

一氧化碳中毒是什么？

如果在空气中观察一氧化碳 (CO)，那您什么也看不见。而且它也没有气味，因此难以检测出来。然而，我们在生活中都会接触到它，并且需要了解它。

一氧化碳是碳基化石燃料燃烧的副产物，例如天然气、汽油、丁烷、液化石油气、石油、柴油、煤、泥炭以及木材和烟草。不完全燃烧后残余的浓烟中含有一氧化碳，而安装或维护不当的设备是生成它的主要来源，包括煤气炉/火炉、锅炉、加热器、烧烤、火灾和汽车尾气排放。

一氧化碳中毒包括两种不同的类型：

急性中毒——短时间内急剧接触较高浓度一氧化碳。

如果浓度水平足够高则可能致命，这通常让人联想到利用汽车尾气的这类自杀案。

慢性中毒——长期接触浓度水平不足以致命的一氧化碳。（慢性中毒很少得到诊疗，然而对它的诊疗却是最有意义也最为有效）。

我需要注意些什么？

如果您租住房屋，请不要依赖于房东所谓的安全（您应当要求查阅相关设备的煤气安全年检报告）。

1. 设备附近是否有任何污渍/煤烟，或有灰蒙蒙/满是尘埃的燃烧气味？
2. 设备的外观和使用是否正常？有无任何胶带或松动的管道工程表明该设备不安全？您是否不得不清洗或油漆设备周围一些褪色的地方？（“给人添麻烦的设备”意味着它存在某种缺陷，可能威胁生命安全）。
3. 通风——所有燃气设备必须通风才能安全地工作。通风砖是否被堵住或者遮住？
4. 排出的气体是否离开该房间，并且不再进入或者转入另一个房间？检查烟囱，确保没有任何明显的损坏。屋檐上的烟道排气管是否完好？
5. 您是否拥有一台英国标准一氧化碳探测器，并且正确安装了新电池？
6. 如果您是房主，那么您有责任每年请 Corgi 工程师对每台设备进行燃气安全检查。当然，有的人不太接受这种做法：“要承担更多的费用？”或者“为何修理尚未损坏的设备？”
7. 您的家人是否具有相似的健康不良症状？目前，您有多长时间没有工作，或者用了多少时间排队看医生？您在药物、路费或特殊器材上花了多少钱？您家的宠物是否健康？冬季里，您的病症是否加重？一氧化碳中毒的症状与多种疾病相似，常常容易误诊，因此接下来的花销不大，其实不然。
8. 新老房屋发生一氧化碳中毒的风险相当。那些由国会或工作单位提供住处的人在搬家时，首先应当对新住址进行安全检查。

我如何分辨自己是否中毒？

全身虚弱

疲劳乏力

疼痛

头痛

恶心/呕吐

食欲不振

眩晕/头晕

意识/知觉下降

动作迟钝/失去方向感

家中/工作场所不止一人出现持续性发病症状

无法解释的怀孕问题/出生缺陷

远离一氧化碳源后通常会感觉舒服些

无法集中注意力/健忘

消沉/性格变化

冬季病情加重

持续感冒或者流感症状

如果您需要骤然加大此前已患病症（如哮喘）的药物剂量

注意 此列表并非绝对的衡量标准。一氧化碳的影响因人而异，所以这些症状未必会全部表现出来。您还可能会患上其它病症，或者只出现其中少数几种症状。它们仅仅是部分指标，如果您拿不准，还请立即进行身体检查。

我的工程师和医生应该做些什么？

如果某种器具存在危险，那么工程师应当解释其原因，并清楚地记录下来。其中，关键词为：宣告（设备）存在危险、泄漏、一氧化碳和阻塞。如果某台设备效率低下，则是因为它没有完全燃烧，同时，不当燃烧还意味着存在一氧化碳中毒的风险。

一些工程师使用多重燃气分析器以分辨燃烧过程中正在释放哪些气体。请尽可能保留本读物。

为整套房屋通风。

如果某台设备正在泄漏一氧化碳，那么无论工程师是否告诉您处理方法，请直接前往医院，

并告诉他们您确信自己已经一氧化碳中毒。他们需要通过血液测试确定您的碳氧血红蛋白水平。医生应当尽可能将您作为紧急病例予以治疗。血液中一氧化碳的半衰期是 @ 四个小时。如果您的碳氧血红蛋白水平较高，或者您属于高危人群，那么医院可能会选择为您进行高压氧治疗。这种治疗方法是为了降低血液中的一氧化碳浓度。就医过程最好有人陪同。如有疑问，请记下主治医生的诊断并提问。

请保持冷静和礼貌。

请通知您的家庭医生 (GP)、健康与安全机构/人员以及其它机构/人员。

一氧化碳中毒会造成哪些危害？

它会逐渐使您的大脑和其它重要器官出现细胞缺氧。不完全燃烧的其它副产品包括致癌、造成出生缺陷和诱导有机物突变的各种元素、气体和重金属。由于一氧化碳结合血细胞的能力比氧气强 240 倍，因此它抢占了人体内的每个细胞。一氧化碳可能造成各种各样的永久性危害，它们或许没有立即表现出来，这是因为某些危害有一个渐变的过程。

很多人认为，它在 2 至 3 年内就可以接近完全康复，并且不影响此后的生活。得出该结论的原因之一是，到此为止其关注的焦点还单独集中于一氧化碳。现在有大量证据将一氧化碳以及化石燃料不完全燃烧产生的其它副产品与诸多疾病联系起来，其中包括不孕症、流产、颞裂、出生体重不足、婴儿猝死综合症 (SIDS)、抑郁症、帕金森病、多发性脑硬化症 (MS)、季节性情绪紊乱症 (SAD)、肠胃系统紊乱、心脑血管损伤、癌症以及行为障碍等。致病原因可能发生在很久以前，随后所患的疾病从未被追述到一氧化碳，因此被归因于其它原因或者归类为先天性疾病。

法律规定，**健康与安全执行局 (HSE)** 必须报告和记录所有一氧化碳事故。即使有人告诉您那不是他们的责任，或者电话线路忙，请您仍然坚持报告。

Corgi 会向您推荐本地的工程师，解答疑难问题以及对劣质服务进行调查。

Transco 不进行一氧化碳检测或设备监控，然而，如果您怀疑燃气泄漏，他们将会参与进来。此为 24 小时服务。

您会在电话簿中找到上述信息。

请保留所有的通信和记录。

我的医生是否知道采取哪些措施？

未必。在慢性一氧化碳中毒或者接触 200 余种其它元素方面，医生包括毒物学家的专业训练都不够，甚至完全没有经过训练。即便您能确定中毒，他们的帮助也达不到应有的水准，通常还会表现出傲慢与无知。截至本刊印刷时，英国国民健康保险制度 (NHS) 直接数据库还没有慢性一氧化碳中毒的条目。大多数医生受到的教育是“一氧化碳要么致您于死地，要么对您不造成任何影响”。根据病患保护章程 (Patients Charter)，应当基于可靠信息向您提出选择和治疗的建议。* 通过会员登录可以获取 COSY (一氧化碳安全与您) 的更多信息。高危人群包括青年、孕妇、移民 (由于缺乏权利意识/语言能力)、老人或者一氧化碳中毒的过往病史者。其它因素包括接触一氧化碳的浓度水平和持续时间。调整 A.B.C (气道、呼吸、循环) 基本急救准则，进行抢救和治疗。虽然您的气道可能没有中断，但是一氧化碳已经代替氧气使得呼吸愈发困难，而且对身体产生的作用也相应减小。由于一氧化碳令体内每个细胞窒息，身体机理开始退化。它还能穿透血脑屏障和胎盘。如果幸运，您只需去医院、GP 的诊疗室或者医疗咨询中心进行呼吸分析，但是如果检测到了一氧化碳，还必须进行血液的碳氧血红蛋白检测，并且解决这一问题。一氧化碳浓度水平可能比吸烟更加致命和危险，因为它就在您的家里而且难以察觉。

我如何自助并帮助亲人？

保存好本资料以便随时查阅。

购买一台合格的一氧化碳探测器，每年请通过资格认证的 Corgi 工程师 (通常要求他们出示身份证明) 进行燃气安全检查。

向您孩子所在的托儿所、学校、青年俱乐部、工作场所或者住处捐赠一台一氧化碳探测器。

帮助老人计划 (Help the Aged) 可以协助老年人进行燃气安全检查，而能源表计划 (Energy Watch) 则为学生安排了相似的内容。

千万不要阻塞气孔。

每年至少对相关设备进行一次维护检查，如果您使用的是开放式火灶，也需要每年清扫。

切勿在燃烧着化石燃料的器具/火炉前睡着。

如果您对任何事物不满，请用笔记录/拍照并提问，寻求建议和帮助。

投诉。如果您对维修/服务不满意，请坚持自己的意见并向相关机构投诉。请保存所有通

信记录的副本。

我们是谁以及我们正努力实现哪些目标？

我们是经过注册的慈善机构，我们的目的是强调一氧化碳中毒问题，以便您能获得可靠的信息，采取正确、有效的治疗方案。

我们竭力提供独立、公正的建议以及所有可用的最佳资讯，以便您作出最好的自助决策。一氧化碳中毒的生还者，包括中毒身亡者的亲属通常都需要即时帮助、治疗和确认。通过倾听他们的述说，我们能够评估个体需要，并力图提供明确的帮助。

请记住，就个人而言，我们已经中毒或者失去了亲人，但我们还有家庭，因此在志愿者的帮助下，我们会努力竭尽所能。

我们竭力在本地、全国和国际层面上，与富有同情心的专业人士、健康机构、组织、商业机构和真正的受害者共同合作，履行他们的道德和伦理义务，从而帮助我们，同时也保护您。我们希望对良好的行为予以鼓励，同时突显出那些无视自身责任的人。

AIRSAY 绝不会在知情的情况下接受任何通过销售化石燃料或相关设备牟利的企业所提供的赞助。我们希望通过保持自身的完全独立来维护我们的公正性。

我们欢迎捐赠，支持并考虑提交的所有相关文章。

我们保留筛选某些来电的权力。

我们并非要取代具有资格的医学、工程学或法律建议，因此，如果您需要此类建议，则需您自行获取。

*** 请注意，COSY 和会员区的所有资料目前都只提供英文版本。**

请确保可以咨询您自己国家的安全与法规制定机构。