



Tilmaamaha Tayada Hawada iyo Hawlaha Bannaanka ee loogu talagalay Dhallaanka, Carruurta iyo Dhallinyarada

Qiyaasta Tayada Hawada (AQI) ee degaanka ka fiiri dhanka internet-ka oo bannaanka baaritaan ka samee adiga oo indhahaaga isticmaalaya 'visual inspection'. Xaaladaha tayada hawadu si dhaqso ah ayay isku beddeli karaan. Macluumaadka AQI barbardhig muuqaalka degaankaaga. Isticmaal AQI iyo muuqaal u dhigma xaaladaha laga dooranayo safka wax laga akhrinayo. Haddii AQI iyo muuqaalka degaanku aysan isku dhigmin, ka digtoonow oo dooro ka ugu daran. Isticmaal tilmaamaha la raacayo si loo go'aamiyo heerka hawsha oo loo yareeyo soo gaarista qiiqa ee gaarsiisan heerarka tayada hawada oo kala duwan. Si kastaba ha ahaatee, haddii ilmuhu qabo qorshaha neefta, waa in ay si dhow ula socdaan. Waa in ay sidoo kale la socdaan neefsashadooda iyo soo gaarista qiiqa dabka kaynta. Qof kasta oo dareemaya astaamuhu waa in uu la xiriiraa daryeel bixiye caafimaad si uu u helo talo dheeraad ah. Waa in ay wacaan 911 haddii ay dhacdo xaalad degdeg ah.

Qiyaasta Tayada Hawada	Qiyaasta Wax Aragga	Hawlaha bannaanka ee gaaban 15 daqiiqo –1 saac	Hawlaha bannaanka ee dhexdhexaadka ah-dheer 1 saac–2 saacadood	Hawlaha bannaanka ee dheer In ka badan 2 saac
Wanaagsan	In ka badan 5 mayl oo aan lahayn ceeryaamo hawada ku jirta	Waa maalin aad ugu wanaagsan in bannaanka la aado!	Waa maalin aad ugu wanaagsan in bannaanka la aado!	Waa maalin aad ugu wanaagsan in bannaanka la aado!
Dhexdhexaad ah	5–15 mayl oo leh ceeryaamo hawada ku jirta	Waa maalinta ku wanaagsan in bannaanka la aado. <ul style="list-style-type: none"> Kuwa aan sida caadiga ahayn u nugul wasakhda hawada ka fiiri astaamaha lagu garto ee neefta oo qofka ku dhagta ama qufac. 	<ul style="list-style-type: none"> La soco kuwa aan sida caadiga ahayn u nugul wasakhda hawada. Fiiri astaamaha lagu garto ee neefta oo qofka ku dhagta ama qufac. Yaree ama jooji hawsha la qabanayo haddii astaamuhu soo baxaan. 	<ul style="list-style-type: none"> La soco kuwa aan sida caadiga ahayn u nugul wasakhda hawada. Fiiri astaamaha lagu garto ee neefta oo qofka ku dhagta ama qufac. Kordhi wakhtiga nasashada, yaree dadaalka loo baahan yahay ama u samee beddel hadba sida loogu baahdo. Yaree ama jooji hawsha la qabanayo haddii astaamuhu soo baxaan.
Kooxaha nugul ee aan caafimaadka qabin	3–5 mayl	Waa maalin CAADI ah in bannaanka la aado. <ul style="list-style-type: none"> U oggolow kuwa u nugul wasakhda hawada in ay joogaan gudaha haddii ay rabaan. 	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha gee hawlaha la qabanayo ee loogu talagalay kuwa u nugul wasakhda hawada. Hawlaha bannaanka laga qabanayo ku soo koob kuwo fudud ama u wareeji gudaha. Kordhi wakhtiga nasashada ama samee beddel. La soco astaamaha oo yaree ama jooji hawlaha la qabanayo haddii astaamuhu soo muuqdaan. 	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha gee hawlaha la qabanayo ee loogu talagalay kuwa u nugul wasakhda hawada. Hawlaha la qabanayo ku soo koob kuwo fudud ama u wareeji gudaha ama meel ammaan ah. Kordhi wakhtiga nasashada ama samee beddel. La soco astaamaha oo yaree ama jooji hawlaha la qabanayo haddii astaamuhu soo muuqdaan.
Caafimaad aheyn	1–3 mayl	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha ku hay kuwa u nugul wasakhda hawada sida ugu suurtagalsan. Gudaha gee hawlaha la qabanayo oo dhan ee loogu talagalay kuwa u nugul wasakhda hawada. Kuwa aan u nuglayn, ku soo koob kaliya hawlaha fudud oo bannaanka laga qabanayo. 	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha gee hawlaha la qabanayo oo dhan ee loogu talagalay kuwa u nugul wasakhda hawada. Kooxaha aan wax u nuglaanshaha lahayn 'sensitivities': <ul style="list-style-type: none"> Tixgeli in aad gudaha geyso hawlaha la qabanayo oo dhan. Dhammaan soo koob hawlaha fudud oo gudaha laga qabanayo. Kordhi wakhtiga nasashada ama samee beddel. 	Si adag u tixgeli in aad sameyso mid ka mid ah kuwani: <ul style="list-style-type: none"> Jooji dhacdada. Gudaha gee dhacdada. Dib u dhig dhacdada. Dhacdada gee meel leh tayada hawada oo wanaagsan.
Caafimaad aad ah lahayn ama halis ah	1 mayl ama ka yar	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha ku hay kooxaha oo dhan. Haddi ay jirto koox WAA INAY bannaanka noqotaa: <ul style="list-style-type: none"> Hawlaha oo dhan ku soo koob kuwo fudud. Kordhi wakhtiga nasashada, yaree dadaalka loo baahan yahay ama samee beddel. 	<ul style="list-style-type: none"> Gudaha gee hawlaha la qabanayo oo dhan. 	Samee mid ka mid ah kuwa soo socda: <ul style="list-style-type: none"> Jooji dhacdada. Gudaha gee dhacdada. Dib u dhig dhacdada. Dhacdada gee meel leh tayada hawada oo wanaagsan.

La soco astaamaha Wasakhda hawadu waxay uga sii dari kartaa xaaladaha wadnaha iyo sambabka. Waxay keeni kartaa qufac, neefta oo qofka ku dhagta, hinraagid iyo laabta oo adkaata. Xataa kuwa aan lahayn xaaladahani caafimaad waxay yeelan karaan astaamo marka ay jirto wasakhda hawada oo heerkoodu sarreeyo. Kuwa qaba neeftu waa in ay raacaan Qorshahooda Waxka qabashada Neefta. Tani waxay ka caawin doontaa in ay go'aan ka gaaraan haddii ay u baahan yihiin in ay qaataan tallaabooyin gaar ah oo taxadar. Kuwa qaba neeftu waa in ay haystaan daawada neefta ee samata bixinta 'inhaler' oo diyaar ah. Waa in ay u isticmaalaan sida uu faray daryeel bixiyahooda caafimaadku. Qof kasta oo qaba astaamaha wadnaha, neefta ama neefsasho kale waa in uu la xiriiira daryeel bixiye caafimaad. Wac 911 marka ay jirto xaalad degdeg ah. Carruurta aan lahayn xaalado caafimaad waxaa dhici karta in ay dareemaan astaamo sahlan sida madax xanuun iyo cunaha oo xoqniin leh. Cabitaanka biyo badan ayaa wax caawin kara.

Halista sii kordhaysa ee dadka yar yar Dadka yar yar ayaa aad ugu nugul wasakhda hawada marka loo eego dadka waaweyn sababta oo ah habdhiska neefsashada ee ay leeyihiin oo weli soo koraya. Marinkooda hawada ayaa yar. Waxay qaataan hawo badan halkii pound ee miisaanka jirka ahba. Tani gaar ahaan waa mid run ah marka la eego dhallaanka iyo carruurta yar yar. Dadka yar yar ee qaba neefta, cudurka sambabada ama wadnaha, iyo xasaasiyadaha ayay dhici kartaa in ay si gaar ah ugu nugul yihiin wasakhda hawada. Daryeel bixiye caafimaad ayaa bixin kara talo ku saabsan sida looga hortago ama loo daaweeyo astaamaha. U fiirso saadaasha tayada hawada si aad go'aan uga gaarto marka ay tahay in la yareeyo hawlaha carruurta ee da'kasta leh.

Qiyaasta Tayada Hawada Qiyaasta Tayada Hawada (AQI) waxay qiimeysaa tayada hawada. Waxay ku saleysan tahay qiyaasaha hawada oo laga soo ururiyay qalabka hawada lagula socdo ee Waaxda Tayada Deegaanka ee Oregon (DEQ). AQI ayaa kuu sheegi karta sida ay nadiifta ama wasakhda u tahay hawadu iyo heerka uu walwalka caafimaad yahay. Wixii dheeraad ah ee ku saabsan AQI ee Oregon iyo sida loo xisaabiyo AQI, booqo [Tayada Hawada Maanta ee Oregon DEQ](#) ama [Qiyaasta Tayada Hawada ee AirNow](#). Inta lagu jiro xilliga dabka kaynta [Barta Internet-ka ee Qiiqa Oregon](#) waxaa ku jira Khariidadda Dabka iyo Qiiqa oo leh sharciyeyn iyo qalabka wax lagula socdo oo ku meel gaar ah labadoodaba.

Isticmaalka Qiyaasta Wax Aragga Marka lagu daro AQI, waxaad isticmaali kartaa baaritaan kuu gaarka si aad u ogaato xaaladaha hawada ee degaankaaga. Had iyo jeer taxaddar muuji oo iska ilaali in aad aado bannaanka haddii aragtidu kooban tahay. Tani gaar ahaan waa mid run u ah dadka u nugul qiiqa. Si aad u samayso baaritaan adiga oo indhahaaga isticmaalaya:

1. Bannaanka u bax.
2. Ka soo jeeso dhanka qoraxda.
3. Go'aami ilaa xadka masaafada aad wax arki karto adiga oo fiirinaya waxyaabo masaafad la yaqaan kuu jira oo ah maylal. Masaafada wax laga arki karo waa meesha aadan xataa arki karin waxyaabaha aragtida sare leh.

Xasaasiyad/aleerjig Hawada wasakhda ah iyo xasaasiyadu way is dhexgeli karaan si ay astaamaha uga dhigaan kuwo ka sii daran. Si loo yareeyo astaamaha, qaad tallaabooyin carruurta lagaga ilaalinayo wasakhda hawada iyo waxyaabaha aleerjiga/xasaasiyada laga qaado labadoodaba.

Caafimaadka dhimirka Musiibooyinka, oo ay ku jiraan kuwa saameeya AQI ee ka fog musiibada, waxay saameyn karaan caafimaadka maskaxda ee carruurta. Musiibooyinka waxay carqaladeyn karaan sida joogtada ah ee wax loo qabto iyo xiriirada la leeyahay. Xarumaha la Dagaalanka iyo ka Hortagga Cudurka (CDC) waxay leeyihiin qalab iyo ilo lagu caawinayo daryeelka carruurta marka lagu jiro musiibada. Ilahani waxay waalidiinta iyo daryeel bixiyayaasha ka caawiyaan in ay fahmaan [baahiyaha korriinka ee carruurta](#) si [carruurta looga caawiyo in ay la qabsadaan inta lagu jiro ama ka dib musiibada](#).

Maaskaraha iyo qalabka neefsashada Qalabka neefsashadu ee sifeeya haraaga qurubyada ah "particles" ee yar yar kuma yimaadaan iyaga oo leh cabbir loogu talagalay carruurta. Qalabka neefsashada ee cabbirkoodu yar yahay waa cabbirka dadka waaweyn oo aad u yar. Cabbirkani waxaa dhici karta in uu u galo ama si fiican ugu xirmo dhallinyarada 'tweens' iyo dhallinta. Carruurta yar yar ma aha in ay xirtaan qalabka neefsashada ee dadka waaweyn. Si fiican ugu gali maayaan oo ugu xirmi mayaana 'seal'. Talo ka raadso daryeel bixiye caafimaad ka hor inta aan la isticmaalin qalabka neefsashada haddii aad leedahay ilme qaba xaalad caafimaad oo hore u sii jirtay. Shaqaalaha iyo tabarucayaasha da'kasta leh ee ku jira ama goobaha daryeelka carruurta, fadlan fiiri qaybta hoose "Employees and Volunteers".

Tayada hawada ee gudaha Marka tayada hawada ee guduhu tahay mid liidata, waa muhiim in la qaado tallaabooyin lagu wanaajinayo [tayada hawada ee gudaha](#). Tani waxay gacan ka geysan kartaa yareynta waxyaabaha wasakhda keena ee soo gelaya dhismaha. Tixgeli in aad xirto hawo-mareenada bannaanka, adiga oo joogteynaya socodka hawada oo ku habboon, oo xaqiijinaya in sifeeyayaasha hawadu yihiin kuwo diyaar ah oo la heli karo. Wixii macluumaad dheeraad ah, booqo EPA [Dabka keymaha iyo Tayada Hawada ee Gudaha ee Dugsiyada iyo Dhismayaasha Ganacsiga](#). Adeegyada la siiyo carruurta, sida daryeelka carruurta, waxay inta badan ka dhacaan guryaha. Goobahani, waxay u baahan karaan [sameynta meel hawo nadiif ah oo ku taala guriga](#).

Xiritaanka dugsiyada Dugsiga degmada oo kasta ayaa go'aan ka gaara xiritaanka dugsiyada, iyaga oo sida caadiga ah la shaqeynaya waaxda caafimaadka degaanka. Haddii aad hayso wax su'aalo ah oo ku saabsan hawada wasakhda ah iyo caafimaadka, la tasho waaxda caafimaadka ee degaankaaga.

Shaqaalaha iyo tabarucayaasha Dokumentigani beddel uma noqonayo maamulka Oregon (OR) Badbaadada Shaqada iyo Caafimaadka (OSHA). Booqo website-ka OR-OSHA:

- [Bogga mawduuca dabka kaynta](#) ee loogu talagalay xeerarka iyo qalab lagu ilaalinayo shaqaalaha iyo tabarucayaasha caafimaadka inta lagu jiro dhacdooyinka dabka kaynta.
- [Ilaalinta neefsashada](#) oo loogu talagalay khataraha neefsashada (tusaale ahaan, dambaska fulkaanaha).

Ogow: Cidda loo shaqeeyo iyo hay'adaha tabarucayaashu waa in ay isticmaalaan tilmaamahan iyo macluumaadka OR-OSHA si ay u gaaraan go'aanada saameynaya shaqaalaha ama tabarucayaasha, oo ay ku jiraan dhallinyarada tabarucayaasha ah.

Macluumaad dheeraad ah Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan sida qiiqa dabka kayntu uu saameyn ugu yeelan karo caafimaadkaaga, booqo [Website-ka Maamulka Caafimaadka Oregon](#). Wixii la xiriira ilaha wasakhadeed ee kale booqo website-ka [US EPA Air Quality](#). Maamulkaaga degaanka iyo caafimaadka Qabiilka ayay dhici kartaa in ay sidoo kale leeyihiin ilo ay kaga jawaabayaan su'aalaha wasakhda hawada iyo caafimaadka.

Waaxda Caafimaadka Dadweynaha
Badbaadada Caafimaadka, U diyaargarowga iyo Jawaab bixinta
Telefoonka: 971-673-1315
Fax-ka: 971-673-1309

Website-ka OHA: <http://www.healthoregon.org/wildfires>
OHA Facebook: www.facebook.com/OregonHealthAuthority
OHA X: <https://x.com/OHAOregon>

Waxaad heli kartaa dokumentigan oo ku qoran luqaddo kale, far waaweyn, farta dadka indhaha aan qabin wax ku akhriyaan ee braille ama qaabka aad doorbidayso oo lacag la'aan ah. La xiriir Badbaadada Caafimaadka, U diyaargarowga iyo Jawaab bixinta health.security@odhsoha.oregon.gov or 971-673-1315 (codka).
Waan aqbalnaa wicitaanada gudbinta oo dhan.