

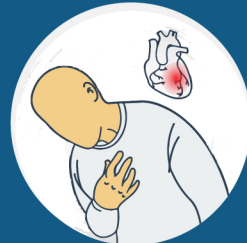
# AIR POLLUTION - THE SILENT KILLER

Air pollution is a major environmental risk to health.

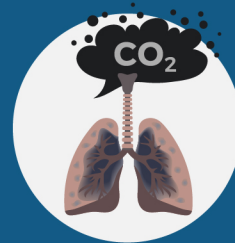
By reducing air pollution levels, countries can reduce:



Stroke



Heart disease



Lung cancer, and both chronic and acute respiratory diseases, including asthma.

PHCC's OHS department is quarterly monitoring Indoor Air within PHCC's premises i.e., HCs and HQ. The main purpose of such monitoring is to ensure and protect the health and safety of all PHCC's employees, patient & visitor through ensuring an indoor environment is safe and free from contaminants that may adversely impact health outcomes

PHCC's IAQ parameters:

**A. CHEMICAL:**

VOCs, Formaldehyde, Benzene, Naphthalene, Chlorine & Chlorine Dioxide, Ozone, Carbon Monoxide, Carbon Dioxide, Nitrogen Dioxide

**B. Physical:**

TSP (Total Suspended particulates), PM (Particulate Matter) PM<sub>10</sub>, PM<sub>2.5</sub> & PM<sub>1</sub>, Temperature, Humidity, Air Flow, illumination

**C. Radioactive:**

Radon

**D. Bio-aerosol:**

Legionella Pneumophila, Fungus, Aspergillus species

Every year, around **7 MILLION DEATHS** are due to exposure from both outdoor and household air pollution.



 **Datix**<sup>®</sup>  
In case you feel discomfort, report it on Datix for further investigation.

# تلوث الهواء – القاتل الصامت

معايير جودة الهواء الداخلي لمؤسسة  
الرعاية الصحية:

## المعايير الكيميائية:

المركبات العضوية المتطايرة، الفورمالديهايد، البنزين،  
النفثالين، الكلور وثاني أكسيد الكلور، الأوزون، أول أكسيد  
الكربون، ثاني أكسيد الكربون، ثاني أكسيد النيتروجين

## المعايير الفيزيائية:

الجسيمات العالقة الكلية (TSP)، الجسيمات الدقيقة  
(PM<sub>10</sub> and PM<sub>2.5</sub>)، درجة الحرارة، الرطوبة، تدفق  
الهواء والإضاءة.

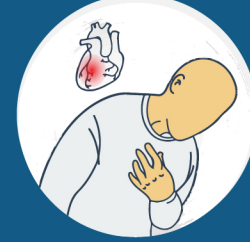
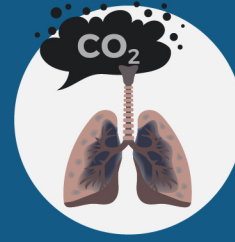
## المعايير الإشعاعية:

غاز الرادون

## المعايير البيولوجية:

بكتيريا الفيلقية المستروحة، الفطريات وفطر  
الرشاشيات

سرطان الرئة، وأمراض الجهاز  
التنفسي المزمنة والحادة، بما  
في ذلك الربو



أمراض القلب

السكتة الدماغية

يعد تلوث الهواء من المخاطر البيئية  
الرئيسية على الصحة.

فمن خلال خفض مستويات تلوث  
الهواء، يمكن تقليل:

يقوم قسم الصحة والسلامة المهنية بمراقبة الهواء الداخلي في جميع مباني مؤسسة الرعاية الصحية الأولية (المراكز الصحية  
والمقر الرئيسي) بشكل ربع سنوي. الهدف الرئيسي من هذه المراقبة هو ضمان وحماية صحة وسلامة موظفي مؤسسة الرعاية  
الصحية الأولية والمرضى والزائرين من خلال ضمان بيئة داخلية آمنة وخالية من الملوثات التي قد تؤثر سلبًا على صحة وسلامة العاملين  
في مجال الرعاية الصحية.

في كل عام،  
ترصد حوالي 7 ملايين  
حالة وفاة ناتجة

عن التعرض لكل من التلوث  
الهواء الداخلي أو الخارجي



Datix®

في حالة الشعور بعدم الارتياح، قم  
بالإبلاغ من خلال نظام الـ DATIX  
ليتم اتخاذ الفحص اللازم.



# “TOGETHER TO AVOID AIR POLLUTION”

JUNE 5

WORLD ENVIRONMENT DAY



مؤسسة الرعاية الصحية الأولية  
PRIMARY HEALTH CARE CORPORATION





تلوث الهواء ليس مزحة,  
فإن تلوث الهواء  
سيجعلك تختنق

Air pollution is not a joke,  
**AIR POLLUTION WILL  
MAKE YOU CHOKE**





وليس  
التلوث

not the  
**POLLUTION**



كن جزءًا من  
الحل

Be part of the  
**SOLUTION**

We can't stop  
**BREATHING,**

but we can do something about the  
**QUALITY OF THE AIR**  
that we breathe

لا يمكننا التوقف عن التنفس، لكن يمكننا فعل  
شيء بخصوص نوعية الهواء الذي نتنفسه



The air we breathe  
is the air we cheat,

# HELP FIGHT AIR POLLUTION!

الهواء الذي نتنفسه هو الهواء الذي  
نغشاه. ساعد في مكافحة تلوث الهواء!





## What can you find in indoor air?

### Airborne Particles

Diesel exhaust, carbon black, dust, smoke, fibres, plant matter, hair, pollen

### Household Odors and Gas

Cooking odors, cigarette smoke, chemicals, sink or drain smells

### Volatile Organic Compounds

Paints, glues, varnishes, wood, preservatives, cleaning supplies, office equipment, furniture

### Microorganisms

Bacteria, mould, fungi, yeasts, mites and viruses

**This is why we carry out periodic indoor air quality assessments in our health care facilities**



## ماذا يمكن أن تجد في الهواء الداخلي؟

### الكائنات الدقيقة

البكتيريا والعفن  
والفطريات والخمائر  
والعث والفيروسات

### الروائح المنزلية والغازات

روائح الطهي ، دخان  
السجائر ، المواد  
الكيميائية ، روائح  
الحوض أو الصرف

### المركبات العضوية المتطايرة

دهانات - أصماغ  
ورنيشات - أخشاب  
مواد حافظة - مواد  
تنظيف - معدات  
مكتبية - أثاث

### الجسيمات المحمولة جواً

عوادم الديزل ، الكربون  
الأسود ، الغبار ، الدخان ،  
الألياف ، المواد النباتية  
الشعر ، حبوب اللقاح

لهذا نقوم بإجراء تقييم دوري لنوعية الهواء الداخلي  
في مرافق الرعاية الصحية

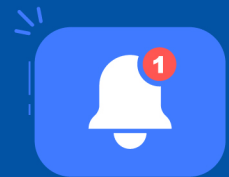
## 4 Tips to Improve Indoor Air Quality (IAQ)



**1) Do not block air inlets and outlets; this will affect air circulation and then air quality.**



**2) To keep windows close and ensure they are sealed properly.**



**3) Notify and report concerned department (maintenance, cleaning,...) conditions that may affect the indoor air quality (non-sealed windows, unclean area, etc.)**



**4) Keep all areas and walkways and entries Clean.**





## 4 نصائح لتحسين جودة الهواء الداخلي (IAQ)



١ لا تسد مداخل ومخارج الهواء ، لأن ذلك سوف يؤثر على معدل تغيير الهواء وبالتالي جودته.



٢ إبقاء النوافذ مغلقة والتأكد من أنها محكمة الإغلاق



٣ قم بإبلاغ الجهة المعنية ( الصيانة ، قسم النظافة ) عن الظروف التي قد تؤثر على جودة الهواء الداخلي (نوافذ غير محكمة الإغلاق ، منطقة غير نظيفة ، إلخ)



٤ حافظ على نظافة جميع الأماكن و الممرات والمداخل.



## *Environmental Safety*

### *Message #1*



*For Good Indoor Air Quality,  
& to ensure comfortable room temperatures:*

*Adapt Temperature to Degrees:*

*For summer is*

*23 to 25.5 °C (73 to 78 °F),*

*with that for winter being*

*20 to 23.5 °C (68 to 74 °F)*



لنوعية هواء جيدة، ولتوفير درجات حرارة مريحة:

اضبط درجة الحرارة:

في الصيف:

من 23-25.5<sup>°</sup>م (73-78<sup>°</sup>ف)

في الشتاء:

من 20-23.5<sup>°</sup>م (68-74<sup>°</sup>ف)





# PROTECTING CHILDREN FROM THE ENVIRONMENT

## Air Pollution: An unseen threat to children's health.

Each year, air pollution causes

### 570,000 deaths

in children under 5. This includes indoor, outdoor and second-hand smoke.

In children, air pollution can:



Stunt brain development



Reduce lung function & trigger asthma



It can also set the stage for problems later in life from:



Stroke



Cardiovascular disease



Cancers



Chronic respiratory illnesses

Nearly a million children die from pneumonia each year. Half of those are linked to air pollution.



World Health Organization

# “TOGETHER TO AVOID AIR POLLUTION”

JUNE 5  
WORLD ENVIRONMENT DAY



مؤسسة الرعاية الصحية الأولية  
PRIMARY HEALTH CARE CORPORATION

