

## الرادون

الرادون هو غاز مشع عديم اللون والرائحة والطعم يتم انبعاثه بشكل طبيعي من الصخور والتربة في الأرض. عندما يمتزج الرادون بالهواء الخارجي، فإنه ينخفض بسرعة إلى مستويات منخفضة ولا يعتبر ضاراً. مع ذلك، يمكن أن يتراكم غاز الرادون في الأماكن المغلقة ويشكل خطراً على صحتك.

عند تعرض الشخص لغاز الرادون لا ينتج عنه أي أعراض فورية، ولكن يمكن أن يؤدي التعرض الطويل الأمد لغاز الرادون – في أي مستويات كانت وخاصة في المستويات العليا – إلى الإصابة بسرطان الرئة. ويكون خطر الإصابة بمرض سرطان الرئة بسبب غاز الرادون أعلى بكثير بالنسبة للمدخنين. الرادون هو السبب الرئيسي لسرطان الرئة لغير المدخنين والسبب الرئيسي الثاني للمدخنين.

يمكن الوقاية من سرطان الرئة الذي يسببه غاز الرادون لأنه يمكنك تقليل كمية الرادون في منزلك.

### الرادون في بريتش كولومبيا

يمكن العثور على المنازل والمباني التي تحتوي على مستويات عالية من الرادون في كافة أنحاء بريتش كولومبيا، ولكن يتم العثور عليها بشكل أكثر شيوعاً في المناطق الداخلية والشمالية من المقاطعة. يمكنك العثور هنا على خريطة تفاعلية من مستويات الرادون المسجلة في الأماكن المغلقة في بريتش كولومبيا: <https://bccdc.shinyapps.io/bcradonmap/>

حتى وإن كنت تعيش في منطقة ذات مستويات أدنى عموماً من الرادون، لا يزال من المستحسن أن تقوم بفحص مستوى غاز الرادون في منزلك. يمكن أن تختلف مستويات غاز الرادون بشكل كبير بين المباني، حتى وإن كانت قريبة من بعضها البعض.

### اختبار مستوى الرادون في منزلك

قم بشراء مجموعة أدوات اختبار معدة للاستخدام لمرة واحدة بمبلغ يتراوح بين 30 إلى 60 دولار من متجر تحسينات المنزل أو عبر شبكة الإنترنت من الرابط التالي: <https://takeactiononradon.ca/test-for-radon/radon-test-kits/>

ضع مجموعة الأدوات في أدنى مستوى في منزلك الذي تقضي فيه على الأقل أربع ساعات في اليوم، وعلى الأقل لمدة ثلاثة أشهر في فصل الشتاء عندما تكون الشبائيك مغلقة على الأرجح، ثم قم بإرسال مجموعة أدوات الاختبار إلى المختبر من أجل إغصاعها للتحليلات. في غضون عدة أسابيع، ستحصل على تركيز متوسط للفترة التي تم اختبارها بوحدة تسمى البيكريل لكل متر مكعب (بيكريل/م<sup>3</sup>).

توصي وزارة الصحة الكندية بأن يتم إجراء التحسينات المنزلية خلال عامين إذا كانت مستويات الرادون أكثر من 200 بيكريل/م<sup>3</sup> وخلال عام واحد إذا كانت المستويات أكثر من 600 بيكريل/م<sup>3</sup>، رغم أنه من الأفضل أن يتم انخفاض مستويات الرادون إلى أدنى مستوى بشكل معقول.

### تقليل الرادون في منزلك

يتطلب تخفيض مستويات الرادون عادة تركيب نظام يسحب غاز الرادون من تحت منزلك وتفريغه في الخارج. هناك عدة أنواع مختلفة من الأنظمة التي تتكلف عادة ما بين 2,500 دولار و5,000 دولار. هناك وسائل أكثر بساطة لتخفيض مستويات الرادون مثل سد الشقوق في الطابق الأرضي من منزلك وتحسين التهوية. يمكن أن يساعدك محترف معتمد في تحديد الأفضل لمنزلك وميزانيتك. يمكنك العثور هنا على محترف معتمد بالقرب منك: <https://c-nrpp.ca/find-a-professional/>

آخر تحديث: 28 فبراير/شباط 2024

قد تكون الروابط المرجعية معطلة لأنه يتم تحديث مواقع الإنترنت بمرور الوقت. يرجى إبلاغ قسم خدمات الصحة البيئية في مركز بريتش كولومبيا للسيطرة على الأمراض (BCCDC) على معلومات الاتصال الموجودة في أعلى هذه الوثيقة حسب الحاجة.

## معلومات إضافية

تعطي جمعية الرئة الكندية منح مالية للأشخاص الذين تم تشخيصهم بسرطان الرئة من ذوي دخل الأسرة المنخفض. يمكنك العثور على مزيد من المعلومات هنا: <https://www.lung.ca/lungs-matter-radon-mitigation-support>

تحدي 100 مجموعة أدوات الاختبار هو برنامج يقدم مجموعات أدوات اختبار مجانية للأشخاص في المجتمعات المشاركة. بادر بمتابعة الرابط التالي لمعرفة ما إذا كان مجتمعك مشاركاً في تحدي 100 مجموعة أدوات الاختبار في هذا الشتاء أو بادر بتنظيم واحدة منها في مجتمعك: <https://takeactiononradon.ca/resources/100-radon-test-kit-challenge/>

تقوم المكتبات العامة في كافة أنحاء بريتيش كولومبيا بإعارة مجموعة أدوات الاختبار. يمكن العثور على مزيد من المعلومات هنا: <https://bclung.ca/radon-detector-library-lending-program>

آخر تحديث: 28 فبراير/شباط 2024

قد تكون الروابط المرجعية معطلة لأنه يتم تحديث مواقع الإنترنت بمرور الوقت. يرجى إبلاغ قسم خدمات الصحة البيئية في مركز بريتيش كولومبيا للسيطرة على الأمراض (BCCDC) على معلومات الاتصال الموجودة في أعلى هذه الوثيقة حسب الحاجة.