**د ځنګل د اور لګېدنې پیښې**

د اقلیم بدلون په شمالي امریکا کې په ځنګلونو کې د زیاتې وچکالۍ، شدیدې تودوخې او آفتونو د زیان لامل کېږي، چې د لا زیات سختو ځنګلي اور لګېدنو لامل کېږي. په ځنګل کې د اورلګېدنې له امله رامنځته شوی دود کولای شي حتی تر زرګونو مایلو پورې لرې په میساچوسټ ایالت کې د هوا د ټیټ کیفت لامل شي.

د هوا دا خراب کیفیت کولای شي حساسیتونه نور هم خراب کړي او د تنفسي انتاناتو لامل شي، په ځانګړې توګه د هغو کسانو لپاره چې د زړه ناروغۍ، ساه لنډي او د سږو نورې ناروغۍ لري.

**څوک په لوړه کچه له خطر سره مخ دي؟**

کیدای شي ځینې خلک د ځنګلي اور د دود په پېښه کې د دوی د ژوند د ځای، رسمی حکومتي معلوماتو ته د لاسرسي، د چمتووالي او ځواب ویلو لپاره د سرچینو د شتون او د له وړاندې روغتیایي ستونزو له امله له زیات خطر سره مخ وي. په دې کې لاندې کسان شامل دي:

* تر 5 کلونو کم عمر لرونکي ماشومان او له 65 کلونو لوړ عمر لرونکي لویان
* میندواره میرمنې
* تور پوستي  خلک د سیستماتیکې نژاد پالنې له امله
* هغه خلک چې لږ یا هیڅ په انګلیسي خبرې نه کوي کیدای شي دوی په خپله مورنۍ ژبه باندې د بیړنيو حالتونو پیغامونه ترلاسه نه کړي
* معلولیت لرونکي کسان
* هغه کسان چې له وړاندې طبي مشکلات لري لکه د زړه ناروغي، ساه لنډي، د سږو ناروغۍ او تنفسي حساسیتونه
* هغه خلک چې بهر کار یا تمرین کوي

**د هغې پر وړاندې موږ څه کولای شو؟**

* د ځنګلي اورلګېدنې د پیښو پر مهال له خپل ډاکټر سره د ساه لنډۍ د درملو د کارولو په اړه خبرې وکړئ
* [په خپله ټولنه کې د محلي هوا کیفیت معلوماتو او د هوا کیفیت خبرتیاو په اړه تازه اوسئ](http://www.airnow.gov)
* په ځنګل کې د اور لګېدنې د دود د پیښو پر مهال پلان جوړ کړئ چې بهر ترسره کېدونکي فعالیتونه کور ته انتقال کړئ
* په ځنګل کې د اور لګېدنې د دود د پیښو پر مهال په کور او نقلیه وسایطو کې کړکۍ بندې کړئ
* د یخولو او ګرمولو په سیستمونو کې د هوا د لوړ اغیز لرونکو (HEPA) فلترونو څخه کار واخلئ
* [په خپل کور کې د بکس پکی په کارولو سره د پاکې هوا خونې جوړولو څرنګوالي زده کړئ](https://www.epa.gov/air-research/research-diy-air-cleaners-reduce-wildfire-smoke-indoors#infographic)
* د N95 ماسکونو یوه ذخیره ولرئ، د هغو د کارولو څرنګوالی زده کړئ او خپل ماشوم ته د کوچنیو N95 یا جراحي ماسکونو اغوستل تمرین کړئ.

**نور معلومات په دې پته کې ترلاسه کړئ:** [**www.mass.gov/ClimateAndHealth**](http://www.mass.gov/ClimateAndHealth)

**Bureau of Climate and Environmental Health**

**Environmental Toxicology Program**

**Massachusetts Department of Public Health**

**250 Washington Street, Boston, MA 02108**

**ټلیفون:617-624-5757**

[**DPHToxicology@state.ma.us**](mailto:DPHToxicology@state.ma.us)

[**http://www.mass.gov/dph/environmental\_health**](http://www.mass.gov/dph/environmental_health)