Để diệt trừ nấm mốc:

- Sửa những chỗ nước rò rỉ để mốc không mọc được.
- Rửa sạch những mảng mốc mà quý vị nhìn thấy hoặc ngửi thấy bằng dung dịch giặt rửa và nước.

Ngoài ra:

- Hãy giữ cho thoáng khí khi quý vị sử dụng chất tẩy rửa và thuốc diệt côn trùng. Muốn vậy quý vị hãy mở cửa sổ hoặc bật máy điều hòa. Hãy đảm bảo rằng máy điều hòa mang không khí từ bên ngoài vào.
- Không hút thuốc và đặc biệt là không hút thuốc ở trong nhà.
- Nếu quý vị ngửi thấy mùi gas thì đừng bật lửa hoặc làm phát tia lửa điện và hãy rời khỏi nhà lưu động ngay lập tức.
- Nếu quý vị có những quan ngại về sức khỏe, hãy thăm khám với bác sĩ hoặc một chuyên gia y khoa.

Quý vị sẽ cần phải lựa chọn nhà lưu động mà quý vị được mời dùng.

Hiện không có một tiêu chuẩn nào của liên bang quy định về mức formaldehyde ở không khí trong nhà. Các ngôi nhà ở Hoa Kỳ thường có một mức formaldehyde ở khoảng 10 đến 50 ppb (phần tỷ)

Đối với những nhà lưu động có mức formaldehyde cao (từ 50 đến 80 ppb):

Mức formaldehyde trong nhà lưu động này cao hơn mức phổ biến ở những ngôi nhà thông thường nhưng nó vẫn thấp hơn mức có thể gây nên tình trạng ảnh hưởng cấp ở sức khỏe của những người nhạy cảm. Sẽ có lợi cho sức khỏe nếu giảm được mức formaldehyde. Khi quý vị đang ở trong nhà lưu động, hãy làm theo những bước hướng dẫn trong tờ thông tin này để cải thiện chất lượng không khí.

Đối với những nhà lưu động có mức formaldehyde trung bình (10-50 ppb):

Tuy mức formaldehyde ở trong nhà lưu động này không nằm trong khoảng cao nhất nhưng sẽ có lợi cho sức khỏe hơn nếu giảm được mức formaldehyde. Khi quý vị đang ở trong nhà lưu động, hãy làm theo những bước hướng dẫn trong tờ thông tin này để cải thiện chất lượng không khí.

Đối với những nhà lưu động có mức formaldehyde thấp (dưới 10 ppb):

Mặc dù mức formaldehyde trong nhà lưu động của quý vị thấp nhưng quý vị vẫn có thể cải thiện chất lượng không khí bằng việc làm theo những bước hướng dẫn trong tờ thông tin này.

Tôi có thể nhờ giúp đỡ ở đâu?

Nếu quý vị muốn có thêm thông tin về chất lượng không khí trong nhà và về sức khỏe của quý vị hoặc về cuộc nghiên cứu của CDC về mức formaldehyde trong những ngôi nhà xe kéo và nhà lưu động, hãy gọi tới số điện thoại miễn phí của CDC **1-800-CDC-INFO**.

Nếu quý vị có thắc mắc về nhà lưu động của quý vị, hãy gọi cho FEMA theo số 1-866-562-2381 (điện văn TTY 1-800-462-7585).

08_118152

Những điều nên biết về mức Formaldehyde trong nhà lưu động

Mục đích

Tờ thông tin này cho quý vị biết về xét nghiệm không khí trong nhà ở những nhà lưu động do Cơ quan Quản lý Tình trạng Khẩn cấp Liên bang (Federal Emergency Management Agency - FEMA) cung cấp. Vì FEMA đã cung cấp cho quý vị một ngôi nhà lưu động làm nơi ở tạm thời nên có thể quý vị muốn biết thông tin về những cuộc thử nghiệm này. Tờ thông tin này cũng hướng dẫn quý vị cách giữ cho không khí trong nhà được trong lành để quý vị có thể cảm thấy mạnh khỏe trong khi sống trong nhà lưu động.

Thông tin chung

Trong tháng Chạp năm 2007 và tháng Giêng năm 2008, các Trung tâm Ngăn ngừa và Kiểm soát Bệnh tật (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) đã thực hiện thử nghiệm trong những nhà xe kéo và nhà lưu động do FEMA cung cấp ở các tiểu bang Louisiana và Mississippi. CDC đã phát hiện thấy một số thông tin hữu ích về các nhà xe kéo và nhà lưu động dành cho các cư dân sinh sống ở hai tiểu bang này. Căn cứ vào những kết quả của cuộc nghiên cứu, hiện tại FEMA đang cho kiểm tra mức formaldehyde trong từng ngôi nhà lưu động trước khi đưa vào sử dụng làm nơi ở tạm thời dành cho các cư dân. **Những thông tin mà CDC có được chỉ áp dụng đối với hai tiểu bang mà họ đã kiểm tra nhà xe kéo và nhà lưu động do FEMA cung cấp là các tiểu bang Louisiana và Mississippi.**

Nhà lưu động mà quý vị được cung cấp đã trải qua cuộc kiểm tra về mức formaldehyde và một chuyên gia đã khẳng định độ chính xác của các kết quả kiểm tra.

Formaldehyde là gì?

Formaldehyde là chất khí không màu, nặng mùi . Nó được sử dụng trong quá trình làm ra các nguyên vật liệu xây dựng và các sản phẩm gia dụng. Formaldehyde được sử dụng để làm tường, tủ và đồ đạc trong những ngôi nhà xe kéo và nhà lưu động.

Mức formaldehyde đo được trong nhà di động mà FEMA đã cung cấp cho tôi là bao nhiêu?

Mức formaldehyde đo được trong nhà di động của quý vị ngày _____ là _____ ppb.

Điều gì xảy ra khi người ta hít quá nhiều formaldehyde?

Nếu hít phải nhiều Formaldehyde có thể quý vị sẽ cảm thấy mỏi mệt. Người hít phải có thể có những triệu chứng như:

- Đau họng
- Ho
- Cay mắt
- Chảy máu mũi

Các nhà khoa học dùng từ "bị phơi nhiễm" hay "phơi nhiễm" để nói tới cách mọi người tiếp túc với một chất nào đó, ví dụ như formaldehyde. Một số người nhạy cảm hơn những người khác vì thế họ có thể cảm thấy mỏi mệt hoặc khó chịu khi bị phơi nhiễm nhưng những người khác thì lại không gặp phải vấn đề gì. Một số triệu chứng cũng xảy ra ở những người mắc bệnh lý về đường hô hấp trên, ví dụ như cảm lạnh/cảm cúm và những dị ứng theo mùa, vì thế nếu quý vị gặp phải những triệu chứng này thì quý vị nên đi thăm khám với bác sĩ hoặc chuyên gia y khoa.

Nói chung –

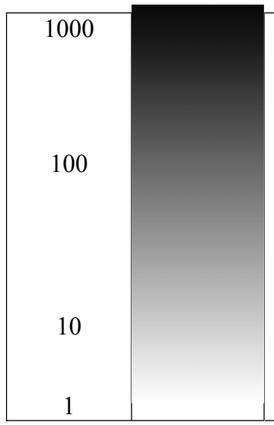
- Nếu quý vị nhạy cảm với formaldehyde và phải tiếp xúc nhiều với nó hoặc trong một thời gian dài thì mức độ gặp phải những triệu chứng này càng cao.
- Nếu quý vị tiếp xúc với formaldehyde ở mức độ thấp trong khoảng thời gian ngắn, nguy cơ mắc phải những triệu chứng này ít hơn, đặc biệt ít nếu quý vị không nhạy cảm với formaldehyde.

Formaldehyde được biết đến là một nguyên nhân gây bệnh ung bướu (cancer). Bệnh ung bướu làm người ta quan ngại nhất là ung bướu mũi và họng. Nghiên cứu khoa học chưa xác định được mức độ phơi nhiễm formaldehyde cụ thể gây nên bệnh ung bướu. Tuy nhiên, việc tiếp xúc với mức độ lớn chất formaldehyde và tiếp xúc trong một thời gian dài làm gia tăng nguy cơ mắc bệnh ung bướu. Tiếp xúc với formaldehyde, dù ở ở mức thấp không gây nên triệu chứng, cũng có thể làm gia tăng nguy cơ mắc bệnh ung bướu.

Mức formaldehyde đo được trong nhà lưu động mà FEMA cung cấp là bao nhiêu?

Mức formaldehyde đo được trong nhà lưu động của quý vị cho chúng tôi biết lượng formaldehyde có vào thời điểm FEMA tiến hành kiểm tra. Nó cũng có thể giúp quý vị quyết định loại nhà ở ngắn hạn nào phù hợp với gia đình quý vị nhất. Mức formaldehyde này không cho chúng tôi biết lượng formaldehyde mà quý vị có thể hít vào trong thời gian quý vị ở trong nhà lưu động. Mức formaldehyde có thể cao hơn khi nhà lưu động mới được xây dựng xong hoặc trong điều kiện thời tiết nóng. Vì hiện chưa có một điều luật hay quy định nào áp dụng đối với mức formaldehyde nên không có một con số nào cho chúng tôi biết mức formaldehyde trong nhà lưu động của quý vị là cao hay thấp. Hãy xem biểu đồ dưới đây để biết được mức formaldehyde trong nhà lưu động của quý vị.

Sức khỏe Môi trường



Sau khi xem nếu quý vị thấy mức formaldehyde trong nhà quý vị nằm ở **khoảng cao**, quý vị cần phải dành sự ưu tiên cao cho công việc làm giảm khả năng phơi nhiễm của quý vị đối với chất formaldehyde. Việc này đặc biệt quan trọng nếu các thành viên trong gia đình quý vị là người cao niên, trẻ nhỏ, hoặc có những bệnh lý như suyễn.

Sau khi xem nếu quý vị thấy mức formaldehyde trong nhà quý vị nằm ở **khoảng trung bình** thì nguy cơ bệnh mệt vì tiếp xúc với formaldehyde thấp hơn nhưng quý vị vẫn cần phải thực hiện các bước theo hướng dẫn để làm giảm mức độ tiếp xúc với formaldehyde. Việc này đặc biệt quan trọng nếu các thành viên trong gia đình quý vị là người cao niên, trẻ nhỏ, hoặc có những bệnh lý như suyễn.

Sau khi xem nếu quý vị thấy mức formaldehyde trong nhà quý vị nằm ở **khoảng thấp**, tức là mức formaldehyde trong nhà quý vị cũng tương tự như ở các đường phố và trong nhiều tòa nhà. Ở mức này nguy cơ mắc phải những vấn đề về sức khỏe thấp.

Lưu ý: Các mức formaldehyde được tính theo tỷ lệ một phần tỷ (ppb). Để chuyển sang tỷ lệ một phần triệu (ppm), hãy chia cho 1000.

Ngoài mức formaldehyde, quý vị cũng nên xét đến những yếu tố khác.

- **Tuổi tác**. Việc tiếp xúc với formaldehyde là một mối quan ngại đặc biệt đối với trẻ em và người già. Trẻ em có thể dễ dàng nhạy cảm đối với formaldehyde hơn và như thế nguy cơ trẻ sẽ cảm thấy bệnh mệt cao hơn. Người cao niên ít có khả năng chịu được mức formaldehyde cao. Nếu có trẻ em hoặc người cao niên ở trong nhà lưu động của quý vị, điều quan trọng là phải làm giảm mức độ tiếp xúc của họ với formaldehyde.

- **Tình trạng Sức khỏe**. Formaldehyde gây kích thích đường hô hấp. Những người mắc bệnh suyễn, viêm phế quản, hoặc các chứng về hô hấp khác đặc biệt nhạy cảm với việc tiếp xúc với formaldehyde. Những ai mắc các bệnh kinh niên cũng có thể ít có khả năng chịu được việc tiếp xúc với formaldehyde hơn. Mức độ ảnh hưởng của formaldehyde đối với phụ nữ đang mang thai và thai nhi có thể không cao hơn bình thường nhưng họ cũng nên thận trọng đối với việc tiếp xúc với formaldehyde. Nếu bất cứ ai trong nhà lưu động của quý vị mắc phải bất cứ bệnh lý nào trong những bệnh lý này thì điều quan trọng là phải làm giảm mức độ tiếp xúc của họ với formaldehyde.

- **Sử dụng nhà lưu động như thế nào**. Một số người ở trong nhà lưu động của mình nhiều giờ trong ngày. Những người khác chỉ ở trong một khoảng thời gian ngắn. Điều quan trọng là nhu cầu ở trong nhà nhiều bao nhiêu thì quý vị càng phải hạ thấp mức độ phơi nhiễm với formaldehyde của mình bấy nhiêu.

Điều này có ảnh hưởng như thế nào đối với gia đình tôi?

FEMA cung cấp nhà lưu động với mục đích đáp ứng nơi ở tạm thời trong trường hợp khẩn cấp. Các cư dân cư trú trong nhà lưu động nên cố gắng chuyển đến sống ở nhà cố định. Những gia đình ở nhà lưu động có trẻ em, người cao niên hoặc những người có bệnh lý như suyễn chẳng hạn cần cố gắng tìm nhà ở cố định càng sớm càng tốt.

Tôi có thể cải thiện chất lượng không khí trong nhà lưu động như thế nào?

Để bảo vệ bản thân khỏi bị phơi nhiễm với chất formaldehyde:

- Mở cửa sổ càng nhiều càng tốt để không khí trong lành vào nhà.
- Cố gắng duy trì nhiệt độ bên trong nhà ở mức dễ chịu thấp nhất.
- Bật điều hòa không khí hoặc máy hút ẩm để diệt trừ mốc.
- Đồng thời dành thời gian cho các hoạt động ngoài trời để hít thở không khí trong lành càng nhiều càng tốt. Điều này đặc biệt quan trọng đối với những gia đình có trẻ em, người cao niên hoặc người mắc các bệnh kinh niên như suyễn.