



Η Εθνική Επιτροπή Κύπρου "Περιβάλλον και Υγεία του Παιδιού"

**σας συμβουλεύει: ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΤΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΓΚΥΟ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ ΤΩΝ
ΛΑΜΠΤΗΡΩΝ ΦΘΟΡΙΣΜΟΥ**



ΠΡΟΣΟΧΗ !! Οι οικονομικοί συμπαγείς λαμπτήρες φθορισμού (CFL) όπως και οι φθοροένσες περιέχουν μεταλλικό ΥΔΡΑΡΓΥΡΟ (Hg⁰), μια πολύ τοξική ουσία, που επηρεάζει σοβαρά τον εγκέφαλο, το κεντρικό νευρικό σύστημα και τα νεφρά. Οι λαμπτήρες είναι ασφαλείς όταν λειτουργούν. Γίνονται όμως πολύ επικίνδυνοι μόνο όταν σπάσουν, γιατί ο μεταλλικός υδράργυρος που ελευθερώνεται μετατρέπεται σε αέριο και



εισέρχεται στον οργανισμό κυρίως δια της αναπνοής. Η απορρόφηση φτάνει το 80%. Μέσω της κυκλοφορίας του αίματος φτάνει στον εγκέφαλο και άλλα όργανα. Επίσης διαπερνά τον πλακούντα φτάνοντας στο έμβρυο. Είναι εξαιρετικά επικίνδυνος γιατί επηρεάζει την ανάπτυξη του εγκεφάλου των παιδιών και του εμβρύου και μπορεί επίσης να επηρεάσει την ανάπτυξη της νοημοσύνης τους. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας δεν υπάρχει ασφαλές όριο έκθεσης των παιδιών. Απαραίτητα λοιπόν:

**Η ΕΓΚΥΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΟΝ
ΥΔΡΑΡΓΥΡΟ, ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΙΟ ΜΙΚΡΗ. Γί' αυτό:**



● Για τους παιδικούς χώρους ή άλλα σημεία που είναι άμεσα προσβάσιμα στα παιδιά π.χ. γραφεία, τραπέζια, κομοδίνα **μη χρησιμοποιήσετε λαμπτήρες φθορισμού-επιλέξτε άλλους λαμπτήρες πχ αλογόνου που δεν έχουν υδράργυρο.**



● Αν χρησιμοποιήσετε λαμπτήρες φθορισμού αυτοί πρέπει οπωσδήποτε να φέρουν το σήμα «χωρίς υγρό υδράργυρο» «liquid Mercury free» ή "amalgam technology" και οπωσδήποτε να έχουν άθραυστο περίβλημα. Έτσι περιορίζεται η άμεση έκθεση στον υδράργυρο, γιατί ο υδράργυρος είναι δεσμευμένος και η απελευθέρωση δεν είναι τόσο άμεση.

**Αν σπάσει οποιοσδήποτε λαμπτήρας φθορισμού, εκλύεται υδράργυρος γι αυτό ΠΡΟΣΟΧΗ ! Ο ΚΙΝΔΥΝΟΣ
ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΜΕΓΑΛΟΣ ΑΛΛΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΠΟΤΡΑΠΕΙ!!** Γί' αυτό:

- **ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΕΤΕ ΑΜΕΣΩΣ (σ' ένα λεπτό!) ΤΗΝ ΕΓΚΥΟ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ** και κρατήστε τους μακριά από το χώρο και καθ' όλη τη διάρκεια του καθαρισμού και όσο γίνεται για περισσότερο χρόνο (πολλές ώρες). Ενημερώστε αμέσως το γιατρό σας για το συμβάν.
- **ΚΑΘΑΡΙΣΕΤΕ και ΑΠΟΡΡΙΨΕΤΕ ΜΕ ΠΟΛΥ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΤΡΟΠΟ. ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕΤΕ ΣΧΟΛΑΣΤΙΚΑ** και για ΟΛΟΥΣ τους λαμπτήρες φθορισμού απεξαιρέτα ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ που θα βρείτε στο φυλλάδιο «Λαμπτήρες Εξοικονόμησης Ενέργειας: Μάθετε να κάνετε σωστές επιλογές και να αποφεύγετε τους κινδύνους» στην ιστοσελίδα της Εθνικής Επιτροπής «Περιβάλλον και Υγεία του Παιδιού»: www.cyprus-child-environment.org. Ενδεικτικά και μόνο αναφέρονται πιο κάτω μερικές βασικές οδηγίες:

- Κλείστε τη θέρμανση ή τα κλιματιστικά. Ανοίξτε τα παράθυρα και κλείστε τις εσωτερικές πόρτες απομονώνοντας το χώρο από το υπόλοιπο σπίτι. Για δική σας ασφάλεια αερίστε καλά για τουλάχιστον 15', πριν αρχίσετε τον καθαρισμό.
- Ποτέ **ΜΗΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ σκούπα κενού**, γιατί ο υδράργυρος θα εξαπλωθεί σε όλο το δωμάτιο ή/και το σπίτι. Μαζεύετε τα σπασμένα μικρότερα κομμάτια και τα μεγαλύτερα με δυο κομμάτια από σκληρό χαρτί ή χαρτόνι. Χρησιμοποιήστε συγκολλητική ταινία (π.χ. τέλα), για την σκόνη ή τα πολύ μικρά κομματάκια. Απορρίψτε εκτεθειμένα τρόφιμα και με υγρό πανί, καθαρίστε σχολαστικά τα έπιπλα και πλύνετε καλά τα πράγματα των παιδιών και γενικά κουρτίνες και άλλα αντικείμενα. Τα απομεινάρια των σπασμένων λαμπτήρων, οι άχρηστοι λαμπτήρες και τα υλικά που χρησιμοποιήθηκαν για τον καθαρισμό είναι επικίνδυνα απόβλητα. Ποτέ δεν τα πετάτε στους καλάθους ακρήστων του σπιτιού.

Η Επιτροπή δεν ευθύνεται για τυχόν λανθασμένη ή πλημμελή εφαρμογή του συνόλου των οδηγιών όπως αυτές αναφέρονται στην ιστοσελίδα. Η σωστή και πιστή εφαρμογή τους μπορεί να μειώσει σημαντικά έως και να αποσοβήσει τον κίνδυνο και αποτελεί αποκλειστικά δική σας ευθύνη.