VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

बाढीपछि ढुसी

मे 2024

ढुसी अर्थात् मोल्ड निश्चित प्रकारहरूको फंगीलाई वर्णन गर्न प्रयोग गरिने सामान्य शब्द हो। जहाँ ओसिलो हुन्छ, त्यहाँ ढुसी उम्रिन सक्छ। यो खानेकुरा, निर्माण सामग्री, घरायसी सामान, लुगा र अन्य सतहहरूमा उम्रिन सक्छ। ढुसीका धेरै प्रकारका हुन्छन् जुन रङ र रूपमा फरक-फरक हुन्छन्। ढुसीको कुनै पनि प्रजातिलाई "ब्ल्याक मोल्ड" नाम दिइएको छैन। ढुसीको सम्पर्कमा आउँदा त्यसले तपाईंको स्वास्थ्यलाई असर गर्न सक्छ।

यदि तपाईंको घर वा भवनमा बाढी आएको छ र त्यो 24 देखि 48 घण्टाभित्र सुकेको छैन भने त्यहाँ ढुसी छ भनेर मान्नुहोस्।

ढुसीका लागि परीक्षण

ढुसीका लागि परीक्षण आवश्यक वा सिफारिस गरिएको छैन। यो किनभने:

- नतिजाहरू तुलना गर्न कुनै मापदण्डहरू नभएको कारणले गर्दा नतिजाहरू बुझ्न गाह्रो हुन सक्छ।
- परीक्षणका नतिजाहरूलाई भवन "सुरक्षित" वा "असुरक्षित" छ भन्न प्रयोग गर्न सकिँदैन।
- तपाईंको घर वा भवनमा जति वा जस्तो प्रकारको ढुसी भए पनि समस्या समाधान गर्ने कार्य चरणहरू समान हुन्छन्: ढुसी भएका वस्तुहरू हटाउने, ठाउँलाई सुख्खा बनाउने र पानीको प्रवेशको स्रोतलाई ठिक पार्ने।

आफूलाई ढुसीबाट सुरक्षित राख्ने

- प्यान्ट र लामो बाहुला, वाटरप्रूफ वर्क बुट, रबरको पन्जा, चश्मा, र डिस्पोजेबल N95 रेस्पिरेटर जस्ता सुरक्षात्मक लुगाहरू लगाउनुहोस्।
- बालबालिका, श्वासप्रश्वाससम्बन्धी समस्याहरू भएका मानिस र कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका मानिसहरूलाई बाढी पछिको सरसफाइ गर्नमा मद्दत गर्न नदिनुहोस्।
- HEPA (हाइ-इफिसियन्सी पार्टिकुलेट एयर) फिल्टरहरू भएका पोर्टेबल एयर क्लीनरहरूको प्रयोग गर्नुहोस्। घरमा एयर क्लीनरहरूका लागि EPA को गाइड हेर्नुहोस् (अंग्रेजीमा लिङ्क)।
- ढुसी भएको क्षेत्र छुट्याउन प्लास्टिक शीटको प्रयोग गरी आफ्नो घर वा भवनको अन्य क्षेत्रहरूमा धुलो, भग्नावशेष र ढुसीलाई फैलिनबाट कम गर्नुहोस्। EPA बाट नियन्त्रणका बारेमा थप जान्नुहोस् (अंग्रेजीमा लिङ्क)।
- आफ्नो तताउने, भेन्टिलेसन तथा एअर-कन्डिसनिङ (HVAC) प्रणालीलाई अन गर्नुअघि ढुसीको सरसफाइमा अनुभवी पेशेवरद्वारा जाँच गराइ सफा गर्न लगाउनुहोस्।

ढुसीको समस्या समाधान गर्ने

ढ ुसीको समस्या समाधान गर्नका लागि ढुसी भएका वस्तुहरू हटाउनुहोस् र आफ्नो घर वा भवनलाई पूर्ण रूपमा सुख्खा बनाउनुहोस् । यदि तपाईंको घर वा भवन पूर्ण रूपमा सुख्खा भएन भने ढुसी फर्कनेछ ।

आफ्नो घर वा भवनलाई यसरी सुख्खा बनाउनुहोस्:

- हावालाई प्रवाह हुन दिन भित्री तथा एटिकको ढोकासहित सबै ढोका र झ्यालहरू खोलेर ।
- ढुसीलाई फैलनबाट रोक्नका लागि हावालाई घरको भित्रतिर आउन नदिएर हावालाई बाहिरतिर फाल्नका लागि झ्याल वा ढोकामा राखि डिह्युमिडिफायर र फ्यानहरू (विद्युत चलाउन सुरक्षित हुँदा) प्रयोग गरेर ।

यी चरणहरू पालना गरेर ढुसी हटाउनुहोस्:

- साबुन र पानीको प्रयोग गरेर पानी नसोस्ने ढुसी भएका सामानहरू (जस्तै, सिसा, प्लास्टिक, मार्बल, ग्रेनाइट, सेरामिक टाइल, धातु) सफा गर्नुहोस् । सफा गरिसकेपछि बाढीको पानीको सम्पर्कमा आएका कुनै पनि सतहहरूलाई कीटाणुरहित गर्नुहोस् ।
- सजिलैसँग पानी सोस्ने सामग्रीहरू (कुसन, म्याट्रेस, ड्राइवाल, कार्पेट, इन्सुलेशन र सिलिङ टायलहरू) लाई फ्याक्नुहोस् र तिनीहरूको सट्टा नयाँ राख्नुहोस् । यदि तपाईंको बच्चाको कार सीटमा बाढीको पानीमा परेको थियो र त्यसलाई मेसिनले धुन सकिँदैन भने त्यसलाई फ्याँकिदिनुहोस् । कार सिट हार्नेसहरूलाई कहिल्यै नधुनुहोस् ।
- सरसफाइको समयमा लगाएका लुगाहरूसहित लत्ताकपडा र अन्य फेब्रिकहरूलाई तातो पानी र डिटर्जेन्टमा धुनुहोस् । तिनीहरूलाई दूषित नभएका वस्तुहरूबाट अलग राख्नुहोस् ।
- HEPA भ्याकुमले भ्याकुम लगाउनुहोस् ।

कन्ट्र्याक्टरलाई काममा लगाउने

- यदि तपाईं आफ्नो घर वा भवनमा भएको ढुसी (मोल्ड) सफा गर्न कसैलाई काममा लगाउँदै हुनुहुन्छ र उनीहरूले रसायन प्रयोग गर्नेछन् भने तिनीहरू कृषि, खाद्य तथा बजारसम्बन्धी एजेन्सी (Agency of Agriculture, Food and Markets) द्वारा प्रमाणित भएको हुनुपर्ने हुनसक्छ (अङ्ग्रेजीमा लिङ्क) । ढुसी सफा गर्न प्रयोग गरिने धेरैजसो रसायनहरू किटनाशक हुन्छन् र प्रयोगकर्ताहरूलाई तिनीहरूको प्रयोग गर्न अनिवार्य रूपमा तालिम प्रदान गरिएको हुनुपर्छ । ढुसी नियन्त्रण गर्न प्रयोग गर्ने उत्पादनहरूका बारेका प्रश्नहरू तपाईंले agr.pest@vermont.gov मा इमेल गर्न सक्नुहुन्छ ।
- यदि ढुसीले 10 वर्ग फिट (लगभग 3 फिट लम्बाइ र 3 फिट चौडाइ) भन्दा बढि भाग ढाकेको छ भने तपाईंले ढुसीको सरसफाइमा विशेषज्ञता भएको कन्ट्र्याक्टर (ठेकेदार) लाई सो काममा लगाउन चाहन सक्नुहुन्छ । सामान्यतया 10 वर्ग फिटभन्दा सानो ढुसी समस्याका लागि कन्ट्र्याक्टर आवश्यक पर्दैन ।
- कन्ट्र्याक्टरलाई वातावरण संरक्षण एजेन्सी (EPA) वा इन्स्टिच्युट अफ इन्स्पेक्शन, क्लिनिङ एण्ड रिस्टोरेसन सर्टिफिकेसन (IICRC) (अङ्ग्रेजीमा लिङ्कहरू) जस्ता संस्थाहरूको सरसफाइको मार्गनिर्देशनहरू पालना गर्न लगाउनुहोस् ।
- कुनै पनि कन्ट्र्याक्टर लिँदाको बखत जस्तै कन्ट्र्याक्टरको अनुभव, विगतको काममा सफलता र अन्य सेवाग्राहीहरूले उनको काम मन पराए कि पराएनन् भन्ने बारेमा सन्दर्भहरू लिनुहोस् ।

भाडावाल र कर्मचारीहरूका लागि जानकारी

यदि तपाई भाडावाल वा कर्मचारी हुनुहुन्छ भने ढुसीका समस्याहरूका बारेमा आफ्नो घरधनी वा रोजगारदातासँग कुरा गर्नुहोस्। यदि समस्या गम्भीर छ र सोही अवस्थाहरू रहिरह्यो भने भाडावालहरूले फायर सेफ्टी डिभिजन (अग्नि सुरक्षा महाशाखा) (अङ्ग्रेजीमा लिङ्क) मा उजुरी दर्ता गर्न चाहन सक्छन् र कर्मचारीहरूले भर्मोन्ट पेशागत सुरक्षा र स्वास्थ्य प्रशासन (VOSHA) मा सम्पर्क गर्न चाहन सक्छन्।

बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू

यदि मेरो घर वा भवनमा बाढी पसेको थियो भने के मैले ढुसीका लागि परीक्षण गराउनुपर्छ ?

पर्दैन, ढुसीका लागि परीक्षण आवश्यक वा सिफारिस गरिएको छैन। यदि तपाईंको घर वा भवनमा बाढी पसेको छ र तपाईंले त्यसलाई 24 देखि 48 घण्टाभित्र सुकाउन सक्नुभएन भने तपाईंकहाँ ढुसीको वृद्धि भएको छ भनेर मान्नुहोस्।

मैले साबुन र पानी किन प्रयोग गर्नुपर्छ ?

साबुन र पानी सुरक्षित र प्रभावकारी हुन्छन्। सामान्यतया ढुसी मार्नका लागि कीटाणुनाशक प्रयोग गर्न सिफारिस गरिँदैन। मृत ढुसीले पनि केही व्यक्तिहरूको स्वास्थ्यमा असर गर्न सक्छ। ढुसीलाई अन्तिममा भौतिक रूपमै हटाउन आवश्यक पर्छ। सबैभन्दा पहिले, ढुसीलाई हटाउन साबुन र पानीले सतहहरूलाई पुछ्नुहोस्। त्यसपछि, HEPA भ्याकुमले सतहहरूमा भ्याकुम लगाउनुहोस्।

मैले मेरो घर वा भवनका सतहहरूलाई कहिले कीटाणुरहित गर्नुपर्छ ?

सामान्यतया ढुसी मार्नका लागि कीटाणुनाशक प्रयोग गर्न सिफारिस गरिँदैन। यद्यपि, तपाईंले बाढीको पानीको सम्पर्कमा आएका सतहहरूलाई कीटाणुरहित गर्न आवश्यक पर्छ। तपाईंले एक्लै सफा गरेर हटाउन नसक्ने ढुसीलाई मार्नका लागि तपाईंले छिद्रयुक्त जगका सामग्री वा चिरा तथा दरारहरू भएका जगका सामग्रीहरू (उदाहरणका लागि, ढुंगा, ब्लक भित्ता वा कङ्क्रिट) लाई पनि कीटाणुरहित गर्न आवश्यक पर्न सक्छ। पहिले, साबुन र पानीले सतहहरूलाई सफा गर्नुहोस्। त्यसपछि, अर्को प्रश्नका चरणहरू पालना गरेर तिनीहरूलाई कीटाणुरहित गर्नुहोस्।

यदि मलाई सतहहरूलाई कीटाणुरहित गर्न आवश्यक छ भने मैले कस्तो प्रकारको कीटाणुनाशक प्रयोग गर्नुपर्छ ?

सम्भव भएसम्म ब्लीच प्रयोग गर्नुको सट्टा हाइड्रोजन पेरोक्साइड, सिट्रिक एसिड, इथानोल वा ल्याक्टिक एसिड जस्ता सुरक्षित सक्रिय सामग्री प्रयोग गर्ने कीटाणुनाशक छान्नुहोस्। उत्पादनको लेबलमा रहेका सबै निर्देशनहरू पालना गर्नुहुन्छ र डिस्पोजेबल N-95 मास्क, पन्जा र चश्मासहित सुरक्षात्मक कपडाहरू लगाउनुहुन्छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्। सुरक्षित कीटाणुनाशकहरूका बारेमा थप जान्नुहोस् (अंग्रेजीमा लिङ्क)।

यदि मेरो बेसमेन्ट प्रायः भिजिरहेको वा चिसो भइरहेको हुन्छ भने मैले भविष्यमा ढुसीको वृद्धिलाई कसरी रोक्न सक्छु ?

तपाईंको घर वा भवनमा पानी र ओसका समस्याहरू रोक्नु नै भविष्यमा ढुसीको वृद्धि रोक्नका लागि मुख्य कुरा हो। आद्रता भएका बेसमेन्टहरूमा 40 देखि 60% बीचमा सापेक्षिक आर्द्रता सेट गरिएको डिह्युमिडिफायर चलाउनाले मद्दत पुग्न सक्छ। धेरै ओसिलो वा भिजेका बेसमेन्टहरूमा पानी वा ढल प्रणाली जडान गर्न आवश्यक पर्न सक्छ वा घर वा भवनको जगबाट पानी

सिधा बाहिर जानका लागि परिवर्तनहरू गर्नुपर्ने हुन सक्छ। आफ्नो घर वा भवनका लागि उत्तम प्रणालीबारे छलफल गर्न पेशेवरसँग कुरा गर्नुहोस्।