ابوالفضل نسائی / ایران

گروه اجتماعی از پویش «برای ایران همدل» سازمان بهزیستی گزارش می دهد

مهربانی مُسری است

گزارش خبری

سمیه افشین فر
گروه اجتماعی

مهربانی با کار داوطلبانه تکثیر می‌شود. ذره ذره در عمق وجود جامعه می‌نشیند و به امور اجتماعی سر و سامان می‌دهد. براساس مطالعات انجام شده هرچه میزان مشارکت افراد در فعالیت‌های داوطلبانه بیشتر باشد، از میزان مرگ و میر و بیماری‌های قلبی افراد کاسته می‌شود. داوطلب شدن و انجام کارهای داوطلبانه به غیر از تأثیرات مثبتی که در سلامت جسم و روان افراد دارد، یکی از مهم‌ترین نشانه‌ها در ایجاد همبستگی و انسجام در میان افراد جامعه است. در کشورهای توسعه‌یافته و صنعتی، کار داوطلبانه زمینه ورود جوانان به بازار کار را فراهم می‌کند. همچنین در بسیاری از کشورهای پیشرفته کار داوطلبانه بعد از دانشگاه یا حین تحصیل یا در زمان کارآموزی به صورت یک شأن و احترام درآمده است. طبق آمار در سال ۲۰۱۸، ۱۰۹ میلیون نفر از افراد در سراسر جهان، در سازمان‌ها و گروه‌های رسمی یا در همکاری‌ها و فعالیت‌های میان‌فردی سرگرم کار داوطلبانه بوده‌اند. اما نکته قابل توجه این است که اهمیت فعالیت‌های داوطلبانه در بحران‌ها بیشتر به چشم می‌خورد. در روزهای اول تهاجم رژیم صهیونیستی به کشورمان حضور نیروهای خودجوش در کنار سازمان‌های خدماتی یکی از نقاط قوت بود. برای همین سازمان بهزیستی کشور برای ساماندهی کارهای داوطلبانه پویشی به نام «برای ایران همدل» راه‌اندازی کرده است. پویشی که به گفته رئیس مرکز مشارکت‌های مردمی و توسعه ظرفیت‌های اجتماعی سازمان فقط سه روز بعد از راه‌اندازی موفق به جذب هفت هزار نیروی داوطلب شده است.

سید محمد جواد حسینی رئیس مرکز مشارکت‌های مردمی و توسعه ظرفیت‌های اجتماعی سازمان با اشاره به درس‌های جنگ ۱۲ روزه، می‌گوید: «با اینکه سازمان‌ها و نهادهای اداری، کارشناسان و... در همه دستگاه‌های کشور به بهترین وجه عمل کردند و تمام توان خود را گذاشتند، اما تجربه این جنگ به ما نشان داد در حوزه حمایت‌های اجتماعی و...ظرفیت‌های مغفول وجود دارد که آمادگی به کارگیری آنها را نداشته‌ایم و در تمامی عرصه‌ها به جذب نیروی داوطلب نیاز داریم.»

سازمان بهزیستی به عنوان یک سازمان حمایتی امدادی و اورژانسی، بخشی عمده‌ای از فعالیت‌های خود را از طریق داوطلبان و بخش غیردولتی انجام می‌دهد، حسینی با بیان این مطلب توضیح می‌دهد: «در سابقه ۴۰ ساله سازمان بهزیستی بخشی از خدمات توسط گروه‌های غیر دولتی انجام می‌شود. همزمان با شروع جنگ تحمیلی، اقداماتی برای جامعه هدف سازمان که شامل مراکز نگهداری ایتام و فرزندان بی‌سرپرست و شیرخوارگاه‌ها بود، انجام شد. ما به نیروهای داوطلبی نیاز داشتیم که در این ایام به دلیل مشکلاتی که برای این افراد ایجاد می‌شود بتوانند به صورت داوطلبانه به این گروه کمک کنند. همین موضوع باعث شد تا سازمان به این سمت برود و برای جذب داوطلبان در حوزه‌های تخصصی و عمومی فراخوانی را طراحی کند.» حسینی در مورد محورهای جذب داوطلب می‌گوید: «چند محور طراحی شد. اولین محور خدمات تخصصی مشاوره و حوزه روانشناختی بود. با توجه به اینکه سلامت روان از حوزه‌های مورد توجه سازمان است در حوزه روانشناسی مثل خدماتی که در دوره جنگ و بحران به خانواده‌ها ارائه کرد از داوطلبان فعال در این حوزه دعوت کردیم. خدمات معیشتی، خدمات حمایتی، خدمات پرستاری و مراقبت را هم در نظر گرفتیم. بنابراین پویش ایران همدل راه‌اندازی شد. در چند روزی که از انتشار فراخوان این پویش گذشته استقبال خوبی را هم شاهد بودیم. البته با توجه به شرایط خاصی که وجود داشت چندان اطلاع‌رسانی زیادی هم انجام نشده بود، اما مردم از این پویش خیلی خوب استقبال کردند.»

> همزمان با شروع جنگ تحمیلی، اقداماتی برای جامعه هدف سازمان که شامل مراکز نگهداری ایتام و فرزندان بی‌سرپرست و شیرخوارگاه‌ها بود، انجام شد. ما به نیروهای داوطلبی نیاز داشتیم که در این ایام به دلیل مشکلاتی که برای این افراد ایجاد می‌شود بتوانند به صورت داوطلبانه به این گروه کمک کنند

براساس اطلاعات به دست آمده، نیمی از این افراد در بخش دولتی شاغل هستند و نیمی دیگر مشاغل آزاد دارند. به گفته رئیس مرکز مشارکت‌های مردمی سازمان بهزیستی حوزه مشاوره و روانشناختی و حوزه خدمات عمومی بیشترین تعداد داوطلب و حوزه تأمین دارو و لوازم بهداشتی، کمترین داوطلب را به خود اختصاص داده است. همچنین بیشترین متقاضیان داوطلب از استان‌های کرمانشاه، اصفهان، مازندران، گیلان و خراسان رضوی هستند.

زنان در رده اول لیست داوطلبان

جذب نیروهای داوطلب برای امور اجتماعی شاید چندان کار سختی نباشد، نکته مهم استفاده از ظرفیت این نیروها و سنجیدن توانمندی آنها در ارائه خدمات است و اینکه داوطلبان چه قدر در کاری که برای آن داوطلب شده‌اند تخصص و تجربه دارند. حسینی درباره چگونگی راستی آزمایی داوطلبان می‌گوید: «سه مرحله برای داوطلبان طراحی شده است. مرحله اول جذب، مرحله دوم ساماندهی و مرحله سوم بهره مندی. پویش در حال حاضر در همین مرحله اولیه جذب قرار دارد. در مرحله ساماندهی کارگروه‌هایی در سطح ملی استانی و شهرستانی طراحی شده است که توانمندی داوطلبان را ارزیابی می‌کنند و تخصص داوطلب توسط کارگروه‌های تخصصی مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. بعد در مرحله بهره‌مندی، راهبری در مورد فضاهایی که نیاز به خدمت داریم انجام می‌شود. بخشی از بهره‌مندی در مرحله بعد از ساماندهی است، چون به تفکیک شهرستان خدمت این افراد مشخص می‌شود که در چه حوزه‌هایی می‌توانند به ارائه خدمات بپردازند.»

رئیس مرکز مشارکت‌های مردمی در مورد نقش سازمان‌های مردم نهاد در این پویش می‌گوید: «هم در زمان جنگ ۱۲ روزه و هم در روزهای بعد از آن راه‌اندازی پویش داوطلبان به دلیل تقاضای بخش غیر دولتی و تشکل‌های مردم نهاد بوده است. البته فاز دوم این پویش هم قرار است از طریق خود این مؤسسات شکل بگیرد. یعنی جذب و ساماندهی از طریق همین مؤسسات انجام خواهد شد، چون همین مؤسسات غیردولتی بخشی از وظایف سازمان را در ارائه خدمات به عهده دارند.» بخشی از وظایف سازمان بهزیستی نگهداری و مراقبت از افراد آسیب پذیر مانند نوزادان و سالمندان است در روزهای اول جنگ ۱۲ روزه هم خبری جعلی مبنی بر واگذاری نوزادان شیرخوارگاه به مردم منتشر شد، حسینی در پاسخ به این سؤال که آیا از ظرفیت داوطلبین در زمان بحران برای این گروه‌ها برنامه‌ریزی‌هایی انجام شده یا نه؟ می‌گوید: «یکی از مهم‌ترین وظایف داوطلبان مراقبت و پرستاری است. یعنی ممکن است دچار کمبودهایی در بحث نگهداری شیرخوارگان و افراد دارای معلولیت یا سالمندان شویم. به همین دلیل یک بخشی از فعالیت داوطلبان به این موضوع اختصاص دارد. بیشترین داوطلبان هم در این حوزه زنان هستند. البته یک بخش مهمی که در آن با مشکلاتی مواجه هستیم بخش نگهداری مقیمان ما در مراکز نگهداری است. بخش زیادی از مقیمان مراکز شرایط نگهداری در خانه را ندارند و این اجتناب ناپذیر است. مثل بیماران اعصاب و روان یا فرزندان بی‌سرپرست که فقط باید در مراکز نگهداری شوند، بنابراین قطعاً از ظرفیت نیروهای داوطلب در این بخش‌ها استفاده خواهد شد.» اما مردم چگونه می‌توانند برای ارائه خدمات به جامعه هدف سازمان بهزیستی داوطلب شوند؟ رئیس مرکز مشارکت‌های مردمی سازمان می‌گوید: «دسترسی از طریق پرتابلی که در سایت سازمان بهزیستی کشور اطلاع‌رسانی شده، امکان‌پذیر است. کد دستوری ستاره ۱۲۳ مربع هم برای جذب داوطلبان در نظر گرفته شده است.»

گزارش

پس از جنگ تحمیلی ۱۲ روزه آموزش و پرورش برای دانش‌آموزان چه کرد؟

فعالیت ۲۴ ساعته اورژانس دانش‌آموزی

غزل رضایی‌ثانی/ سلامت روان بعضی از کودکان و نوجوانان پس از جنگ ۱۲ روزه آسیب شدیدی دیده است. به همین دلیل آموزش و پرورش دست به کار شده تا به صورت ۲۴ ساعته به دانش‌آموزان مشاوره بدهد. به گفته سمیه سادات ابراهیمی، مدیرکل امور تربیتی، مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی وزارت آموزش و پرورش، برای مقابله با تهدیدات ناشی از شرایطی که پشت سر گذاشتیم، اقدامات لازم در زمینه مراقبت از سلامت روان دانش‌آموزان و ارائه خدمات مؤثر و بموقع به آنها، والدین و همکارانی که نیازمند دریافت خدمات تخصصی هستند، در حال انجام است.

ابراهیمی با بیان اینکه در راستای این طرح مشاوران مدارس به صورت مستمر و حداقل یک‌بار در هفته با والدین همه دانش‌آموزان تماس خواهند گرفت، می‌گوید: «مشاوران ما پس از معرفی خود به والدین و توضیح هدف از برقراری تماس تلفنی، وضعیت کلی خانواده در شرایط کنونی و سلامتی تمام اعضای آن را بررسی می‌کنند و جویای وضعیت تحصیلی و روانشناختی دانش‌آموزان می‌شوند. اگر دانش‌آموزی مشکل داشته باشد، درباره مسائل و مشکلات او توأم با همدلی و انعکاس احساس مبتنی بر تخلیه هیجانی، با دانش‌آموزان صحبت می‌کنند. بعد از آن توصیه‌های لازم درباره حفظ آرامش و تمرینات آرامش‌دهنده هنگام بروز اضطراب و حملات وحشت‌زدگی بر اساس وضعیت دانش‌آموز و ارزیابی‌ها به او توضیح داده می‌شود.»

او در پاسخ به این پرسش که اگر دانش‌آموزی به دریافت مداخلات تخصصی‌تر نیاز داشته باشد چه کار باید کرد، می‌گوید: «دانش‌آموزی که شرایط حادتری دارد به مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانش‌آموزی معرفی می‌شود تا از طریق اعضای تخصصی مرکز مشاوره خدمات مناسب دریافت کند. همچنین مشاوران مدارس شماره تلفن و روزهای حضور خود را در مدرسه برای مراجعه احتمالی دانش‌آموزان و اولیا اعلام می‌کنند تا در صورت نیاز در کنار آنها باشند.»

مراکز روانشناختی دانش‌آموزی در حال آماده‌باش

مدیرکل امور تربیتی، مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی درباره اطلاع‌رسانی در شبکه دانش‌آموزی شاد می‌گوید: «در راستای اطلاع‌رسانی و توانمندسازی همگانی، محتواهای تخصصی حفظ آرامش و سلامت روان در شرایط کنونی به صورت روزانه توسط گروه آموزشی مشاوران کشور تهیه می‌شود و در کانال‌های دانش‌آموزی و شبکه اطلاع‌رسانی مشاوران قرار می‌گیرد. مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانش‌آموزی موجود در تمامی مناطق کشور به صورت آماده‌باش در حال ارائه خدمات حضوری و غیرحضوری به دانش‌آموزان و والدین هستند.»

همچنین خط ملی ۱۵۷۰ که به خط اورژانس دانش‌آموزی مشهور است، به صورت ۲۴ ساعته در حال ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره تلفنی به دانش‌آموزان است. ابراهیمی در این زمینه توضیح می‌دهد: «تیم مداخله در فوریت‌های روانی-اجتماعی مناطق که در مراکز مشاوره دانش‌آموزی مستقر هستند، در زمان بروز فوریت نسبت به ارائه مداخلات تخصصی به افراد درگیر رسیدگی می‌کنند. در مدارسی که مشاور ندارند، از ظرفیت رابطان مشاور آموزش‌دیده برای برقراری ارتباط با دانش‌آموزان و ارائه راهنمایی‌های لازم به آنان استفاده خواهد شد. همچنین پویش «روایت همدلی» در راستای کنشگری ۶۳ هزار نفر از رابطان مشاوره فعال و ارسال محتواهایی از اقدامات خود در زمینه امیدآفرینی، تاب‌آوری، شجاعت و حماسه برای دانش‌آموزان فاقد مشاور در سراسر کشور آغاز شده است.»

او در توضیح طرح همیارمشاور می‌گوید: «استفاده از ظرفیت همسالان با استفاده از نقش همیاران مشاور، یکی دیگر از پویش‌هایی است که در حوزه مشاوره آموزش و پرورش به راه افتاده است. در این طرح بیش از ۱۰۲ هزار همیار مشاور فعال، در حال ارسال محتواهای خود با شعار «ما کنار هم معنا پیدا می‌کنیم» در حوزه ارائه آموزش‌های همیارانه به سایر دانش‌آموزان هستند.» ابراهیمی توضیح می‌دهد: «استفاده از ظرفیت کانون یاریگران و خانه یاریگران زندگی درباره اقدامات پیشگیرانه و رشد و توانمندسازی دانش‌آموزان در راستای حل مسأله و مهارت‌افزایی آنان برای روبه‌رو شدن با چالش‌ها و مسائل جدید در حال اجراست.» طرح یاریگران زندگی الگویی برای خودمراقبتی دانش‌آموزان است که در سطح مدارس با هدف آموزش دانش‌آموزان و خانواده‌ها در زمینه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی اجرایی شده است.

او درباره سایر اقدامات آموزش و پرورش برای پیشگیری از حالت استرس و اضطراب در دانش‌آموزان می‌گوید: «دادن روحیه امید و آگاهی از طریق ارتقای سواد رسانه‌ای به منظور حفظ تقویت انسجام ملی در شبکه‌های اطلاع‌رسانی و بسترهای ارتباطی با دانش‌آموزان برگزار می‌شود. مثلاً کارگاه آموزشی در زمینه تاب‌آوری یا برای مدیریت استرس و اضطراب، وبینار برگزار می‌کنیم. جلسات مجازی برای ارائه تکنیک‌های مراقبت از سلامت روانی و آرامش در شرایط کنونی همراه با اجرای برنامه‌های حمایتی روانشناختی از قبیل مشاوره فردی و گروهی نیز برای دانش‌آموزان آسیب دیده در کانال‌های مدرسه‌ای برگزار می‌شود. همچنین برگزاری آموزش‌های لازم استفاده از تکنیک‌های «ذهن‌آگاهی» و «مدیتیشن» برای کاهش استرس، استفاده از واژه‌های امیدبخش در پاسخ به سؤالات دانش‌آموزان در کانال‌های استانی، فعالیت‌های ساده مانند مسابقات کتابخوانی، بازی و دوری از شایعات و انتشار اخبار کذب، بخش دیگری از فعالیت‌ها و برنامه‌های در حال اجرا در اداره کل امور تربیتی، مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی وزارت آموزش و پرورش است.»

درباره پویشی که به گفته رئیس سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر کشور توسط مردم و دولت اداره می‌شود

خانه‌ات آباد... هموطن

مهسا قوی‌قلب/ پویشی ملی با عنوان «خانه‌ات آباد» برای بازسازی خانه‌های آسیب‌دیده در دوران جنگ ۱۲ روزه آغاز شده است. محمدجواد عزتی وظیفه‌خواه، رئیس سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر کشور درباره این پویش به «ایران» می‌گوید: «پویش ملی خانه‌ات آباد بستری برای جمع‌آوری کمک‌های نقدی به خانواده‌های آسیب دیده در جنگ ۱۲روزه است. بعد از حملات وحشیانه رژیم صهیونی و پایان فعالیت‌های امداد و نجات، برای کاهش آلام ناشی از جنگ، سامانه ۴۰۳۰ و تیم‌های سحر فعال شدند. در کنار آنها تماس‌های متعددی از مردم داشتیم مبنی بر اینکه چگونه می‌توانند به آسیب‌دیدگان ناشی از حملات کمک کنند و به تعبیری چه کاری از دستشان بر می‌آید. به همین دلیل برای استفاده از کمک‌های مردمی با متولیان حوزه بازسازی صحبت کردیم تا از همدلی مردم در راستای امیدآفرینی هم بهره ببریم. در نهایت به این جمع‌بندی رسیدیم که مردم عزیز خیرخواه و نوع دوستی که تمایل به کمک دارند، برای بازسازی خانه‌های آسیب‌دیده مشارکت داشته باشند.» به گفته رئیس سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر کشور، در کنار کمک‌های مردم، خیرینی که بنگاه‌های اقتصادی دارند یا ظرفیت کلان دارند، می‌توانند وارد عمل شوند. مثلاً می‌توانند مصالح ساختمانی در اختیار سازندگان قرار دهند یا موارد دیگری از این دست که می‌تواند به کار بازسازی سرعت عمل بخشد.

او در پاسخ به این سؤال که آیا هلال احمر هم در عملیات بازسازی نقشی دارد یا نه و این مبالغ جمع‌آوری شده چگونه هزینه می‌شود، می‌گوید: «کار بازسازی را نهادهای دولتی انجام می‌دهند و در واقع متولی اصلی ساخت و ساز، دولت یعنی وزارت شهرسازی و بنیاد مسکن است. مبالغ کمک‌ها نیز بعد از جمع‌آوری در اختیار این نهادها قرار داده می‌شود. البته گزارش کامل و دقیقی از روند انجام کار به مردم ارائه خواهیم داد. از ابتدای کار هم از آنجا که متولی اصلی دولت است، با هماهنگی کامل دولت این کار شروع شده است تا در روند احداث و بازسازی خانه‌های آسیب دیده همدلی وانسجام ملی هم نقش‌آفرینی داشته باشد.»

وظیفه‌خواه با دعوت از همه گروه‌های مردمی برای همراهی با پویش «خانه‌ات آباد» توضیح می‌دهد: «با شرکت در این پویش ملی بار دیگر همبستگی مثال‌زدنی ملت ایران به نمایش گذاشته می‌شود. هموطنان می‌توانند کمک‌های نقدی خود را از طریق حساب جمعیت هلال احمر نزد بانک مرکزی به شماره ۴۱۰۱۰۳۴۷۴۱۹۹۹۹۹۸، شماره کارت ۶۳۶۷۹۵۷۰۷۸۷۵۸۳۳۶ و شماره شبا IR ۷۰۰۱۰۰۰۰۴۱۰۱۰۳۴۷۴۱۹۹۹۹۹۸ و همچنین حساب این جمعیت نزد بانک ملی به شماره ۹۹۹۹۹، شماره کارت ۶۰۳۷۹۹۷۵۴۴۹۹۹۹۹۹ و شماره شبا IR ۷۷۰۱۷۰۰۰۰۰۰۰۱۹۹۹۹۹۹۹۹۰۰۳ و یا از طریق شماره‌گیری کد دستوری ۳#*۱۱۲* واریز کرده و به این پویش ملی بپیوندند. این پویش تا تکمیل فرآیند بازسازی واحدهای مسکونی آسیب‌دیده از جنگ تحمیلی دوم تداوم دارد.»

گزارش «ایران» از افزایش میزان آلودگی هوای تهران

فعلاً برای نفس کشیدن، هوا کم است

محدثه جعفری/ کیفیت هوای تهران در ۲۴ ساعت گذشته روی شاخص ۳۱۸ یعنی وضعیت بسیار ناسالم قرار گرفت. هنوز نفس‌هایمان از آلودگی‌های ماه‌های سرد سال جا نیامده بود که خشکسالی‌های پی‌درپی نفس کشیدن تابستانه را هم مشکل کرده است. آلودگی‌هایی که سالانه به گفته وزارت بهداشت، باعث مرگ ۳۰ هزار ایرانی می‌شود. مرگ‌های منتسب به آلودگی هوا به این معناست که افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای مانند بیماری‌های قلبی یا تنفسی در مواجهه با هوای آلوده، دچار تشدید علائم شده و ذرات آلاینده موجب بروز واکنش‌های التهابی شدید در بدن آنها می‌شوند. این التهاب‌ها می‌تواند با افزایش فشار خون و در ادامه، احتمال سکته‌های قلبی و مغزی همراه باشد. آلودگی هوا، حالا نه یک پدیده فقط آزاردهنده و نفسگیر، بلکه به رخدادی سبب ساز در مرگ ومیرهای چند ده هزاری در کشور تبدیل شده است. همچنین، خسارت‌های سهمگین آلودگی هوا اعداد و ارقامی هولناک را روی دست کشور می‌گذارد.

دکتر کاظم ندافی رئیس پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی تهران با اشاره به شاخص کیفیت هوای تهران در ۲۴ ساعت گذشته، می‌گوید: «براساس داده‌هایی که شرکت کنترل کیفیت هوای تهران منتشر کرده است، شاخص آلودگی هوا عدد ۳۱۸ را نشان می‌دهد که این وضعیت برای سلامتی مخاطره‌آمیز است و احتمالاً این شرایط تا پنجشنبه ۱۹ تیرماه پایدار خواهد بود. به همین دلیل به مردم توصیه می‌شود از فعالیت طولانی و سنگین خارج از منزل پرهیز کنند. اما اگر شرایط هوا مثل ۲۴ ساعت گذشته دوباره بالای ۳۰۰ قرار گیرد، نه تنها بیماران، سالمندان، کودکان و زنان باردار باید فعالیت خارج از خانه را کاهش بدهند، بلکه دیگر افراد جامعه هم باید فعالیت‌های طولانی خارج از منزل را محدود کنند.»

طبق بررسی‌های انجام شده، منشأ گرد و غبار هوا داخلی است و نتیجه خشکسالی‌های پی در پی است. دکتر ندافی در مورد آن توضیح می‌دهد: «به دلیل تغییر اقلیمی، کاهش بارندگی و خشکسالی، بادهایی که وزیده می‌شود، گرد و غبارها را به شهرها کشانده و باعث آلودگی هوا شده است. در چنین شرایطی با بررسی وضعیت سلامتی مردم، وزارت بهداشت درخواست جلسه اضطراری کرده است، به همین دلیل کمیته اضطرار آلودگی هوا در استانداری تهران تشکیل شد و با توجه به میزان شاخص‌ها، احتمالاً محدودیت‌هایی برای گروه‌هایی از جامعه در نظر گرفته شود. منتظر هستیم نتایج این جلسه اعلام شود.»

آلودگی هوا دیگر زمستان و تابستان ندارند، در هیچ یک از فصول سال نفس کشیدن راحت نیست، رئیس پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی تهران درباره اثرات زیانبار ذرات معلق در هوا، ضرورت پیشگیری، آگاه‌سازی عمومی و اقدامات ملی و فرامنطقه‌ای برای مقابله با این بحران زیست‌محیطی تأکید می‌کند و می‌گوید: «رویداد آلودگی هوایی که اکنون در آن قرار داریم با آلودگی هوای فصول سرد سال فرق دارد. در آلودگی‌های زمستان عمدتاً آلاینده مسئول PM ۲.۵ است که ذرات بسیار ریزتری هستند، اما در آلودگی هوای تابستان و رویداد اخیر، ذرات آلودگی هوا PM ۱۰ است. به همین دلیل استفاده از ماسک‌های سه‌بعدی می‌تواند به جلوگیری از ورود بخشی از آلودگی در بدن انسان کمک‌کننده باشد. استفاده از میوه، سبزیجات و سالادها بسیار توصیه می‌شود و ضرورت دارد استفاده از غذاهایی که پخت و پزهای طولانی دارند، به حداقل برسند.»

به گفته او، ذرات معلق ناشی از گرد و غبار که عمدتاً بین ۲.۵ تا ۱۰ میکرون هستند، به راحتی وارد دستگاه تنفسی می‌شوند و می‌توانند منجر به تشدید بیماری‌های ریوی، آسم، برونشیت مزمن و حتی بیماری‌های قلبی-عروقی شوند. این آلودگی بویژه برای کودکان، سالمندان، بیماران قلبی و تنفسی بسیار خطرناک است. در روزهایی که شاخص آلودگی هوا بالا می‌رود، توصیه می‌شود افراد آسیب‌پذیر از تردد در فضای باز خودداری کرده و در صورت نیاز، از ماسک‌های مناسب استفاده کنند. همچنین در و پنجره‌ها را بسته نگه دارند و از دستگاه‌های تصفیه هوا در فضای داخل استفاده کنند.