



Pwoteje Sante Ou Epi Pran Prekosyon Aprè Yon Siklòn

Haitian Creole translation of "Key Facts About Hurricane and Flood Recovery"

<http://emergency.cdc.gov/disasters/hurricanes/recovery.asp>

Evite pran maladi nan MANJE

Idantifye epi jete manje ki ka danjere pou moun manje. Jete manje ki te ka an kontak ak inondasyon oubyen dlo tanpèt. Jete manje nan bwat ki vin gonfle, ki ouvè, oubyen domaje. Jete manje ki genyen move sant, koulè, oubyen teksti. Jete manje ki gate (tankou vyann, poul, pwason, ze, avèk rèss manje) ki te nan tanperati 40 degree Fahrenheit (F) pou plis dezèdtan. Manje ki fonn men ki genyen ti moso glas oubyen ki mwens pase 40 degre F ka retounen nan konjelatè a oubyen ou ka fè manje avèk yo. Si manje ki nan bwat aliminyòm te an kontak avèk dlo inondasyon oubyen dlo tanpèt retire etikèt yo, lave bat aliminyòm nan epi mete yo nan yon melanj ki fèt ak 1 gode (240 mililit) klowòks pou chak 5 galon dlo. Make bwat yo ak yon plim fet

Pwekosyon pou konsève manje. Lè yo pran kouran, fè tout mwayen posib pou w kite pòt frijidè ak pòt konjelatè a fèmen. Ajoute moso glas oubyen glas chèch nan frijidè a si w atann pou yo pran kouran an pou plis pase katrèdtan. Mete gan ki solid lè wap sèvi ak glas.

Evite pran maladi nan Dlo

Koute epi swiv anons piblik sa yo. Otorite lokal yo ap di w si w ka sèvi ak dlo tiyo pou w bwè, fè manje, oubyen benyen. Si gen danje pou w sèvi ak dlo a, swiv esplikasyon otorite lokal yo pou sèvi ak dlo nan boutèy, dlo bouyi, oubyen pou dezenfekte dlo pou fè manje, netwaye, oubyen benyen.

Fason pou bouyi oubyen dezenfekte dlo korèkteman. Kite dlo a bouyi pou omwen yon (1) minit pou ka touye mikwòb. Si w pa ka bouyi dlo, mete 1/8 ti kiyè (~0.75 mL) klowòks likid ou fenk achte pou sèvi nan kay, epi ki pa genyen okenn sant nan chak galon dlo. Melanje dlo a byen, epi kite li poze pou 30 minit avan ou sèvi avèk li. Olye pou w bouyi dlo oubyen sèvi ak klowòks, ou ka sèvi avèk grenn pou pirifye dlo. Pou ti bebe, **selman** sèvi avèk fòmil ti bebe ki deja prepare nan bwat. Pa prepare manje an poud pou ti bebe a avèk dlo bouyi oubyen dlo ki dezenfekte. Netwaye jwèt timoun ki te an kontak ak dlo. Sèvi avèk yon melanj ki genyen 1 gode klowòks pou chak 5 galon dlo ladan pou netwaye jwèt yo. Kite jwèt yo seche nan lè aprè ou fin netwaye yo.

Evite epi trete LÒT MALADI ak BLES!

Evite anpwazònman monoksid kabòn. Monoksid kabòn se yon gas ki pa genyen ni koulè ni odè, anpil aparèy ka pwodwi epi se pwazon li ye si w respire li. Pa sèvi ak dèlko, griy ki pran chabon bwa, recho kan, avèk lòt aparèy ki sèvi ak gazolin oubyen chabon anndan kay, sousòl, oubyen garaj, oubyen tou pre fenèt, pòt, oubyen griyay vantilasyon. Pa kite machin oubyen kamyon ap mache anndan yon garaj ki atache ak kay ou, menm si ou kite pòt la ouvri. Pa chofe kay ou avèk yon fou a gaz. Si detektè monoksid kabòn nan bay son, kite kay la imedyatman epi rele 911. Si w sispèk anpwazònman monoksid kabòn epi ou santi w gen toudisman, tèt ou lejè, oubyen ou gen kèplen, chèche swen medikal byen vit.

Pwoteje Sante Ou Epi Pran Prekosyon Aprè Yon Siklòn

(kontinye soti nan paj avan sa a)

Evite dlo inondasyon avèk mayengwen. Swiv tout prekosyon konsènan dlo nan lari yo. Pa kondwi machin oubyen gwo aparèy nan dlo a. Si w gen pou w travay nan dlo inondasyon an oubyen tou prè li, mete yon vès pou pwoteje lavi ou. Si w nan yon zòn kote dlo inondasyon ap monte, mete yon vès pou pwoteje lavi ou, oubyen mete oubyen kenbe yon kote ki tou prè ou lòt aparèy sovta. Mete pantalon long, chosèt, ak rad manch long epi sèvi ak pwodwi ki chase ensèk ki genyen DEET oubyen Pikariden pou mayagwen pa mòde w.

Evite kay ak konstriksyon ki pa estab. Rete lwen kay avèk konstriksyon tout tan enspektè oubyen anplwaye leta poko egzaminen yo, pou sètifye yo pa gen danje ladan yo. Kite kote w ye a imedyatman si w tande son oswa bri ki pa nòmal epi ki ba w sinyal ki fè konnen kay la oubyen konstriksyon an pral tonbe.

Pran prekosyon ak bèt sovaj oubyen bèt ki pèdi. Evite bèt sovaj oubyen bèt ki pèdi. Rele otorite lokal ki pran swen pwoblèm ak bèt. Retire bèt ki mouri dapre règleman lokal.

Pran prekosyon ak danje elektrik ak danje dife. PA JANM manyen yon fil kouran ki tonbe. Rele konpayi kouran an pou fè yo konnen fil yo tonbe. Evite kontak avèk fil kouran ki sou tèt ou pandan wap netwaye avèk pandan lòt aktivite. Si sikwi elekti yo ak aparèy elektrik yo mouye oubyen yo tou pre dlo, fèmen brekè prensipal la oswa fyouz ki nan panno sèvis la. Pa limen kouran an ankò jiskaske yon elektrisyen ki kalifye enspekte aparèy yo. Ba boule chandèl bò kote bagay ki ka pran dife oubyen pa kite chandèl yo san moun pap siveye yo. Si sa posib, sèvi ak flach oubyen limyè ki sèvi ak pil olyè w sèvi ak chandèl.

Pran prekosyon avèk bagay ki gen danje ladan yo. Mete rad avèk aparèy pou pwoteje tèt ou (pa ekzanp, mete aparèy ki pou ede w respire) lè wap sèvi avèk bagay ki gen danje ladan yo. Lave po ki ka te an kontak pwodwi chimik ki gen danje ladan yo. Kontakte orite lokal yo si w pa konnen ki jan pou w trete yon bagay ki danje ladan.

Netwaye epi evite pou kay la pa gen mwezi ladan. Netwaye epwi seche kay la vit (nan 24 a 48 èd tan). Ouvri pòt ak fenèt yo. Sèvi ak vantilatè pou seche kay la. Pou evite kay la gen mwezi, netwaye tout kote ki mouye avèk savon ak dlo. Pou retire mwezi, mete gan ki enpèmeyab, ouvri fenèt ak pòt yo, epi netwaye avèk yon melanj ki genyen 1 gode klowòks pou chak galon dlo. Jete bagay ki mouye (tankou tapi oubyen mèb ki fèt an twal) ki pa ka seche vit. Repare kote dlo ap koule nan tèt kay la, mi yo, avèk nan plonbri yo.

Pran san ou epi chache sipò. Siveye fatig oubyen presyon fizik oubyen emosyonèl. Bay chak travay netwayaj priyorite yo, epi pran san ou lè wap fè travay la. Fè efò pou w pa travay pou kont ou. Pa Fatige kò ou twòp. Mande manm fanmi ou, zanmi oubyen, oubyen pwofesyonèl pou ede ou. Chache èd pwofesyonèl, si w bezwen li.

Evite aksidan nan mis yo. Lè wap leve yon bagay ki lou epi ki gwo, travay ann ekip ki gen 2 oubyen plis moun pou leve yo. Evite leve bagay ki peze plis pase 50 liv (pou chak moun).

Rete kote ki fre Lè l fè cho, rete nan kay ki genyen èkondisyon; pran repo kote ki genyen lonbraj oubyen nan sal ki fre; bwè anpil dlo avèk bwason san alkòl souvan; mete rad lejè, ki genyen koulè pal, epi ki laj; fè tout aktivite ou dwe fè deyò lè tanperati a pi fre.

Pwoteje Sante Ou Epi Pran Prekosyon Aprè Yon Siklòn

(kontinye soti nan paj avan sa a)

Trete blesi. Netwaye tout blesi avèk kote ki koupe avèk savon ak dlo pwòp. Pase krèm antibyotik. Kontakte yon doktè pou wè si w bezwen plis tretman (tankou vaksen tetanòs). Si blesi a vin wouj, anfle, oubyen lap koule, chache swen medikal imedyatman.

Lave men ou. Sèvi avèk savon ak dlo pou lave men ou. Si pa gen dlo, sèvi ak pwodwi ki genyen alkòl pou lave men ou.

Mete rad ki pwoteje ou lè wap netwaye. Mete kas, linèt pou pwoteje je w, gan pou travay di, and bòt ki pa kite dlo antre e ki genyen fè devan li ak nan semèl li (Pa sèlman yon ti fè nan semèl la). Mete pwotèj pou zorèy ou oubyen ekoutè ki bay pwoteksyon pou redwi bwi fò ekipman yo fè.

For more information, visit emergency.cdc.gov/disasters/cr
or call CDC at 800-CDC-INFO (English and Spanish) or 888-232-6348 (TTY).

25 jiyè 2005

Paj 3 nan 3