



اتاق اصناف ایران

اتاق اصناف مرکز استان فارس

شماره سومین حرم اهل بیت (ع)



اتاق اصناف مرکز استان فارس

شماره: ۱۱۰۷۳۷۱۳۳۸
تاریخ: ۱۴۰۵/۲/۲۳
پیوست: ۱
دارنده گواهی:



و اقتصاد مقاومتی در سایه وحدت ملی و امنیت ملی

بسم الله الرحمن الرحیم
کلیه اتحادیه های و مشورم صنایع

سلام علیکم

احتراما" پیوست تصویر نامه شماره ۷/۰۹/۲۲۳۰ مورخ ۱۴۰۵/۲/۱۴ اتاق اصناف ایران منضم به مکاتبات شماره ۱۰۵/۲۳ مورخ ۱۴۰۵/۲/۲ و ۱۰۵/۱۹ مورخ ۱۴۰۴/۱/۳۱ مشاور محترم وزیر و رئیس دبیر خانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی با موضوع فعالیت های مدیریت تغذیه در بحران (جنگ) و راهنمای سلامت هوا در شرایط جنگی ارسال میگردد . مقتضی است جهت ارتقای آمادگی و پاسخ موثر در شرایط اضطرار ، نسبت به اطلاع رسانی به اعضاء تحت پوشش اقدام

فرمائید ۲/۲۱

حجت جوانمردی
رئیس اتاق اصناف مرکز استان فارس

رونوشت :

امور اتحادیه ها برای اطلاع .

از طرف محمد صادق مروجی

(اقتصاد مقاومتی در سایه وحدت ملی و امنیت ملی)

رؤسای محترم اتاق های اصناف سراسر کشور

موضوع: راهنمای مدیریت تغذیه / سلامت هوا در بحران جنگ

با سلام و احترام

گرمی با عنایت به شرایط بحران و جنگ تحمیلی سوم، به منظور امنیت غذایی و ذخیره سازی مناسب و توزیع عادلانه همراه با حفظ ارزش غذایی و همچنین مراقبت از سلامت عمومی و مدیریت مواجهه با ذرات معلق و غبارهای سمی ناشی از تخریب سازه ای و انفجار در دوران جنگ، به پیوست مکاتبات دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی به شماره ۱۰۵/۲۳ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۰۲ و نامه شماره ۱۹/۱۹۰۵ مورخ ۱۴۰۵/۰۱/۲۱ جهت ارتقای آمادگی و پاسخ موثر در شرایط اضطرار و اطلاع رسانی به کلیه واحدهای ذیربط ارسال می گردد.

قاسم نوده فرامانی

مهندس محمد نوده فرامانی

امورای ریج ۲۴

اتاق اصناف مرکز استان فارس	
« انوماسیون اداری »	
شماره:	۱۱۰۷۳/۱۲۶۶
تاریخ:	۱۴۰۵/۲/۲۰

رونوشت:

جناب آقای دکتر امامی رضوی مشاور محترم وزیر و رئیس دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی بازگشت به مکاتبات فوق الذکر

جناب آقای دکتر بهرامیان سرپرست دبیرکل محترم اتاق اصناف ایران
دبیرخانه اتاق اصناف ایران

تهران، خیابان قائم مقام فرامانی میدان شعاع، اول خیابان گلر
مندوق پستی: ۱۵۸۷۵-۵۱۶۴ کد پستی: ۳۱۱۱۱

۸۸۳۴۵۹۶۱-۹
۸۸۳۴۵۹۷۶

غن: ۸۸۳۴۵۹۶۱
ورنگار: ۸۸۳۴۵۹۷۶

برخط



کتابخانه ملی
سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
جمله آقای دکتر محمد علی باقری، مسئول دفتر امور علمی و پژوهشی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران

پروژه ملی کتابخانه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران

پروژه ملی کتابخانه ملی

مطالعه و تحقیق در تاریخ ایران و جنگ انقلاب ملی ایران و نقشه جامع ملی
کتابخانه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران
نقشه ملی، سازمان اسناد و کتابخانه ملی، جمهوری اسلامی ایران

دکتر محمد علی باقری
سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران
کتابخانه ملی

جنوبی ایشیائی
وزارت بهداشت و ان تھو پرس



دیر خند شورای ملی
سلامت و امنیت غذائی

تاریخ: ۱۳۰۱/۰۱/۰۱.....

..... هست؛ دارد

سرکار خانم دکتر معصومه معارف‌وند- عضو محترم هیئت علمی گروه آموزشی مددکاری اجتماعی و مسئول دبیرخانه سلامت دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی

جناب آقای دکتر سیدمرتضی میریان- معاون محترم مدیرکل سرمایه انسانی و مسئول دبیرخانه سلامت وزارت امور خارجه جمهوری اسلامی ایران

سرکار خانم خدیجه پوسلی آذر- کارشناس محترم حوزه بازنشتگی و تخلفات و مسئول دبیرخانه سلامت سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

سرکار خانم فبروه جلالی- کارشناس محترم اقتصادی-برنامهریزی و مسئول دبیرخانه سلامت اتاق اصناف ایران

جناب آقای مرچی محرابی- مسئول محترم دبیرخانه سلامت سازمان اداری و استخدامی کشور

موضوع: راهنمای سلامت هوا در شرایط جنگی

با سلام و احترام

همانطور که مستحضرید، آلودگی هوا به ویژه در شرایط بحران و جنگ، تهدیدی جدی برای سلامت عمومی محسوب می شود و ضرورت توجه در این خصوص امری حیاتی است. لذا عطف به نامه شماره ۳۰/۲۲۰۹۶ د مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۱۹ معاونت محترم بهداشت درخصوص سلامت هوا در شرایط جنگی و با توجه به ضرورت تسریع در اطلاع رسانی به پیوست "راهنمای مراقبت از سلامت عمومی و مدیریت مواجهه با ذرات معلق و غبارهای سمی ناشی از تخریب سازه ای و انفجار در دوران جنگ" جهت استحضار و بهره برداری در آن حوزه ارسال می گردد.

دکتر سید حسن امامی رضوی
مشاور وزیر و رئیس دبیرخانه
شورای عالی سلامت و امنیت غذایی

درونوشت:

✓ جناب آقای دکتر محمد اسماعیل مطلق، معاون محترم دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی.

شهرک قدس، خیابان سبحای ایران، بین فلامک و زرافشان، ستاد مرکزی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
 بلوک C طبقه ۱۴ - تلفن: ۸۱۴۵۲۹۷۰ - نمابر: ۸۱۴۵۳۰۰۴
 نشانی پست الکترونیک: Salam@behdasht.gov.ir

شماره: ۳۰۰/۲۲۰۹۶

تاریخ: ۱۴۰۴/۱۲/۱۹

پیوست: دارد

«سرمایه گذاری برای تولید»
(مقام معظم رهبری)



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



رئیس/سرپرست محترم دانشگاه/دانشکده های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سراسر...
موضوع: راهنمای سلامت هوا در شرایط جنگی

با سلام و احترام

آلودگی هوا، به ویژه در شرایط بحران و جنگ، تهدیدی جدی برای سلامت عمومی محسوب می شود و ضرورت توجه در این خصوص امری حیاتی است. از آنجایی که این آلودگی با آلودگی فصل سرد سال متفاوت است، لذا "راهنمای مراقبت از سلامت عمومی و مدیریت مواجهه با ذرات معلق و غبارهای سمی ناشی از تخریب سازه های و انفجار در دوران جنگ" توسط مرکز سلامت محیط و کار این معاونت تدوین گردیده است که به پیوست ارسال می شود. شایسته است دستور فرمایید اقدام لازم جهت بهره برداری و اطلاع رسانی مناسب از آن معمول گردد.

دکتر علیرضا رئیسی
معاون بهداشت

رونوشت:

جناب آقای دکتر سیدسجاد رضوی معاون محترم درمان
معاونین محترم بهداشت دانشگاه/دانشکده های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کشور: جهت استحضار و بهره برداری
جناب آقای دکتر حسین کرمانپور رئیس محترم مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی: جهت استحضار و دستور مقتضی
جناب آقای دکتر شهرام رفیعی فر سرپرست محترم دفتر آموزش و ارتقاء سلامت: جهت آگاهی و دستور مقتضی
جناب آقای مهندس فرهادی رئیس محترم مرکز سلامت محیط و کار: جهت آگاهی
سرکار خانم مریم شاه پرست دبیرخانه حوزه ریاست دانشکده ع پ و خ ب د شرق هرمزگان

آدرس: شهرک قدس - بلوار فرحزادی - خیابان ایوانک - وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی - بلوک A - طبقه ۱۵
کد پستی: ۱۴۶۷۶۶۴۹۶۱ نمابر: ۸۱۴۵۴۳۵۷ صفحه الکترونیکی معاونت بهداشت: <http://Health.behdasht.gov.ir>



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشت

مرکز سلامت محیط و کار

راهنمای مراقبت از سلامت عمومی و مدیریت مواجهه با
ذرات معلق و غبارهای سمی ناشی از تخریب سازه ای و
انفجار در دوران جنگ

نسخه اول - اسفند ماه ۱۴۰۴

مرکز سلامت محیط و کار



فهرست مطالب

عنوان	صفحه
۱. ایمن سازی محیط مسکونی.....	۱
۲. مدیریت غبار تخریب.....	۳
۳. خودمراقبتی و مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر.....	۳
۴. تجهیزات حفاظت فردی.....	۴
جدول ۱. کلاس‌های حفاظتی ماسک مطابق رفرنس NIOSH.....	۴
جدول ۲. کلاس‌های حفاظتی ماسک به تفکیک آلاینده مطابق رفرنس OSHA.....	۴
جدول ۳. کلاس‌های حفاظتی ماسک برای مقابله با آلاینده‌های گازی و شیمیایی.....	۵
۵. حمایت بیولوژیک و رژیم غذایی مناسب.....	۶
۶. اقدامات فوری پس از مواجهه.....	۶
منابع.....	۸

مقدمه اجرایی

وقوع انفجارها و تخریب سازه‌های شهری در جریان جنگ، منجر به آزادسازی حجم انبوهی از آلودگی هوا می‌گردد. آلودگی ناشی از انفجارها با آلودگی هوا در فصول سرد سال متفاوت است. این آلودگی می‌تواند حاوی ترکیبات زیر باشد:

- ذرات معلق بسیار ریز $PM_{2.5}$ و کمتر که مستقیماً وارد جریان خون می‌شوند.
- فلزات سنگین نظیر سرب، جیوه و کادمیوم و... ناشی از مهمات.
- ترکیبات آلی فرار (VOCs) ناشی از احتراق ناقص مواد شیمیایی.
- آزبست و غبار سیمان ناشی از تخریب ساختمان‌ها که باعث التهاب شدید ریه می‌شود.

این آلاینده‌ها توانایی ایجاد عوارض تنفسی حاد و مزمن را دارند و بر این اساس تأکید می‌شود در شرایط جنگی جز برای موارد ضروری از منزل خارج نشوید و حتی الامکان از تردد به صورت پیاده خودداری نمایید.

این راهنما، پروتکل‌های حفاظتی را در چهار سطح محیطی، فردی، بیولوژیک و مراقبتی تبیین می‌نماید.

۱. ایمن سازی محیط مسکونی

در زمان وقوع انفجار، امن‌ترین مکان، داخلی‌ترین اتاق ساختمان است. اقدامات زیر جهت ایمن سازی محیط مسکونی توصیه می‌شود:

- مسدودسازی معابر هوا (عایق‌بندی مکانیکی): تمامی منافذ با نایلون‌های پلی‌اتیلن (ضخامت بالای ۱۰۰ میکرون یا نایلون ۱۰) و چسب‌های پهن مسدود شوند.
- مدیریت تهویه و فشار هوا: کولرهای آبی، فن‌های سانتریفیوژ و هود آشپزخانه را کاملاً خاموش کنید. خاموش نمودن تمامی سیستم‌های مکنده برای جلوگیری از ایجاد فشار منفی و ورود آلاینده به داخل است. در زمان انفجارهای با آلاینده‌گی بالا باید از هر نوع تهویه طبیعی یا مکانیکی هوا خودداری گردد. همچنین مراکز و موسسات دارای سیستم هواساز نسبت به روزرسانی فیلترها اقدام نمایند.
- تصفیه هوا: اگر دستگاه تصفیه هوا دارید، آن را در حالت حداکثری قرار دهید. فیلترهای هپا و کربن فعال سد دفاعی مناسبی در برابر ذرات میکرونی و بوهای شیمیایی هستند.

➤ کنترل گرد و غبار: از جاروبرقی معمولی استفاده نکنید (ذرات ریز را از فیلتر پشتی خارج و در هوا معائن می‌کند). فقط از تی کشی خیس و دستمال مرطوب استفاده کنید.

➤ خنثی‌سازی شیمیایی: استفاده از لایه‌های نخی مرطوب با محلول ۵٪ بی‌کربنات سدیم (جوش شیرین) در مبادی نشت احتمالی جهت خنثی‌سازی گازهای اسیدی ناشی از احتراق مهمات.

➤ برای جلوگیری از آلودگی مواد غذایی و آب آشامیدنی استفاده از پوشش مناسب برای مواد غذایی آماده مصرف ضروری است. مواد غذایی قبل از نگهداری در یخچال از ذرات و گرد و غبار زدوده شوند.

نکته: در صورتی که انفجارها همزمان با زمان بارندگی باشند، علاوه بر موارد یاد شده، رعایت موارد ذیل توصیه می‌شود.

➤ در صورتی که در مجاورت محل‌های انفجار هستید، در زمان بارندگی و تا زمانی که دود و آلاینده‌گی از بین نرفته است از بازکردن پنجره‌ها خودداری نمایید. اگر شیشه‌ها دچار شکستگی شد از ماسک‌های N95, FFP2, FFP3 (یا مطابق جداول زیر) استفاده کنید.

➤ برای پاک‌سازی شیشه‌های شکسته، گرد و خاک و آلاینده‌گی روی سطوح از دستکش مناسب و ماسک مطابق جداول همین راهنما استفاده نمایید.

➤ پس از قطع شدن باران، از منزل خارج نشوید؛ زیرا تبخیر قطرات اسیدی از روی زمین گرم یا سطوح، غلظت سموم در هوای تنفسی را تا چندین برابر افزایش می‌دهد (صبر کنید تا هوا کاملاً ساکن شده یا توسط باد جابه‌جا شود).

➤ اگر در تراس یا حیاط خانه مواد غذایی (مثل ترشیجات، برنج یا نان) دارید، حتی اگر در بسته هستند، پیش از انتقال به داخل خانه ابتدا ظرف آن‌ها را با دستکش و دستمال مرطوب کاملاً پاک کنید.

➤ پس از اتمام دوره بارش، بینی و گلوی خود را با محلول رقیق نمکی (سرم شستشو) غرغره کنید (این کار باعث دفع ذرات دوده نفتی معلق در هوا که به مخاط چسبیده‌اند، می‌شود).

۲. مدیریت غبار تخریب

غبار ناشی از تخریب بتن حاوی سیلیس کریستالی و آزیست است که طبق پروتکل WHO، روش برخورد با آن متفاوت است:

- عدم نظافت خشک: هرگونه استفاده از جارو یا دمنده‌های هوا اکیداً ممنوع است. نظافت سطوح صرفاً باید به روش Wet Method (تی کشی خیس) انجام شود.
- پایداری آلاینده: ذرات PM_{2.5} ناشی از تخریب تا ۷۲ ساعت پایداری جوی دارند؛ لذا بازگشایی منافذ تا ۳ روز پس از فرونشست ظاهری غبار مجاز نیست.

۳. خودمراقبتی و مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر

- اطفال و نوزادان: به دلیل قانون رسوب ذرات سنگین در سطح زمین، نوزادان باید حداقل در ارتفاع بالای ۵۰ سانتی‌متری از کف اتاق نگهداری شوند. بهتر است نوزادان را در گهواره‌های بلند قرار دهید و از سینه خیز رفتن آن‌ها روی فرش جلوگیری کنید.
- زنان باردار: جفت قادر به فیلتر کردن بسیاری از فلزات سنگین نیست. فلزات سنگین (سرب و جیوه) موجود در غبار جنگی، پتانسیل عبور از سد جفتی را دارند. محافظت تنفسی در این گروه باید با ماسک‌های بدون دریچه انجام شود. زنان باردار باید در محیطی با رطوبت کنترل شده بمانند و از هرگونه استرس فیزیکی که نرخ تنفس را بالا می‌برد پرهیز کنند.
- بیماران قلبی-عروقی و سالمندان: افزایش غلظت خون ناشی از آلودگی، ریسک تشکیل لخته را بالا می‌برد. لذا هیدراتاسیون (نوشیدن آب کافی) الزامی است.
- عدم استعمال دخانیات در فضای داخل خانه: اشتیاق دود ناشی از دخانیات به همراه آلودگی هوای ناشی از انفجار، آسیب‌های بیشتری بر بدن وارد می‌نماید. استعمال دخانیات به ویژه قلیان به علت حجم دود بسیار زیاد شرایط بسیار دشوارتری را برای سیستم قلبی-ریوی فرد سیگاری و افراد مجاور او ایجاد می‌نماید.
- در صورت بروز علائمی مانند سوزش شدید مجاری تنفسی، سرفه خشک مداوم یا تاری دید، در اسرع وقت به مراکز درمانی مراجعه کنید و یا با پزشک مشورت نمایید.

۴. تجهیزات حفاظت فردی

➤ در مواجهه با گرد و غبار تخریب، استفاده از ماسک‌های با راندمان فیلتراسیون بالا الزامی است. ماسک‌های جراحی ساده فاقد توانایی فیلتراسیون ذرات میکرونی هستند. در جداول ذیل، کلاس‌های حفاظتی ماسک بر اساس منابع مختلف ذکر می‌گردد:

جدول ۱. کلاس‌های حفاظتی ماسک مطابق رفرنس NIOSH

ردیف	کلاس ماسک	راندمان فیلتراسیون	نوع آلاینده	ملاحظات
۱	FFP1	حداقل ۸۰٪ ذرات	غبارهای ساختمانی درشت، گرده، سیمان	برای غبار ناشی از تخریب اولیه (آوار) مفید است اما در برابر دود سمی کارایی ندارد
۲	FFP2/N95	حداقل ۹۴٪ تا ۹۵٪ ذرات	ذرات معلق PM _{2.5} ، غبارهای سمی، ویروس‌ها، باکتری‌ها	برای حفاظت عمومی در برابر ریزگردهای ناشی از انفجار و تخریب سازه
۳	FFP3/N99	حداقل ۹۹٪ ذرات	ذرات بسیار ریز رادیواکتیو، آزیست، دوده غلیظ نفت	مناسب برای افرادی که در کانون انفجار یا در مجاورت مستقیم دوده نفت قرار دارند

جدول ۲. کلاس‌های حفاظتی ماسک به تفکیک آلاینده مطابق رفرنس OSHA

ردیف	نوع آلاینده	ماسک مناسب	ملاحظات
۱	ذرات جامد و آئروسول‌های غیرنفثی (سیلیس، آهک، گچ)	FFP2/N95	غبار ناشی از تخریب سازه (آوار و سیمان)
۲	دوده (Soot)، بخارات آلی، اکسیدهای گوگرد و نیتروژن	ماسک‌های دارای لایه کربن فعال	دود ناشی از انفجار انبار نفت و مواد هیدروکربنی

کربن فعال برای جذب بوی، گاز و ترکیبات آروماتیک نفت حیاتی است.				
در این سطح، فیلترهای پارچه‌ای کارایی ندارند و ماده شیمیایی داخل کارتریج باید گاز را خنثی کند.	گاز کلر، دی اکسید گوگرد (SO_2)	ماسک‌های نیم صورت یا تمام صورت با فیلترهای کارتریج دار (رنگ زرد یا زیتونی)	گازهای اسیدی و بخارات شیمیایی (حریق‌های گسترده)	۳

نکته: استفاده از ماسک‌های دارای دریچه در محیط‌های آلوده به دوده چرب نفت، پس از چند ساعت باعث گرفتگی سوپاپ شده و تنفس را دشوار می‌کند. لذا برای عموم مردم در مواجهه با انفجار مخازن نفت، ماسک‌های FFP2 بدون دریچه توصیه می‌شود.

جدول ۳. کلاس‌های حفاظتی ماسک برای مقابله با آلاینده‌های گازی و شیمیایی

ردیف	نوع آلاینده	نوع ماسک	نوع فیلتر	نوع کاربرد
۱	آب‌ساز	A	قهوه ای	گازها و بخارات آلی مانند بنزن، تولوئن، زایلن و مشتقات نفتی معلق در هوا
۲	آب‌ساز	B	خاکستری	گازهای اسیدی و بخارات معدنی به جز CO، مانند گاز کلر، هیدروژن سولفید (H_2S)، سیانید هیدروژن
۳	آب‌ساز	E	زرد	گازهای اسیدی و دی اکسید گوگرد
۴	آب‌ساز	K	سبز	آمونیاک و مشتقات آلی آمونیاک
۵	آب‌ساز	No-P3	آبی - سفید	اکسیدهای نیتروژن و ذرات معلق
۶	آب‌ساز	Hg-P3	قرمز - سفید	بخارات جیوه و ذرات معلق

نکته: در صورت استشمام بوهای غیرعادی، بلافاصله به طبقات بالاتر ساختمان بروید، چرا که اکثر گازهای سمی جنگی از هوا سنگین تر بوده و در گودال ها و طبقات همکف متمرکز می شوند. در صورت مجبوس شدن آلاینده ها در طبقات بالا باز کردن درب ورود به پشت بام جریان هوا به تهویه سریع کمک می نماید.

منابع

۱. CDC: پروتکل‌های Shelter-in-Place در زمان حوادث شیمیایی و انفجاری.
۲. WHO: راهنمای سلامت عمومی در مواجهه با فزات معلق هوایی در مناطق جنگی.
۳. EPA: استانداردهای فیلتراسیون هوا و حفاظت از ریه در برابر فزات $PM_{2.5}$.
۴. پروتکل‌های پدافند غیرعامل علوم پزشکی: در زمینه مقابله با اثرات بیولوژیک و شیمیایی جنگ‌های نوین.