

# آفت کشها و سلامت شما

## کارهایی که می‌توانید بکنید

آفت‌کشها همه جا دور و بر ما حضور دارند. آنقدر به طور گسترده از آنها استفاده شده که به صورت بخشی از زندگی روزمره ما درآمده‌اند. اما برخی از این آفت‌کشها با انواعی از بیماریها، از جمله سرطان در ارتباط هستند. اعتقاد بر این است که بعضی از مواد شیمیایی که در ساختن آفت‌کشها به کار رفته، سرطان‌زا هستند. استفاده از آفت‌کشها تنها راه خلاصی از آفات نیست. روشهای جایگزین دیگری هم هستند که ارزش یک بار امتحان شدن را دارند.

توجه به خطرات آفت‌کشها، برخی از جوامع را واداشته تا استفاده از انواع خاصی از سموم علف‌کش را، که به طور گسترده‌ای در چمن‌ها، پارکها و زمینهای گلف مصرف می‌شوند، ممنوع کنند.

## آفت‌کشها چه هستند؟

آفت‌کش عبارت است از هر ماده شیمیایی یا مخلوطی از چند ماده که برای جلوگیری، از بین بردن یا دفع کردن یک آفت استفاده می‌شود. آفت می‌تواند حشرات، علف‌های هرز، جونندگان کوچک و سایر حیوانات، و قارچها باشد.

آفت‌کشها سمی هستند. آنها حاوی حشره‌کش برای کشتن حشرات، سموم مخصوص جونندگان کوچک، سموم گیاهی برای از بین بردن علفهای هرز، و قارچ‌کش برای کنترل قارچها می‌باشند. آفت‌کشها می‌توانند شامل تمام انواعی باشند که در داخل قفسه‌های فروشگاهها قابل دسترسی‌اند، و یا مواد شیمیایی خاصی که به راحتی در دسترس عموم قرار ندارند.

## آفت‌کشها می‌توانند برای انسان مضر باشند

آفت‌کشها طوری ساخته شده‌اند که موجودات زنده را از بین ببرند، بنابراین خیلی طبیعی است که برای انسان‌ها نیز زیان‌بار باشند. بویژه کودکان در معرض خطر بیشتری هستند، چون جثه کوچکتری دارند و سیستم ایمنی آنها هنوز کاملاً تکامل نیافته است. برخی از آفت‌کشها قدرت بقیه را ندارند، اما این بدان معنی نیست که خطرناک نمی‌باشند.

گرچه تحقیقات در این زمینه هنوز در ابتدای راه است، اما بیشتر یافته‌ها تاکنون نشان داده‌اند که تماس با آفت‌کشها احتمالاً عامل کمتر از ۱٪ مرگ و میرهای ناشی از سرطان است. به نظر می‌آید احتمال خطر کم باشد، اما هنوز باید احتیاط کرد، بویژه به این دلیل که آفت‌کشها اغلب در اطراف منزل انبار و استفاده می‌شوند.

عوارض فوری تماس بیش از اندازه با آفت‌کشها در اطفال و بزرگسالان عبارتند از:

- سردرد
- سرگیجه
- تهوع و تحریک چشم

- احساس خستگی
- دل پیچه

## مصرف و انبار کردن آفت کشها

- اگر ناچار هستید از آفت کش استفاده کنید، بسیار مهم است که به طرز مناسبی آن را انبار و مصرف نمایید:
- قبل از مصرف، تمام دستورالعملها را به دقت بخوانید.
  - تمام دستورالعملها را، مثل آنهایی که می گویند هنگام مصرف، لباس و عینک مناسب بپوشید، جدی بگیرید.
  - موقع استفاده از آفت کش، بچه ها و حیوانات خانگی را دور نگه دارید.
  - دستورالعملهای مربوط به انبار کردن آفت کش را اجرا نمایید، مثل قرار دادن آن در یک محیط خنک، در کمد قفل دار و دور از دسترس بچه ها.
  - آفت کشهایی را که در وضعیت مناسب انبار نشده اند، مصرف نکنید.
  - برای معدوم کردن آفت کشها از راهنمای همراه محصول پیروی کنید، یا با دفتر شهرداری محل تماس بگیرید. بیشتر شهرداریها برنامه ای برای معدوم کردن باقیمانده مواد سمی دارند و می توانند اطلاعات لازم برای انهدام بی خطر آفت کشها را در اختیار شما قرار دهند.
  - پس از سم پاشی چمن، آن را نشانه گذاری کنید تا مطمئن شوید که بچه ها و حیوانات خانگی تا مدت ۳ روز روی آن بازی نکنند.

## وقتی آنها را می خرید در موردشان سؤال کنید

بیشتر فروشگاه های مواد غذایی سالم (Health Food Store) و فروشگاه های وسایل باغبانی، جایگزین های آفت کشهای مرسوم را می فروشند. شرکت هایی که کارشان مراقبت از چمن ها است نیز می توانند آفت کشهای بی خطرتر از محصولات مرسوم را به شما معرفی کنند. با همسایگان خود درباره روشهایی که با همکاری همدیگر بتوانید آفت کشها را از محیط زندگی تان حذف کنید، صحبت نمایید. در ضمن می توانید با آژانس تنظیم مدیریت آفات وزارت بهداشت کانادا ( Health Canada's Pest Management Regulatory Agency) از طریق وبسایت [www.hc-sc.gc.ca/pmra-arla/](http://www.hc-sc.gc.ca/pmra-arla/) تماس بگیرید.

## آیا این یک آفت کش است؟

احتمالاً همه ما در خانه خود آفت کش داریم. آیا شما از هیچکدام از مواد زیر استفاده می کنید؟

- حشره کش
- قلاده، اسپری یا پودر ضد کک و کنه برای حیوانات خانگی
- موادی که قارچها و کپکها را از بین می برند
- محصولات مربوط به نگهداری از چمن و باغچه، مثل علف کش

## چه چیزهایی می‌توانند جایگزین آفت‌کشهای مرسوم شوند؟

قبل از استفاده از آفت‌کشهای شیمیایی، می‌توانید موارد پیشنهادی زیر را آزمایش کنید:

### گیاهان خانگی و باغچه‌ای

- بطور منظم برگهای مرده و در حال پوسیدن را بردارید. این کار به کنترل اجتماع حشرات در آن محل کمک می‌کند.
- به جای استفاده از علف‌کش، علفهای هرز را با دست بکنید.
- با استفاده از شلنگ، برگهای بوته‌ها و درختهای باغچه را با فشار قوی آب اسپری کنید تا حشرات از سطح آنها کنده شوند.
- گیاهان را با ترتیب خاصی کنار همدیگر بکارید. برخی از گیاهان حشرات را از گیاهان دیگر دور می‌کنند. فروشگاه وسایل باغبانی محل زندگیتان می‌تواند بسته به نیاز شما، انواعی از این گیاهان را پیشنهاد کند.
- حشره‌کش کم‌خطر خود را با مخلوط کردن ۲ قاشق غذاخوری خرده صابون در یک لیتر آب بسازید. مقدار کمی از آن را روی برگهای گیاهان بپاشید تا حشره‌ها را از نشستن روی آنها باز دارید.

### جوندگان کوچک و حشرات

- غذا را در ظروف در بسته نگهداری کنید. اغلب حشرات وقتی غذا پیدا نکنند، منزل شما را ترک می‌نمایند. نقاط ورود حشرات، مثل توری‌های پاره شده، لوله‌ها و غیره، را مسدود کنید.
- مطمئن شوید همه در و پنجره‌ها توری داشته باشند.
- در سطوح‌های آشغال را محکم ببندید.
- جاهایی را که حشرات اجتماع می‌کنند، مانند زیر کابینتهای آشپزخانه، داخل گاراژ و غیره، به طور مرتب و کامل تمیز کنید.
- یک بطری اسپری حاوی مایع ظرفشویی و آب، مورچه‌ها را می‌کشد و مسیر عبور آنها را پاک می‌کند تا مورچه‌های جدید به آنجا نیایند.
- ظروف غذای حیوانات خانگی را به طور مرتب تمیز کنید. این ظروف غذا را داخل ظروف بزرگتر قرار دهید تا دسترسی حشرات به آنها سخت‌تر باشد.
- ککها و کنه‌ها را هر روز با جاروبرقی بگیرید و پاکت جاروبرقی را دور بیندازید.
- باقیمانده محتوای شیشه‌ها و قوطیها را، قبل از آن که آنها را داخل سطل مخصوص بازیافت بیندازید، با آب بشوید.
- هنگام انبار کردن پارچه و البسه، به جای نفتالین، از گویچه‌ها یا پولکهای سرو استفاده کنید.

## کاری که ما انجام می‌دهیم

با سپاس از همکاری داوطلبان و کارمندان، و گشاده‌دستی مردم خیر، "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" پیش‌تاز مبارزه با سرطان است. این انجمن وظایف زیر را عهده‌دار می‌باشد:

- سرمایه‌گذاری در تحقیقات برای انواع سرطانها
- در اختیار گذاشتن اطلاعات جامع و موثق در مورد سرطان، چگونگی کاهش خطر ابتلا، و معالجه
- حمایت از افراد سرطانی، خانواده و دوستانشان

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد سرطان و سرویسهای قابل دسترسی در جامعه‌تان لطفاً با یکی از متخصصین اطلاع‌رسانی ما از طریق شماره تلفن رایگان ۱-۸۸۸-۹۳۹-۳۳۳۳ تماس بگیرید، به آدرس [info@cis.cancer.ca](mailto:info@cis.cancer.ca) نامه الکترونیکی (e-mail) بفرستید، و یا از وبسایت "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca) دیدن کنید.

انتشار این بروشور با هدایای نقدی شما به "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" امکان‌پذیر شده است. جهت کسب جدیدترین اطلاعات در مورد سرطان و خدمات ما، و یا برای اهدا کمک نقدی با ما تماس بگیرید.

این بروشور توسط "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" تهیه شده و حاوی اطلاعات عمومی است. این اطلاعات جایگزین توصیه‌های افراد ذیصلاحی که خدمات بهداشتی ارائه می‌دهند، نمی‌گردد.

مطالب این بروشور را می‌توان بدون اجازه کپی‌برداری و تکثیر نمود، اما باید این عبارت در آن قید شده باشد:

*Pesticides and Your Health: What You Can Do. Canadian Cancer Society 2004, 271050*

با تقدیر و تشویق "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان"، این بروشور توسط "گروه ایرانی حمایت از بیماران سرطانی" (ICSG) در سپتامبر ۲۰۰۶ از انگلیسی به فارسی ترجمه شده است.

## بیایید سرطان را ریشه‌کن کنیم