كلياً



## إستعمال المطبخ

إبقاء باب المطبخ مغلق أثناء إعداد الوجبات و تغيير الهواء في البيت حتى لا يتسرب البخار إلى كل أماكن البيت



## درجة الحرارة الداخلية

تدفئة كل أماكن البيت. عند وجود أماكن باردة، يجب غلق الباب حتى لا يصل الهواء الدافئ و الرطب إلى الجدران الباردة.



## الغسيل

يجب نشر الغسيل خارج البيت، اذا لم يكن ممكن فيجب تهوية المكان، أو إستعمال المجففة. يجب تهوية للبيت بعد إستعمال حديدة الملابس.



## النباتات و الورود

لا تُكثّر من النباتات والورود في الغرفة أو بـستعمال آلة مرطبة الجو.



## آثاث

إبعد الأثاث المنزلية عن الحائط البارد بحوالي ( من 5 إلى 10 سنتمتر) أو غير مكان الأثاث.



## الغبّار

إزالة الغبار من الأماكن المعرضة للعفن، لأنها تساعد على تكثّر العفن.