



## سلامة الهواء داخل الأماكن المغلقة وفيروس كوفيد-19

يمكن للتجمعات في الأماكن المغلقة أن تزيد من خطر انتشار فيروس كوفيد-19. ومع ذلك، قد يحتاج بعض الأشخاص لقضاء بعض الوقت في أماكن مغلقة كجزء من عملهم. هناك خطوات يجب اتباعها يمكن أن تقلل من خطر انتشار فيروس كوفيد-19 في هذه البيئات.

### الخطوات التي يجب على الجميع اتباعها

- ارتدِ كمامة وجه.
- راقب مسافة التباعد الخاصة بك - ابتعد عن الآخرين بمسافة 6 أقدام على الأقل في كل الأوقات.
- اغسل يديك بالماء والصابون كلما لزم الأمر.
- لا تلمس وجهك إلا بعد غسل يديك مباشرةً.
- احرص على السعال أو العطس في ثنية كوعك أو في منديل/ثوب. اغسل يديك إذا استخدمت منديلًا/ثوبًا. احرص على عدم السعال أو العطس في كمامة الوجه الخاصة بك إذا استطعت القيام بذلك.

### الخطوات التي يمكن لأصحاب العمل وأصحاب المباني اتباعها

- استخدم حركة الهواء الطبيعي (أي فتح النوافذ والأبواب) لتحريك الهواء الخارجي في الداخل عندما تسمح الظروف البيئية ومتطلبات البناية بذلك.
  - لا تفتح النوافذ والأبواب إذا كان ذلك يشكل خطرًا على سلامة أو صحة الشاغلين، بمن فيهم الأطفال (مثل خطر السقوط أو استنشاق الملوثات البيئية الخارجية مثل أول أكسيد الكربون أو الأعفان أو حبوب لقاح النباتات).
- وعندما لا يكون من الممكن تحريك الهواء الطبيعي بشكل كافٍ، يمكن لأصحاب العمل وأصحاب المباني اتباع خطوات لتحسين تهوية المباني بالتشاور مع أخصائي التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC)، استنادًا إلى الظروف البيئية المحلية.
  - اعمل مع أخصائي التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC) لتحسين نظام المبنى الخاص بك.
    - ♦ تأكد من أن الفلاتر في حالة عمل جيدة وأن النظام يتلقى صيانة منتظمة.
  - ارفع تنقية الهواء قدر الإمكان دون الحد بشكل كبير من تدفق الهواء الخاص بالتصميم (MERV-13 أو أفضل).
  - افحص نظام التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC) لضمان ضبط الفلتر بشكل مناسب وابتعد عن طرق لتقليل تجاوز الفلتر.

- ♦ ارفع النسبة المئوية للهواء الخارجي (على سبيل المثال، باستخدام أوضاع الاقتصاد من الطاقة لعمليات التدفئة والتهوية وتكييف الهواء) بنسبة تصل إلى 100% لزيادة إدخال الهواء النقي. ومع ذلك، لا تستخدم الهواء الخارجي خلال فترات دخان حرائق الغابات.
- ♦ ارفع إجمالي إمدادات تدفق الهواء إلى الأماكن المأهولة، إن أمكن.

■ لا تستخدم المراوح لتبريد الفضاءات العامة المغلقة.

- ♦ تقوم المراوح بإعادة تدوير الهواء، الشيء الذي من شأنه نشر الجراثيم عبر الفضاء المغلق. المراوح مقبولة إذا تم استخدامها داخل منزل حيث يوجد اتصال منتظم من قبل أفراد الأسرة.
- ♦ إذا كان يجب استخدام المراوح، فاعمل مع أخصائي التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC) لتثبيت المراوح بحيث لا يتم توجيه الهواء من مساحة عمل شخص ما إلى مساحة عمل شخص آخر.

■ اعمل مع أخصائي التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC) لخلق حركة الهواء من المناطق النظيفة إلى المناطق غير النظيفة.

■ اجعل الموظفين يعملون في مناطق التهوية «النظيفة» التي لا تشمل المناطق الأكثر خطورة مثل منطقة استقبال الزوار أو مرافق التمارين الرياضية (إذا كانت مفتوحة).

- استخدم أنظمة مراوح/تنقية الهواء من الجسيمات المحمولة عالية الكفاءة (HEPA) لتحسين تنقية الهواء (خاصة في المناطق عالية الخطورة). وينبغي أن يتم ذلك تحت إشراف أخصائي التدفئة والتهوية وتكييف الهواء (HVAC) لتقليل مخاطر توجيه الهواء من شخص إلى آخر.

● تأكد من أن مراوح العادم في مرافق المراحيض شغالة وتعمل بكامل طاقتها عندما يكون المبنى مأهولاً.

● بمساعدة أخصائي، فكر في استخدام وحدة التحكم في القنوات/الهواء المثبتة، الحجرة العلوية، و/أو الأجهزة المحمولة للفضاء على الجراثيم بالأشعة فوق البنفسجية (UVGI) في الفضاءات المأهولة عالية الكثافة.

● لتقليل خطر الإصابة بمرض Legionnaire (ليجيونير)، اتبع توصيات هيئة الصحة بولاية أوريغون بخصوص هذا الموضوع من أجل إعادة الفتح.

## لمزيد من المعلومات، يُرجى الرجوع إلى

● معلومات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) عن فيروس كوفيد-19 موجهة لصاحب العمل بخصوص مبانى المكاتب

● وثيقة التثبيت التابعة للجمعية الأمريكية لمهندسي التدفئة والتبريد وتكييف الهواء (ASHRAE) بشأن الرذاذ الجوي المعدى

● إرشادات هيئة الصحة بولاية أوريغون فيما يخص إعادة فتح أنظمة مياه المباني بعد إيقاف التشغيل لفترات طويلة

## للإبلاغ عن خطر

إذا لاحظت وجود خطر في مكان العمل، يمكنك تقديم شكوى من خلال إدارة السلامة والصحة المهنية (OSHA) التابعة لولاية أوريغون باللغة الإنجليزية أو الإسبانية على موقع OSHA.

**إمكانية الوصول:** بالنسبة للأفراد ذوي الإعاقات أو الأفراد الذين يتحدثون لغة أخرى غير الإنجليزية، يمكن أن توفر هيئة صحة أوريغون مستندات بتنسيقات بديلة مثل اللغات الأخرى أو المطبوعة بالأحرف الكبيرة أو طريقة برايل أو التنسيق الذي تفضله. يُرجى الاتصال بـ Mavel Morales على الرقم 1-844-882-7889، الهاتف النصي 711، أو عبر البريد الإلكتروني [OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us](mailto:OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us).