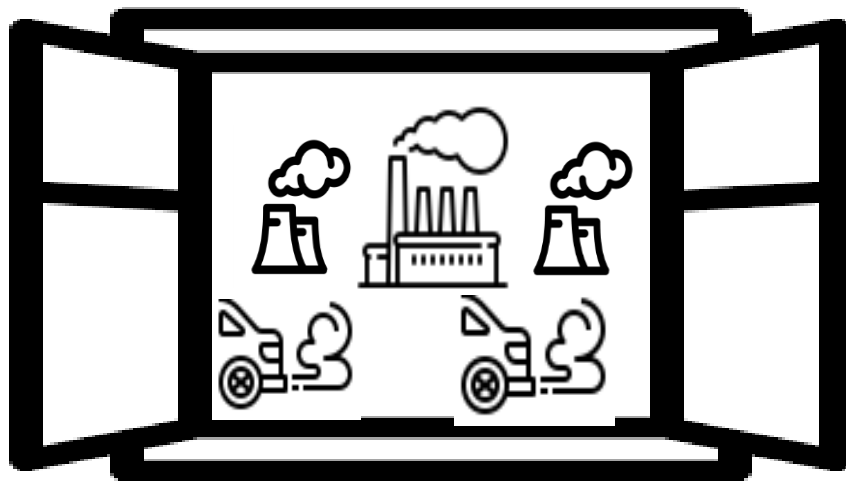


UBORA WA HEWA NDANI YA MAJENGO NI MUHIMU

Marekani, mtu wa kawaida hutumia asilimia 87% wa muda wake ndani ya nyumba na janga hili la COVID-19, idadi hiyo imeongezeka. Je unajua kwamba hewa ya ndani ya nyumba mara nyingi inaweza kuwa imechafuliwa kuliko hewa ya nje kwa sababu ya bidhaa za kawaida za nyumbani na shughuli kama zile zilizoonyeshwa hapo chini? Hii inaweza kera mwili wako na kukufanya kuwa na uwezekano wa kuwa mgonjwa kutokana na virusi kama vile COVID-19 na Homa/mafua.

| <p>Shughuli tunazofanyia ndani (mafusho ya kupika, yasiyokuwa na-HEPA* kusafisha kwa kifyonza vumbi, kusafisha kwa kemikali)</p> | <p>Vifaa vinavyotumiwa kujenga nyumba (rangi, viziba nyufa, vifaa vya kuweka sakafu, vifaa vya kuzuia joto kupotea)</p> | <p>Vifaa ndani ya nyumba zetu (midoli, fanicha, zulia, dawa za kupulizia, manukato)</p> |
|---|--|--|
|  |  |  |

Kutokana na ubaguzi wa mazingira, kufungua dirisha (kwa kawaida ndio njia nzuri ya kupunguza uchafuzi) hili sio chaguo kwa jamii zinazoishi karibu na barabara kuu au shughuli za viwanda. kwa hivyo, ni muhimu kutafuta njia zingine kupunguza uchafuzi wa hewa ndani ya nyumba.



HEPA (High Efficiency Particulate Air) vifyonza vumbi vina chujo ya HEPA ndani yake ili kuzuia vumbi kuenea ndani ya chumba – tofauti na vifyonza vumbi vya kawaida, ambavyo hutoa vumbi ndani ya chumba wakati vinatumika.

HEWA NZURI NDANI NI SAWA NA AFYA NZURI

kuwa na hewa safi ndani ya nyumba yako ni muhimu kwa afya yako. Hewa duni ndani ya nyumba inaweza kusababisha:

Athari za haraka kama:

- Kuwasha kwa macho, mapua na koo
- Maumivu ya kichwa
- Kizunguzungu
- Uchovu
- Dalili kama za baridi au homa



Athari za muda mrefu:

- Saratani
- Magonjwa ya kupumua (kama ugonjwa wa pumu na COPD)
- Ugonjwa wa moyo
- kufanya hali iliyokoya ya kiafya kuwa mbaya zaidi



NI NANI MWEPEZI WA KUATHIRIKA NA HEWA DUNI NDANI YA NYUMBA?

- Watoto wadogo
- Watu wenye magonjwa ya kupumua, ugonjwa wa moyo au magonjwa sugu,
- Watu wenye umri wa zaidi ya miaka 65
- Watu wenye virusi (au wamewahi kuwa na) COVID 19
- Watu wanaokabiliwa na athari ya ubaguzi wa mazingira
- Wanawake wajawazito

WAKATI GANI WA KUTUMIA SANDUKU LA KIYOYOZI LENYE CHUJIO

- Wakati wa siku za moshi wa moto wa mwituni
- Wakati hewa nje ni duni
- Wakati au baada ya shughuli za ndani ya nyumba ambazo zinafanya hewa kuwa duni (mfano., moshi kutokana na kupika)
- Usitumie ukiwa nje ya nyumba au wakati unalala
- Usitumie ikiwa dirisha imefunguliwa



Toa vumbi na kupiga deki mara kwa mara



PLEASE TAKE OFF YOUR SHOES
Toa viatu



Tumia utupu na kichujio cha HEPA



Hakuna bidhaa zenye harufu nzuri kama

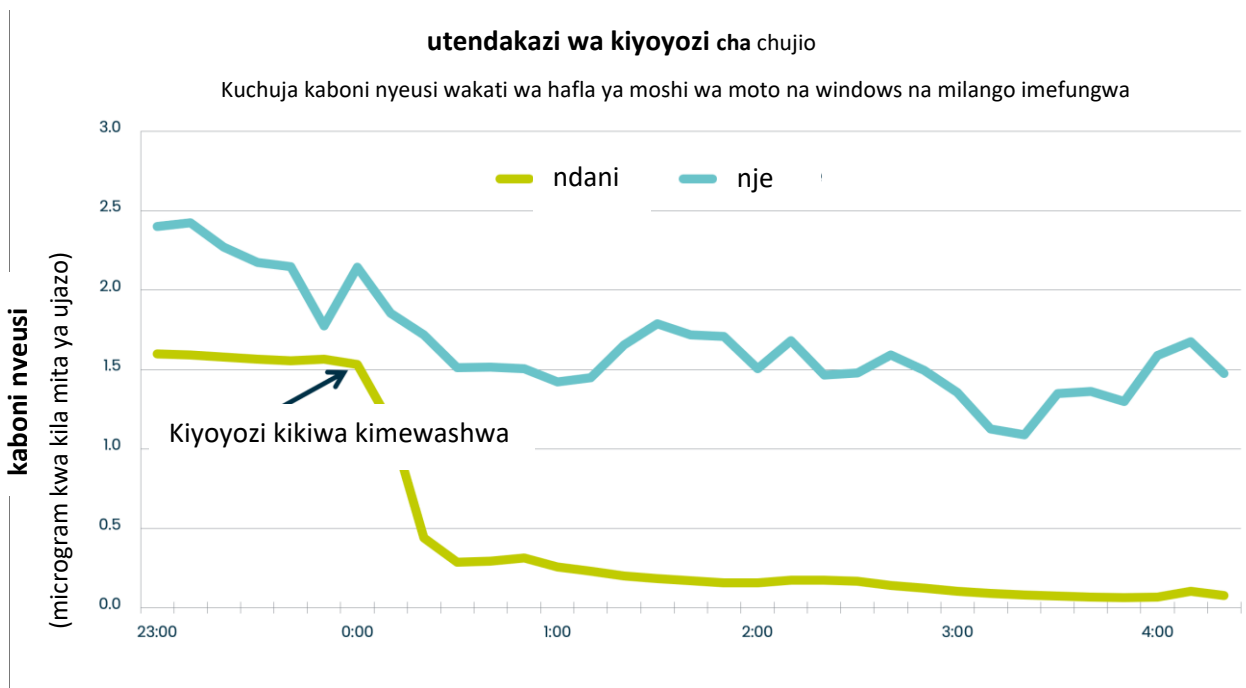
KIYOYOZI CHENYE CHUJIO KINAWEZAS Aidia KUWEKA HEWA NDANI YA NYUMBA YAKO KUWA BORA

Kwa kutumia mfumo wa uchujaji hewa ndani ya nyumba yako, kwa kiasi kikubwa unaweza boresha hewa ndani ya nyumba na kupunguza mfiduo wako.

Njia yenye gharama ya chini ya kusafisha hewa nyumbani ni kwa kutumia kisanduku cha kiyoyozi na chujio cha tanuru. Hizi “chujio” zinaweza chuja chembechembe ndogo ambazo kwa kawaida hupatikana kwa moto ya mwituni au moshi kutoka kwa mbao, pia virusi, ukungu, na vumbi inayotokana na shughuli za kawaida za nyumbani, hivyo kupunguza athari ya uchafuzi wa hewa ndani.



chujio hufyonza hewa kupitia kwa chujio cha tanuru, kunasa vumbi, poleni, na chembechembe nyingine, hewa safi inatokea nje kupitia upande huo mwingine wa kiyoyozi! Puget Sound Clean Air Wakala wa hewa safi wa Puget Sound walipima ufanisi wa chujio hizi na wakapata kuwa zinachangia kwa asilimia 90% katika kupunguza baadhi ya aina za uchafuzi.



KUTOKA KWA MOTO MOTO WA MWITUNI



kutokana na mabadiliko ya anga na athari kutoka kwa mazoea ya usimamizi wa misitu, Moshi kutoka kwa moto ya misitu wakati wa majira ya joto imekua jambo la kawaida katika mkoa wetu.

Hivi viyoyozi vyenye chujio, vikitunzwa kwa chujio safi, vinaweza kusaidia kuunda hewa safi nyumbani kwako wakati wa siku za moshi kutokana na moto ya misitu.

MAAGIZO YA KUTUMIA VIYOYOZI VYENYE CHUJIO

Kifaa hiki cha sanduku ya kiyoyozi kinatoa suluhu ya gharama ya chini inayosaidia kupunguza athari ya moshi kutokana na moto ya misitu. hata hivyo, sanduku ya kiyoyozi hakikutengenezwa kutumika pamoja na chujio cha tanuru ya MERV-13 na usalama wake bado unachunguzwa na maabara ya Underwriter (kampuni ambayo ni mhusika wa tatu ambayo huthibitisha usalama wa bidhaa). Sanduku la kiyoyozi hakina waya au utaratibu ambao utagundua na kuzima iwapo vitapata joto jingi vinapotumiwa baada ya kusakinisha chujio cha tanuru ya MERV-13 kwa sehemu ya kupokea hewa kando ya kiyoyozi..

Wakati hakuna data kuonyesha kuwa hii imekua shida wakati sanduku la kiyoyozi kilicho na chujio kilitumika hapo awali, Hakuna uchunguzi rasmi uliofanywa na hatari ya kupata joto jingi bado inawezekana. Matumizi sahihi na kutunza kuzuri kwa sanduku la kiyoyozi kwa chujio kunapendekezwa sana na mazoea yaliyoorodheshwa hapo chini:



Kiyoyozi chenye chujio lazima kitumike kwa mujibu wa mazoea yafuatayo ya usalama:

- Usiwache sanduku la kiyoyozi/chujio bila kuangaliwa.
- Usitumie wakati unalala au wakati hauko nyumbani. ondoa chujio kabla ulale ikiwa mtiririko wa hewa ni muhimu utulie.
- Zima kiyoyozi kilichoshikanishwa na chujio baada ya kila dakika 30 na uruhusu kifaa kutulia kwa dakika 15 kabla ya kuiwasha tena.
- Tumia kiyoyozi kwa chumba ambacho unakitumia mara nyingi.
- Weka kiyoyozi katikati ya chumba, mbali na ukuta na vitu kubwa. Usiweke kiyoyozi karibu na mahali penye vumbi au eneo chafu kwa sababu kiyoyozi kitapuliza vumbi hewani.
- Funga dirisha na milango yote wakati kiyoyozi kinatumika. kiyoyozi chenye chujio hakiwezi safisha hewa ikiwa uchafu kutoka nje unaingia chumbani.
- kwa usalama wa umeme, usitumie kiyoyozi bafuni au karibu na maji.
- Badilisha chujio kila baada ya miezi 3 au wakati kimechafuka .
- Chujio inapaswa kuwa na “MERV-rating” ya 13 (yenye chujio ya inchi kiyoyozi hiki).
- kiyoyozi kinachotumika hivi kinapaswa kiwe kilinunuliwa baada ya mwaka wa 2012 wakati mashini za kusambaza nguvu ya umeme zilisasishwa ilikupunguza hatari ya kupata joto jingi.
- Weka watoto wachanga mbali na sanduku la kiyoyozi cha chujio.

Kwa kukubali sanduku la kiyoyozi cha chujio, mtumiaji anakubali jukumu la matumizi, matengenezo, na utenda kazi wa sanduku la kiyoyozi cha chujio kilichopokelewa kutoka kwa afya ya umma ya – Seattle na Kaunti ya King.

KUUNGANISHA SANDUKU LA KIYOYOZI CHA CHUJIO

Vifaa vinavyohitajika:



sanduku ya kiyoyozi



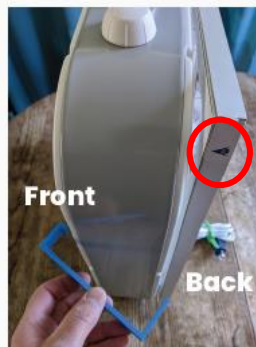
yenye chujio ya inchi 20x20x1
inayofanya na sanduku la
kiyoyozi hiki).



kitengo cha
sanduku

Jinsi ya kuunganisha :

Hakikisha chujio imeunganishwa na sehemu ya nyuma ya kiyoyozi mahali hewa inatiririkia ndani **na kishale kwenye chujio kinaonyesha kuelekea**



Photos above provided by Puget Sound Clean Air Agency.