

Biện Pháp Sẵn Sàng Đối Phó của Hội Chữ Thập Đỏ

Danh Sách Kiểm Tra An Toàn Khi Có Bão Mùa Đông

Bão mùa đông có thể biến đổi từ một trận tuyết trung bình trong vài giờ cho đến một cơn bão tuyết mù mịt, tuyết thổi kéo dài vài ngày. Một số cơn bão mùa đông đủ lớn để ảnh hưởng đến vài tiểu bang, trong khi những cơn bão khác chỉ ảnh hưởng đến một cộng đồng duy nhất. Có nhiều cơn bão mùa đông đi kèm hiện tượng nhiệt độ thấp nguy hiểm và đôi khi là gió mạnh, đóng băng, mưa đá.

Nắm Rõ Sự Khác Biệt

Quan Sát Bão Mùa Đông

Các điều kiện bão mùa đông có thể xảy ra trong 2 đến 5 ngày tiếp theo.

Khuyến Cáo Về Thời Tiết Mùa Đông

Các điều kiện thời tiết mùa đông được dự kiến sẽ gây ra những bất tiện đáng kể và có thể trở nên nguy hiểm. Khi sử dụng biện pháp thận trọng, những tình huống này sẽ không đe dọa tính mạng.

Cảnh Giác Bão Mùa Đông

Các điều kiện bão mùa đông có thể xảy ra trong 36 đến 48 giờ tiếp theo. Những ai trong khu vực cần cảnh giác nên xem lại kế hoạch đối phó với bão mùa đông và cập nhật thông tin về các điều kiện thời tiết.

Cảnh Báo Bão Mùa Đông

Các điều kiện thời tiết mùa đông nghiêm trọng, đe dọa tính mạng đã bắt đầu hoặc sẽ bắt đầu xuất hiện trong vòng 24 giờ. Những ai trong khu vực cảnh báo phải có các biện pháp thận trọng ngay lập tức.

Tôi phải làm gì?



- ❑ Mặc vài lớp quần áo nhẹ, đeo găng tay len và đội nón (nên dùng nón phủ tai).
- ❑ Mang ủng chống nước, cách nhiệt để giữ cho bàn chân được ấm và khô và bảo vệ bàn chân khi bước đi trên băng và tuyết.
- ❑ Giảm thiểu việc đi lại. Nếu cần đi lại, để bộ tiếp liệu dự phòng thảm họa trong xe của quý vị.
- ❑ Nghe Radio Dự Báo Thời Tiết NOAA hoặc các kênh tin tức địa phương khác để biết thông tin cập nhật quan trọng của Sở Dự Báo Thời Tiết Quốc Gia (NWS).
- ❑ Trang bị cho xe thiết bị chống lạnh và giữ cho bình xăng được đầy. Một bình xăng đầy sẽ giữ cho dây dẫn xăng không bị đóng băng.
- ❑ Cách nhiệt cho nhà của quý vị bằng cách lắp cửa sổ chống bão hoặc che cửa sổ bằng plastic từ bên trong để giữ không khí lạnh ở bên ngoài.
- ❑ Bảo trì thiết bị sưởi ấm và ống khói bằng cách lau dọn và kiểm tra mỗi năm.
- ❑ Mang vật nuôi/vật đồng hành vào bên trong trong mùa đông. Di chuyển động vật hoặc gia súc khác đến các khu vực trú ẩn có nước uống không bị đóng băng.
- ❑ Nước chảy, ngay cả khi nhỏ giọt, giúp cho đường ống không bị đóng băng.
- ❑ Phải thông gió và dọn sạch tất cả thiết bị đốt nhiên liệu.

Các Trường Hợp Cấp Cứu Liên Quan Đến Thời Tiết Lạnh

- ❑ **Tê cóng và hạ thân nhiệt** là hai trường hợp cấp cứu nguy hiểm và có thể đe dọa tính mạng. Hay tìm hiểu cách chăm sóc cho các trường hợp cấp cứu này bằng cách học sơ cứu.

Tôi cần những nguồn tiếp liệu nào?



- ❑ Nước—nguồn tiếp liệu ít nhất 3 ngày; một gallon cho một người mỗi ngày
- ❑ Thực phẩm—nguồn tiếp liệu ít nhất 3 ngày, gồm thức ăn không bị phân hủy, dễ chuẩn bị
- ❑ Đèn pin
- ❑ Radio dùng pin hoặc quay tay (Radio Dự Báo Thời Tiết NOAA, nếu có thể)
- ❑ Pin dự phòng
- ❑ Bộ dụng cụ sơ cứu
- ❑ Dược phẩm (nguồn tiếp liệu 7 ngày) và các dụng cụ y tế (thiết bị trợ thính có pin dự phòng, kính mắt, kính sát trùng, xi lanh, gậy)
- ❑ Dụng cụ đa năng
- ❑ Băng vệ sinh và đồ dùng vệ sinh cá nhân
- ❑ Bản sao các giấy tờ tùy thân (danh sách thuốc và thông tin y tế liên quan, giấy tờ chứng minh địa chỉ, giấy chứng nhận quyền sở hữu/hợp đồng thuê nhà, giấy khai sinh, đơn bảo hiểm)
- ❑ Điện thoại di động có thiết bị sạc
- ❑ Thông tin liên lạc của gia đình và trong trường hợp khẩn cấp
- ❑ Tiền mặt dự phòng
- ❑ Nguồn tiếp liệu cho em bé (chai sữa, bột, thức ăn trẻ em, tã)
- ❑ Nguồn tiếp liệu cho vật nuôi (dây buộc cổ, dây buộc, ID, thức ăn, thiết bị mang giữ, tã)
- ❑ Dụng cụ/nguồn tiếp liệu để bảo vệ nhà của quý vị
- ❑ Túi đựng cho mèo đi tiểu bằng cát, muối mỏ hoặc không đóng cục để lối đi và cầu thang không bị trơn
- ❑ Áo ấm, găng tay hoặc vớ len, nón, ủng và chăn mền dự phòng và quần áo ấm cho mọi thành viên trong hộ gia đình
- ❑ Nhiều phương thức sưởi ấm thay thế chẳng hạn như lò sưởi hoặc lò nướng bằng củi hoặc than củi

Tôi phải làm gì sau khi có bão?



- ❑ Hãy đến một nơi trú ẩn công được chỉ định nếu nhà của quý vị mất điện hoặc nhiệt trong thời gian rất lạnh.
- ❑ Tránh lái xe khi có các điều kiện như mưa đá, hoặc mưa phùn, tuyết rơi hoặc sương mù dày đặc.
- ❑ Trước khi xử lý các công việc căng thẳng ở thời tiết lạnh, hãy cân nhắc điều kiện thể chất của quý vị, các nhân tố thời tiết và bản chất của công việc đó.
- ❑ Hãy bảo vệ chính mình để không bị tê cóng và hạ thân nhiệt bằng cách mặc quần áo ấm, rộng, nhẹ thành vài lớp. Hãy ở trong nhà nếu có thể.
- ❑ Giúp những ai cần hỗ trợ đặc biệt chẳng hạn như người lớn tuổi sống một mình, người khuyết tật và trẻ em.
- ❑ Để ý đến vật nuôi của quý vị và đảm bảo nguồn thức ăn và nước uống của chúng không bị tắc do tuyết, băng hoặc các chướng ngại vật khác. Nếu có thể, hãy mang chúng vào nhà.

Thận trọng: Carbon Monoxid Có Thể Làm Chết Người

- ❑ Không được sử dụng máy phát điện, lò nướng, lò dã ngoại hoặc các thiết bị xăng, propan, khí thiên nhiên hoặc than củi bên trong nhà ở, nhà xe, tầng hầm, gác xép hoặc bất kỳ khu vực nào kín một phần. Đặt thiết bị cách xa cửa chính, cửa sổ và lỗ thông gió có thể để carbon monoxid đi vào trong nhà.
- ❑ Những tình huống nguy hiểm chính cần tránh khi sử dụng các nguồn điện thay thế, sưởi ấm hoặc nấu ăn là nhiễm độc carbon monoxid, điện giật và hỏa hoạn.
- ❑ Lắp chuông báo carbon monoxid ở các địa điểm trung tâm trên mỗi tầng trong nhà và các khu vực để ngủ ở bên ngoài để có thể cảnh báo sớm về mức carbon monoxid tích tụ.
- ❑ Nếu chuông báo carbon monoxid kêu, hãy nhanh chóng di chuyển đến một địa điểm có không khí trong lành ngoài trời hoặc kế bên cửa sổ hoặc cửa chính để mở.
- ❑ Hãy gọi nhờ người giúp từ vị trí có không khí trong lành và ở yên đó cho đến khi nhân viên đối phó trường hợp khẩn cấp đến giúp quý vị.

Cho Gia Đình Quý Vị Biết Rằng Quý Vị Được An Toàn

Nếu cộng đồng của quý vị gặp một cơn bão mùa đông nghiêm trọng, hoặc bất kỳ thảm họa nào, hãy đăng ký trên trang Web Sức Khỏe và An Toàn của Hội Chữ Thập Đỏ Hoa Kỳ được cung cấp qua RedCross.org/SafeandWell để cho gia đình và bạn bè của quý vị biết tình hình sức khỏe của quý vị. Nếu quý vị không truy cập được Internet, hãy gọi **1-866-GET-INFO** để đăng ký cho chính mình và cho gia đình.



Để biết thêm thông tin về việc chuẩn bị đối phó thảm họa và trường hợp khẩn cấp, hãy truy cập RedCross.org.

Bản quyền © 2009 thuộc Hội Chữ Thập Đỏ Quốc Gia Hoa Kỳ