

## آلودگی هوا و تاثیر آن بر سلامت انسان



هوا یکی از عناصر مهم و ضروری برای ادامه ی حیات انسان است. اهمیت هوا تا آنجاست که بدون هوا حتی امکان ساعتی زندگی برای هیچ موجود زنده ای وجود ندارد. البته، مقصود اصلی ما از

هوا، هوای پاک است همان هوایی که فاقد هرگونه مواد زاید و آلوده کننده باشد . هرچه زمان می گذرد، تعداد روزهای دارای هوای پاک هر سال کمتر از سال قبل می شود چه بسا، تا چند سال آینده تعداد این روزها از انگشتان یک دست نیز کمتر شود . البته ، این انسان است که با افزایش آلودگی هوا بهای سنگینی از جمله: بیماری های مختلف پوستی و تنفسی و انواع سرطان و.... می پردازد.

انسان ها با فعالیت ها و استفاده های نادرست خود از منابع موجود در طبیعت، آلودگی های مختلف محیط زیستی از جمله آلودگی هوا را به وجود آورده اند . آلودگی هوا عبارت است از: وجود یک یا چند ماده ی آلوده کننده در هوا به مقدار و مدتی که به حال انسان ها، موجودات و ساختمان ها مضر باشد. لذا، شناخت و آگاهی نسبت به موضوع مهم آلودگی هوا و خطراتی که این آلودگی، برای سلامت افراد ساکن در مناطق آلوده دارد می تواند سبب کاهش خطرات آن برای انسان شود.



آلودگی هوا از دو منبع ایجاد می‌شود:

(۱) ثابت (کارخانه‌ها، کارگاه‌ها، مراکز

مسکونی، تجاری، مدرسه و مانند آن)

(۲) متحرک: (خودرو، هواپیما، قطار، کشتی)

با پیشرفت تمدن بشری و توسعه‌ی

فناوری، جمعیت رو به افزایش است. در حال حاضر، دنیا با موضوع آلودگی درهوا و زمین مواجه است که زندگی ساکنان کره‌ی زمین را تهدید می‌کند، به طوری که در بیشتر کشورها **حفاظت از محیط زیست** برای دولت‌مردان آن کشور اهمیت فراوانی دارد. امروزه، وضعیت محیط‌زیست به گونه‌ای است که مردم یک شهر یا حتی یک کشور از آثار آلودگی هوا در شهر یا کشور دیگر در امان نیستند.

سال‌هاست که فقط در نیمه‌ی اول سال (بهار و تابستان) آلودگی هوای کمتری داریم ولی در فصل‌های سرد پاییز و زمستان، تعداد روزهای پاک بسیار اندک است و تقریباً همه‌ی ما با آلودگی هوا مانوس شده و زندگی می‌کنیم. مهمترین موضوع شش ماهه‌ی دوم سال، مسئله‌ی مهم **وارونگی دما** می‌باشد.

وقوع وارونگی دما به خودی خود یک پدیده‌ی کاملاً طبیعی است و هیچ خطری برای انسان و جانداران

ندارد. اما امروزه، به خصوص در شهرهای بزرگ و

صنعتی، این پدیده موجب تراکم و افزایش

آلودگی می‌شود علت آن هم روشن است، در

شرایط عادی همواره هوای سرد لایه‌های بالا به

علت سنگینی به سمت پایین حرکت می‌کند و

هوای گرم مجاور زمین به علت سبکی به سمت



بالا می‌رود یعنی در شرایط عادی همواره یک نوع جابه‌جایی عمودی هوا وجود دارد. بنابراین، آلاینده‌هایی که از طرق مختلف وارد هوا می‌شوند، در همان هوای مجاور زمین باقی نمی‌مانند بلکه، از طریق جابه‌جا شدن صعودی هوا در لایه‌های مختلف جو پراکنده می‌شوند. اما، وقتی وارونگی دما رخ می‌دهد آلاینده‌ها وارد هوای سرد سنگین مجاور زمین می‌شوند و به دلیل آنکه جابه‌جایی هوا وجود ندارد، میزان این آلاینده‌ها در هوای ساکن و راکد مجاور زمین به حداکثر ممکن می‌رسد و بدین ترتیب وارونگی، موجب افزایش شدید آلاینده‌ها در آن بخش از اتمسفر می‌شود که مردم لحظه به لحظه برای ادامه‌ی حیات خود، به اکسیژن آن نیاز دارند و البته در چنین شرایطی مجبور می‌شوند که با هر دم و بازدمی مقادیری از گازهای خطرناک و ذرات سرب را هم استنشاق و وارد ریه‌های خود کنند.

درحقیقت، با آغاز فصل سرما در روزهایی از سال، پدیده‌ی وارونگی دما در تهران و برخی از کلان‌شهرها معضل محیط‌زیستی بسیار بزرگی است که با آلودگی هوا تشدید می‌شود و با بروز مشکلات روحی، روانی و جسمی متعدد، سلامت مردم را تهدید می‌کند.

آلودگی هوا، معضل اساسی زندگی در کلان‌شهرهای ما است. متأسفانه، بحران آلودگی هوا فقط زیر سقف آسمان و در هوای شهر محبوس نشده و گزارش‌های بسیاری از سازمان‌های بین‌المللی محیط زیستی حاکی از آن است که برای آلودگی هوا در فضاهای بسته و خانه‌ها نیز باید فکری جدی کرد.

با این حال، پرسش اساسی این است که ما به عنوان شهروند، در برابر این آلودگی هوا چه کرده‌ایم؟ اکنون که آلودگی هوا، سراسر کشور را فرا گرفته و فقط مختص تهران نیست، حال که جان کودکان، سالمندان و بیماران و حتی افراد سالم در خطر است، چه مسوولیتی بر عهده‌ی ما می‌باشد؟

آنچه مسلم است، همه‌ی ما در برابر محیط زیست و هوا مسوولیت داریم. هرکس باید به اندازه‌ی توانایی خود کاری انجام دهد، قبل از آن که جان انسانی گرفته شود یا موجی از بیماری‌ها جان ما را بگیرد. باید از خود

بپرسیم که مسوولیت اجتماعی ما در برابر این هوا چیست؟ مسوولیت اجتماعی موضوعی نیست که بتوان از آن به سادگی گذشت.

## ❖ بخشی از مسوولیت های ما

- ما به عنوان پدر و مادر باید به کودکان خود برای پاک داشتن هوا آموزش دهیم.
  - از وسیله نقلیه شخصی برای تردد، کمتر استفاده کنیم و در صورت امکان دوچرخه را جایگزین آنها کنیم.
  - بهتر است از وسایل نقلیه گازسوز استفاده کنیم.
  - با پلیس راهنمایی و رانندگی همکاری کنیم و به هشدارهای ترافیکی در ارتباط با ممنوعیت تردد خودروها در مناطق خاص توجه کنیم.
  - در زمان تردد در سطح شهر از ماسک‌های مناسب استفاده کنیم.
  - به دلیل ایجاد آلودگی هوا توسط نیروگاه‌ها در مصرف برق و انرژی صرفه‌جویی کنیم.
  - در حیاط منزل درخت بکاریم، باغچه احداث کنیم یا حداقل در خانه از چند گلدان نگهداری کنیم.
  - وای فای و اینترنت خانه‌ها و ادارات را حتماً شب‌ها و مواقعی که نیازی به آنها نداریم خاموش کنیم.
  - به دلیل آنکه برای تولید بیشتر کاغذ بایستی درختان بیشتری نابود شوند، همچنین، فعالیت کارخانه‌ها سبب آلودگی هوا می‌شود لذا، بایستی در مصرف کاغذ و مداد صرفه‌جویی کنیم.
- موارد ذکر شده کوچک‌ترین کاری است که هر فرد می‌تواند برای رفع آلودگی هوا انجام دهد در این صورت، افراد رضایت بیشتری دارند و این رضایت افراد آرامش، همدلی و همگرایی کل جامعه را به دنبال دارد.