

يعتبر العفن من المصطلحات العامة المستخدمة لوصف أنواع الفطريات. للعفن مئات من الأنواع المختلفة التي تتباين في اللون والمظهر. يشيع انتشار العفن في الطبيعة، كما يمكن العثور عليه في الأماكن الداخلية. يمكن أن ينمو العفن على الأطعمة و مواد البناء والمفروشات والملابس والأسطح الأخرى. إذا غمرت المياه المنزل أو المبنى الخاص بك ولم تتمكن من تجفيفه في غضون فترة تتراوح من 24 إلى 48 ساعة، فيمكنك التعامل على أنه لديك نمو للعفن.

## العفن وصحتك

تعتمد كيفية تعاملك مع العفن على عدة عوامل؛ بما في ذلك نوع العفن وحجمه ومقدار الوقت الذي تعرضت فيه للعفن بالإضافة إلى حالتك الصحية العامة.

قد يؤدي التعرض للعفن إلى نوبات الربو وتهيج العينين والجلد وردود فعل تحسسية. ربما تحدث لديك تفاعلات أكثر شدة إذا كنت تعاني من حساسية العفن. إذا كنت تعاني من ضعف في جهازك المناعي أو مشاكل في التنفس، فقد تصاب بعدوى رئوية خطيرة في حالة أن تكون محاطًا بالعفن. رغم ندرتها، فمن الممكن أن تصاب بعدوى فطرية في الجهاز التنفسي، مما يعني أن الفطريات تنمو على أنسجة جسمك أو بداخلها.

استشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كانت لديك مخاوف أو أسئلة صحية.

## اختبار وجود العفن

لا يُعد اختبار وجود العفن ضروريًا أو موصى به. قد يكون فهم النتائج صعبًا حيث لا توجد معايير لمقارنة النتائج بها. لا يمكن استخدام نتائج الاختبار للقول بأن المبنى "آمن" أو "غير آمن". بغض النظر عن حجم العفن الموجود في منزلك أو المبنى الخاص بك أو نوعه، فإن الخطوات المُتبعة لإصلاح المشكلة هي نفسها وهي: تجفيف مكان العفن وتنظيفه.

## احم نفسك من مخاطر العفن

احم نفسك من العفن عن طريق ارتداء ملابس واقية، مثل السراويل والملابس ذات الأكمام الطويلة وأحذية العمل المقاومة للماء والقفازات المطاطية والنظارات الواقية وقناع الوجه من نوع 95N. يجب ألا يشارك كل من الأطفال والأشخاص الذين يعانون من مشاكل في التنفس والأشخاص الذين يعانون من ضعف في الجهاز المناعي في التنظيف بعد أي فيضان .

استخدم أجهزة تنقية الهواء المحمولة والمزودة بمرشحات HEPA (مرشحات تنقية جسيمات الهواء عالية الكفاءة) لنقليل تعرضك للعفن المنتشر في الهواء. تعرف على كيفية اختيار جهاز تنقية الهواء المناسب للمنزل أو المبنى الخاص بك من خلال الاطلاع على [دليل وكالة حماية البيئة الخاص بأجهزة تنقية الهواء في المنزل](http://www.epa.gov/indoor-air-quality-iaq/air-cleaners-and-air-filters-home).

اطلب من متخصص لديه خبرة في تنظيف العفن القيام بفحص نظام التدفئة والتهوية وتكييف الهواء في منزلك وتنظيفه قبل تشغيله لمنع انتشار العفن في جميع أنحاء المنزل أو المبنى.

## معالجة مشكلة العفن

لمعالجة مشكلة العفن، يجب عليك أولاً التأكد من تجفيف المنزل أو المبنى الخاص بك تجفيفًا تامًا. إذا لم يكن المنزل أو المبنى الخاص بك جافًا تمامًا، فسوف يعود العفن للانتشار مرة أخرى.

### جفف المنزل أو المبنى الخاص بك بالوسائل التالية:

- فتح جميع الأبواب والنوافذ، بما في ذلك المدخل الداخلي والعلوي للسماح بتدفق الهواء.
- استخدام مزيلات الرطوبة والمراوح (إذا كان استخدام الكهرباء آمنًا) مع وضعها عند نافذة أو باب لدفع الهواء إلى الخارج بدلاً من دخوله إلى منزلك لتجنب انتشار العفن.

بمجرد تجفيف المكان وتنظيفه، قم بإزالة العفن باتباع الخطوات التالية:

- تنظيف العناصر المتعفنة التي لا تمتص الماء (مثل الزجاج والبلاستيك والرخام والجرانيت والبلاط الخزفي والمعادن) بالماء والصابون. تطهير الأسطح التي لامست مياه الفيضان بعد تنظيفها تمامًا.
- التخلص من المواد التي تمتص المياه بسهولة مثل؛ (الوسائد والمراتب وألواح الجبس والسجاد ومواد العزل وبلاط السقف) واستبدالها بأخرى جديدة. إذا تعرض مقعد السيارة الخاص بطفلك لمياه الفيضانات ولا يمكن غسله في الغسالة، فتخلص منه. لا تغسل أحرمة مقعد السيارة أبدًا.
- غسل الملابس وغيرها من الأقمشة. غسل جميع الملابس التي يتم ارتداؤها أثناء التنظيف بالماء الساخن والمنظفات، والاحتفاظ بها في مكان بعيد عن العناصر غير الملوثة.
- التنظيف باستخدام مكنسة كهربائية مزودة بمرشحات (HEPA) تنقية جسيمات الهواء عالية الكفاءة.

## التعاقد مع مقاول

يمكن أن يتسبب الفيضان في نمو العفن بشكل كبير. إذا كان العفن يغطي أكثر من 100 قدم مربع، فربما ستكون بحاجة إلى الحصول على مساعدة من مقاول متخصص في تنظيف العفن. كما هو الحال مع أي مقاول، عليك الاطلاع على أعماله السابقة لتقييم خبرته ومعرفة مدى نجاح أعماله السابقة وما إذا كانت أعماله قد نالت رضا عملائه. يُرجى العلم بعدم وجود شهادات أو تراخيص فيدرالية صادرة عن ولاية فيرمونت لمعالجة العفن.

لا يلزم الاستعانة بمقاول لحل مشكلة العفن الصغيرة التي تقل عن 10 أقدام مربعة. بالنسبة للمناطق التي تتراوح مساحتها بين 10 و100 قدم مربع، فاتخذ قرارًا بشأنها وفق تقديرك.

## لا يوجد نوع اسمه "العفن الأسود"

لا يوجد نوع من بين أنواع العفن ما يسمى بـ "العفن الأسود". قد تكون العديد من أنواع العفن سوداء اللون، إلا أن لون العفن لا يمثل وصفًا لنوعه أو مدى خطورته. "ستاتريبيوتري ستارتاروم" (*S. chartarum*) هو أحد أنواع العفن الذي يُطلق عليه غالبًا اسم "العفن الأسود" عن طريق الخطأ. كما أوضحت التقارير الإخبارية أن هذا النوع هو الأكثر سمية من بين أنواع العفن الأخرى. من غير المعروف حاليًا ما إذا كان التعرض لعفن "ستاتريبيوتري ستارتاروم" يزيد من خطر الإصابة بالأمراض أكثر من التعرض لأنواع العفن الأخرى.

## المستأجر والموظفين

إذا كنت مستأجرًا أو موظفًا، فتحدث مع مالك العقار الذي تسكن فيه أو صاحب العمل لديك حول مشاكل العفن. إذا كانت المشكلة خطيرة ولا زالت الظروف قائمة، فقد يرغب المستأجرون في التواصل مع مسؤول الصحة في المدينة ([www.HealthVermont.gov/find-your-THO](http://www.HealthVermont.gov/find-your-THO))، وقد يرغب الموظفون في الاتصال بإدارة السلامة والصحة المهنية في فيرمونت (VOSHA).

## أسئلة متكررة

هل يجب أن أختبر العفن إذا غمرت المياه المنزل أو المبنى؟

لا، اختبار وجود العفن ليس أمرًا ضروريًا ولا نوصي به. إذا غمرت المياه المنزل أو المبنى الخاص بك ولم تتمكن من تجفيفه في غضون فترة تتراوح من 24 إلى 48 ساعة، فافتراض وجود مشكلة نمو العفن لديك.

لماذا عليّ استخدام المياه والصابون في التنظيف؟

إن استخدام المياه والصابون آمن وفعال في الوقت ذاته. لا يوصى في أغلب الأحوال استخدام المطهرات لقتل العفن. يمكن أن يتسبب العفن الميت في التأثير على صحة بعض الناس. في النهاية لا بد من إزالة العفن. أولاً، عليك مسح الأسطح بالمياه والصابون لإزالة العفن. ثم بعد ذلك نظفها باستخدام مكنسة كهربائية مزودة بمرشحات (HEPA) تنقية جسيمات الهواء عالية الكفاءة.

متى يجب تطهير الأسطح في المنزل أو المبنى؟

لا يوصى في أغلب الأحوال استخدام المطهرات لقتل العفن. على الرغم من ذلك، عليك تطهير الأسطح التي لامست مياه الفيضانات. قد تحتاج أيضًا إلى تطهير مواد الأساس المسامية أو مواد الأساس التي تحتوي على الشقوق والتصدع (على

سبيل المثال، الأحجار أو الجدران أو الخرسانة) لقتل العفن الذي لا يمكنك إزالته عن طريق التنظيف فقط. عليك أولاً تنظيف الأسطح بالمياه والصابون. ثم بعد ذلك تطهيرها باتباع الخطوات التالي في السؤال التالي.

إذا احتجت إلى تطهير الأسطح، ما أنواع المطهرات التي يجب علي استخدامها؟  
إن أمكن، اختر المطهر الذي يحتوي على مكونات نشطة أكثر أماناً، مثل بيروكسيد الهيدروجين وحامض الستريك والإيثانول أو حمض اللبنيك بدلاً من استخدام المبيضات. تأكد من اتباع جميع الإرشادات المدونة على ملصق المنتج واحرص على ارتداء ملابس واقية بما في ذلك أغطية الوجه من نوع 95-N والقفازات والنظارات. [تعرف على المزيد عن مواد التطهير الأكثر أماناً.](#)

كيف يمكنني منع نمو أي عفن في المستقبل مع العلم أن الطابق السفلي لدي عادة معرض للرطوبة؟  
إن منع مشاكل المياه والرطوبة في المنزل أو المبنى هو المفتاح لمنع نمو العفن في المستقبل. في الطوابق السفلية الرطبة، قد تكون الاستعانة بمزيل الرطوبة بين 30 و50٪ أمرًا مفيدًا. قد تحتاج الطوابق السفلية الرطبة أو شديدة الرطوبة إلى تركيب نظام مياه أو صرف. استشر مختصًا لمناقشة أفضل نظام للمنزل أو المبنى.

للحصول على المزيد من المعلومات، تفضل بزيارة

[www.HealthVermont.gov/Flood](http://www.HealthVermont.gov/Flood)