

ጥዕና ዘለዎ ናብራ ካብ ገዛ እዩ ዝጅምር

ንመርዛማት ነገራት ምቕላዕካ ንምንካይ
ውሑስ ኣገባብ ጽሬት



ስትምት 21-04-036TI

ኅ 2023

ናይ ADA መንበሪ ንምእታት፣ ንኢኮሎጂ ብስልኪ 360-407-6700
ተወከሱ፣ ወይ ብኢሜይል hwtrpubs@ecy.wa.gov፣ ወይ ደማ
ecology.wa.gov ተወከሱ [.gov/ተበጻጻኒት](http://ecology.wa.gov)። ንኣገልግሎት ሪላይ ወይ TTY ብ
711 ወይ 877-833-6341 ደውሉ።



DEPARTMENT OF
ECOLOGY
State of Washington

ቦታኸ ጥዕና ዘለዎ ይኹን

ንመርዛማት ኬሚካላት ምቕላዕኻ ብኸመይ ክትቅንቦ ትኽእል? ኣብ ገዛኻ ብቐሊል ለውጢ ኣብ ኣሰራርሓ ናይ ጽሬትካ ጀምር።

ጽሬት ናይ ውሽጢ ገዛ ኣየር ምምሕያሽ

ንጽፍይ ናይ ውሽጢ ገዛ ኣየር፡-

- ንፋስ ንምእታው መስኮት ምኽፋት — ግን ኩነታት ኣየርን ድሕነትን ኣብ ዝፈቐደሉ እዋን ጥራይ።
- ኣብ HEPA ፊልተር ዘለዎ መጽረዪ ኣየር ወፍሪ ግበር፤ ወይ ድማ [ልዑል MERV ደረጃ](#) ዘለዎ ፊልተር ምረጽ¹ ንHVAC ሲስተምካ MERV ዝለዓለ ነጥቢ ብዝረኸበ መጠን፤ እቲ መጽረዪ ነቲ ብከላ ኣየር ዘምጽኡ ነገራት ኣብ ምሓዝ ዝሓሸ እዩ።

ሳእኒታት ኣብ ግዳም ግደፎ

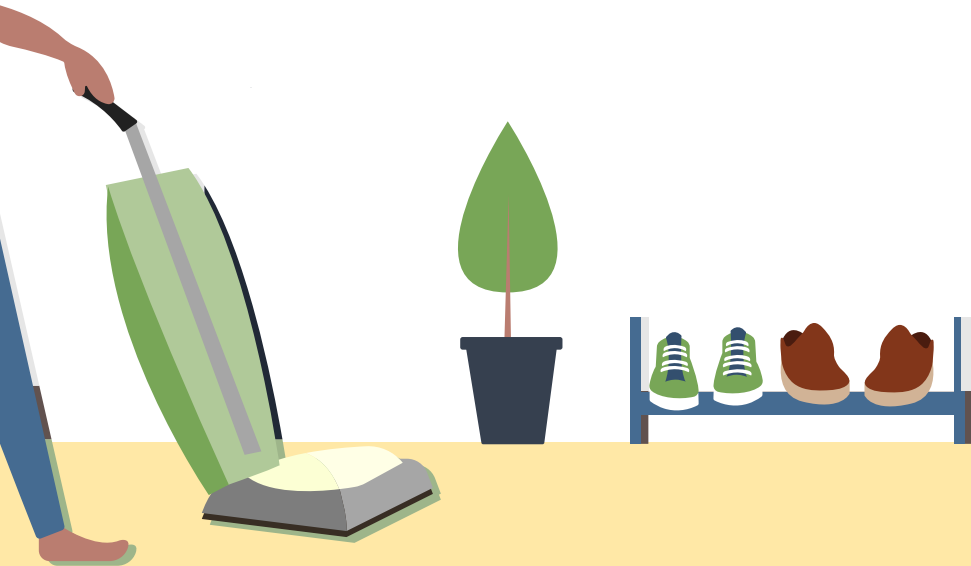
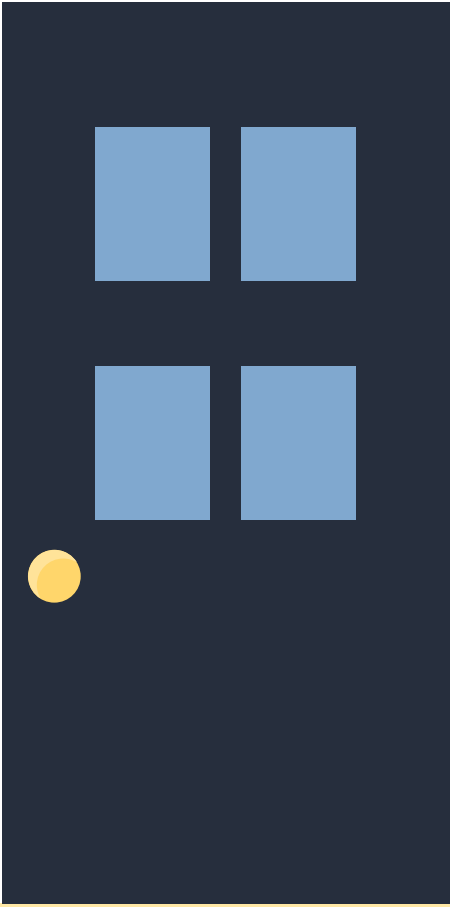
ሳእንና ንኸም እኒ [ኣርሰኒክን ዓረርን ዝኣመሰሉ መርዛም ኬሚካላት ክረግጽ ይኽእል እዩ](#)² ናብ መንበሪ ቦታና።

- ነቲ ናብ ገዛኻ ዝመጽእ መጠን ብከላ ንምንካይ መንጻፍ ተጠቐም።
- ስድራ ቤትካን ኣጋይሽካን ሳእኖም ሓዲጎም ምእንቲ ክኣትዉ ኣብ ኣፍ ደገ እቲ ማዕጾ እተመደበ ቦታ ኣዳሉ።

ኣየርን ደሮናን ብተደጋጋሚ

መርዛም ኬሚካላት ኣብ ደሮናን ልሰሉስ ነገራትን ኣብ ከም መንጻፍ ዝኣመሰለ ነገራት ክእከቡ ይኽእሉ እዮም።

- ደጋጊምካ ነቲ ዝባን ምድሪ ቦቲ [ብማይክሮፋይበር](#) ጽረጎጓደሮና ንምውጋድ ነቶም ክዳውንቲ ንገፎም።
- ንኹሎም ነቶም ንኣሸቱ ነገራት ንምሓዝ መጽረዪ HEPA ዘለዎ ፋኑስ ተጠቐም። እዚ ኸኣ ብፍላይ ነቶም ኣብ ባይታ ዝያዳ ግዜ ዘሕልፉ ቆልዑን እንሰሳታትን ንምሕላው ኣገዳሲ እዩ።



ዝሓሽ ምህርቲታት ጽሬት ምረጽ

ዝበለጸ ዓድግ

አጽራዩት መሳርሒ ወይ መጽረይ ንምስራሕ ዝሕግዙ ነገራት ትዕድግ እንተለኻ ኣብ ዝሓሽ እንታይ ከም ዘሎካ ኣረጋግጽ። ዘድልዩካ ጥራይ እንተዓዲግካ ድማ፣ ተወሳኺ ፍርያታት ከትዓቀር ኣየድልዩካን እዩ። እዚ ንኣከባቢ ኣብ ምሕጋዝ ጥራይ ዘይኮይነ፣ ገንዘብ ኣብ ምውህላል እውን ከሕግዘካ ይኸእል እዩ። ድሕሪ ሕጂ ፍርያት ዘየድልዩካ እንተኾይኑ፣ ኣብ ከባቢኻ ዘሎ ኣገልግሎት ጎሓፍ መርምር፣ ናብ 1-800-RECYCLE ደውል፣ ወይ ንውሑስ ናይ ምጉሓፍ ኣማራጺታት ኣብ 1800recycle.wa.gov ተወከስ።

ውሑስ ዓድግ



ሓደገኛ ወይ መርዛም ዝብል ምልክት ዘለዎም ፍርያታት ኣይትዕደግ።



መጠንቀቕታ ወይ ጥንቃቕ ዝኣመሰለ ቃላት ዘለዎም ፍርያታት ከተወግድ ፈት።



ኸምዚ ዝኣመሰለ ናይ ሳልሳይ ወገን ምስክር ወረቐት ዘለዎም ውሑሳት ፍርያታት ምረጽ፡-



ውሑስ ምርጫ⁴
ንህዝቢ፣ ንናይ ዝ
እንስሳታት፣ ከምኡ እውን ነዛ
ጥላኔት።



ነቲ ከባቢ እጉሓስ⁵
ውሑስ ጸረ-ነፍሳትነ
ሳኒታይዘርን።



ካብ ውሑድ ናብ ውሑድ⁶
ናይ ጥላቲንዮም ወይ ወርቂ መረጋገጺ
ዘለዎም ፍርያታት ንምርካብ ናብ
ውብ ሳይቶም ብጻሕ።



ካብ ጨና ናጻ ዝብል ምልክት ዘለዎም ፍርያታት ድለ።⁷

እቶም ካብ ጨና ናጻ ዝብልን ጨና ዘይብሉን ዝብሉ ቃላት ሓደ ኣይኮኑን።

- ጨና ዘይብሉም ፍርያታት ካብ ካልእ ተዋጽኦታት ሽታ ዝሸፍን ዘይተገልጸ ጐዳኢ ኬመረካላት ከሕዝ ይኸእል እዩ።
- ካብ ጨና ናጻ ማለት ጨና ኮነ ጨና ዝሸፍኑ ነገራት ኣብቲ ምህርቲ ዘይጥቀም እዩ።



ባዕልኻ-ሰራሕ መምርሒ አሰራርሐታት

ንኹሉ ሰብ ውሑስ ዝኾነ ናይ ገዛእ ርእሰኻ አጽራዪት ክትሰርሕ ትኽእል ኢኻ። እዞም ትሕዝቶታት እዚአም ሕሱራትን ብቐሊሉ ዝርከቡን እዮም፤ ብዘይካዚ ምንጭታት መርዛም ኬሚካላት ብምንካይ ንማሕበረሰብካን ንአካባቢኻን ኣብ ምዕቓብ ክትሕግዝ ኢኻ።

እተፈላለዩ ዕላማ ዘለዎ መጽረዩ

እቲ ዝተነጸገ ቐድሚ ምውልዎሉ ን5 ደቐቐ ኣብቲ ዝባን ምድሪ (ናይ መንበሪ ግዜተባሂሉ ዝጽዋዕ) ይጽናሕ።

ትሕዝቶታት

- 1 ማንካ ፈሳሲ ሳምና (ንቐጽ ሳምና ዘይኮነ)
- 1/2 ኩባያ ጸዕዳ ዝተጸረየ መጺጽ
- 1 1/2 ኩባያ ማይ

አንፈታት

ንኹሉም እቶም ቐመማት ናብቲ 16 ኣውንስ ዝሕዝ መንጸጊ ጥርሙዝ የእትዎ። ከዲንካ ኣዕሪኻ ሕቐኛ።

ናይ ቢትሮ መጽረዩ

እቲ ንዝተፈላለዩ ዕላማታት ዝውዕል መጽረዩ አሰራርሐ ተጠቐም። እቲ መጽረዩ ኣብ ዝባን እቲ ምድሪ ንጸጎ እሞ ብዘይበንን ጋዜጣ ጌርካ ፋሕፋሓዮ።

ወይ እዚ አሰራርሐ እዚ ተጠቐም፡-

ትሕዝቶታት

- 1 ኩባያ መጺጽ
- 1 ኩባያ ማይ

አንፈታት

ኣብቲ ናይ መንጸጊ ጥርሙዝ ሓዋውሶ፤ ናብቲ ቢትሮ ንጸጎ፤ ብድሕሪኡ ኣጽርዮ።

ኣብ ግዳም ንዝርከቡ መሳኹቲ፤ ሰፍነግ ተጠቐምሞ ብውዑይ ማይን ብሒደት ንጣብ ፈሳሲ ናይ ሹሓ ሳሙናን ድማ ሕጸብ። ኣጸቢቕካ ኣለቐልቐ ጸሚቐካ ድማ ኣንቅጾ።





መጽረፊታት ብጥንቃቄ ተጠቅም

እቶም እተፍቅሮም ሰባት ካብ ክፍሎም ክወጹ ኸለዉ ብምጽራይ ሓልዎም። ቅድሚ ምጥቃምካ ነቲ ኣብ ኩሉ መጽረፊ መሳርሒታትካ ዘሎ መምርሒታት ተጠንቂቕካ ኣንብቦን ስዓቦን። ምስቲ ፍርያት ዝተሓሓዘ ዘለዎ ሓደጋ ተጠንቀቕ ከምኡ እውን እተኣዘዘካ ቅድመ-ጥንቃቄ ድማ ስዓብ ናይ ጽሬት ፍርያት ድሕሪ ምጥቃምካ፣ ኣእዳውካ ብሳሙናን ብውዑይ ማይን ኣጸቢቕካ ተሓጸብ።

እቶናት

ነዚ መጽረፊ እዚ ባዕሎም ኣብ ዘጽርዩ እቶናት ኣይትጠቅሙሉ።

ትሕዝቶታት

- 1 ኩባያ ቤኪንግ ሶዳ
- ማይ

ኣንፈታት

ናይ ባኒ መሰንከቲ ሶዳ ምስ እኹል ማይ ሓዋዊስካ መጣበቂ ስራሕ። ኣብ ዝባን እቲ እቶን ግበረሉ፣ ቅድሚ ምሕጻብካ ካብ 10 ክሳብ 15 ደቂቕ ደው ይበል። ኣብ ትሕቲ ዓብዩ መኸዘን ምግብ ንምእታው ጸገም ንዘለዎ ኸባቢ ዝኸውን መፍተኒ ቦታን መሰቕሰቕን ተጠቅም። ኣጸቢቕካ ክትሕጸብ የድልዩካ ይኸውን፣ መሰንከቲ ባኒ ዝኸውን ሶዳ ግን ንዓኻ፣ ንሰድራ ቤትካ ወይ ንቤት እንስሳኻ መርዛም ኣይከኑን።

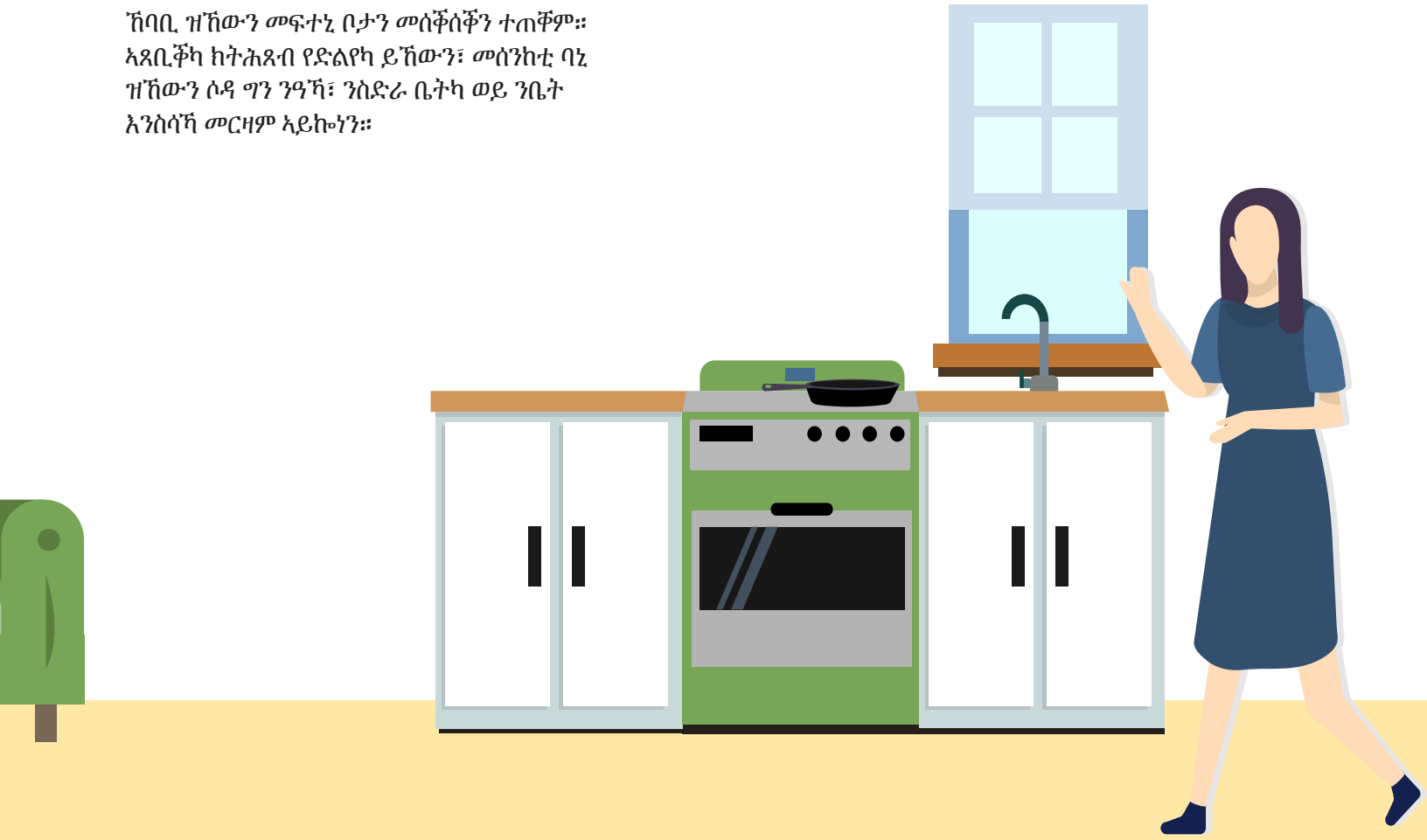
ማይክሮዌቭ

ትሕዝቶታት

- 1/4 ኩባያ ጸዕዳ ዝተጻረየ መጺጽ
- 1 ኩባያ ማይ

ኣንፈታት

ቪነጋርን ማይን ኣብ ማይክሮዌቭ ውሑስ ዝኾነ መትሓዚ ምሕዋስ። ኣብ ማይክሮዌቭ ኣፍልሕ። ንኸዝሕል ንገብሮ። እቲ ሃፋ ነቲ ኣብ ልዕሊ ኬክ ዘሎ መግቢ ክፈትሖ እዩ፣ እዚ ድማ ንምጽራይ ቀሊል ይገብሮ።



ቱቦታት፣ መሕጸቢ ኢድ፣ ከምኡ'ውን ናይ ሽቓቕ ሳእኒ

ትሕዝቶታት

- ቤኪንግ ሶዳ
- ፈሳሲ ሳምና (ንቕጽ ሳምና ዘይኮነ)

አንፈታት

ኣብ ከንዲ እቲ መሕጸቢ ፓውደርካ ሶዳ ከትጥቀም ትኽእል ኢኻ። ኣብ ልዕሊ ፖርስላን መትሓዚታት ንጸግዮ እሞ ብዝተርከሰ ጨርቂ ምፍሕፋሕ። ንዝያዳ ናይ ጽሬት ሓይሊ ኣብቲ ጨርቂ ንእሽቶ ሳሙና ምውሳኽ። ድብዝዝ ዝበለ ሽፋን ንኽይትገድፍ ብማይ ጽቡቕ ጌርካ ምሕጻብ።

ንናይ ሽቓቕ ሳእኒ፣ ነቲ ሶዳ ኣብ ውሽጢ እቲ ሳእኒ ንጸግዮ። ገለ ነጠብጣብ ናይቲ ሳሙና ወሲኽና ብናይ ሽቓቕ ብራሽ ምሕጻብ። ነቲ ናይ ደገ ገጻት ብሶዳ ብዝተነጸገ ጨርቂ ወድእዎ።

ሊኖሊየም፣ ስርሓት ሸኽላን ዕንጨይቲን

ትሕዝቶታት

- ፈሳሲ ሳምና (ንቕጽ ሳምና ዘይኮነ)

አንፈታት

ኣብ ትርክስ ዝበለ መሕጸቢ ጨርቂ ንጣብ ሳሙና ገይርካ ብቐልጡፍ ምፍሕፋሕ። መሕጸቢ ጨርቂ ካብ ሰፍነግ ንላዕሊ ንነዊሕ እዋን ክጸንሕን ውሑድ ብኸነት ክፈጥርን እዩ።



ሰም ዘይብሉ መሬት

ትሕዝቶታት

- 1/2 ኩባያ ጸዕዳ ዝተጻረየ መጻጽ
- 1/2 ጋሎን ውዑይ ማይ

አንፈታት

ንመሬት ብኣቶቶን ማይን ምጽራይ። ምሕጻብ ኣየድልን! መወልወሊኻ ጽቡቕ ጌርካ ምጽሚቕካ ጥራይ ኣረጋግጽ— መሬትካ ቀልጢፉ ክነቅጽ ኣለዎ።

ቅርጽታት

ትሕዝቶታት

- 1 ማንካ ፈሳሲ መሕጸቢ ክዳውንቲ
- 1 1/2 ኩባያ ውዑይ ማይ

አንፈታት

ናይ መሕጸቢ ሳሙናን ማይን ኣብ መንፍሒ ጥርመዛ ምሕዋስ። ኣብ ተሪር ቦታታት ትነፍሐሉ እሞ ንኹሉ እቲ ቅርጺ ምሕጻብ፣ ድሕሪኡ እቲ ሕዋስ ምሉእ ብምሉእ ክነቅጽ ግበሮ።

ብዛዕባ ምጽራይን ምክልኻልን ቅርጺ ኣብ መርብብ ሓበሬታ [ክፍሊ ጥዕና](#) ዝያዳ ፍለጥ።



ንዝያዳ ሓበሬታ

ዝያዳ ክትፈልጥ ትደሊ? ነዞም ሓገዝቲ መርብብ ሓበሬታታት ርኣዩ ወይ ንዝያዳ ዝርዝር ሓበሬታ ርኽቡና!

- [እንታይ ውሑስ ምዃኑ ብኸመይ ትፈልጥ?](#)⁹
- [ውሑስ ዝኾነ ፍርያት ምረጽ](#)¹⁰
- [ምጽራይ ሓበሬታ ወረቓት](#)¹¹
- [ምጽራግ፣ ምጽራይን ብኬሚካል ምሕጻብን](#)¹²

ብዛዕባ ውሑስ ፍርያትን መርዛማት ኬሚካላትን ኣብ ገዛኻ ዝያዳ ንምርካብ ነዚ QR ኮድ ብካሜራ ስማርትፎንካ ስካን ግበሮ።



ኣድራሻ

ውሑስ ኬሚካላት ጉጅለ፣
SaferChem@ecy.wa.gov



ምስሊ ዝረኽብናዮ

- ናይ ሽቓቕ ሴክተር ብኣኽብሮት pikisuperstar/Freepikን pch.vector/Freepikን እዩ።
- መስኮት ሴክተር ብኣኽብሮት ካብ pch.vector/Freepik.

ናይ መወዳእታ ጽሑፋት

- 1 <https://www.epa.gov/indoor-air-quality-iaq/what-merv-rating>
- 2 <https://ecology.wa.gov/HealthyActions>
- 3 <https://deohs.washington.edu/sites/default/files/brochures/microfiber-factsheet.pdf>
- 4 <https://www.epa.gov/saferchoice/products>
- 5 <https://www.epa.gov/pesticide-labels/dfe-certified-disinfectants>
- 6 <https://c2ccertified.org/certified-products-and-materials>
- 7 <https://www.epa.gov/saferchoice/safer-choice-criteria-fragrance-free-products>
- 8 <https://doh.wa.gov/community-and-environment/contaminants/mold>
- 9 <https://ecology.wa.gov/Blog/Posts/June-2020/Safer-Choice-Because-you-shouldn-t-need-a-PhD-to-k>
- 10 <https://kingcountyhazwastewa.gov/en/households-disposal/households-safer-home-products>
- 11 <https://resources.oshce.uw.edu/1s6jug8/>
- 12 <https://www.kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/bleach.aspx>