

# Giảm phơi nhiễm tàn tro khi trở về nhà sau hỏa hoạn



## Thận trọng



Nếu bạn ở gần nhà đã bị cháy, bạn cần biết về những hiểm họa tiềm tàng cho sức khỏe, mặc dù nhà của bạn không bị hư hại vì hỏa hoạn.

Tàn tro và mảnh vỡ từ những căn nhà bị cháy có thể bị thổi vào bên trong nhà và đến những nơi không bị hỏa hoạn.

Tàn tro chứa những chất độc hại và có thể gây khó chịu cho da, mắt, mũi, họng. Hít thở tàn tro có hại cho sức khỏe và có thể làm lên cơn hen suyễn.

## Những bước đơn giản giúp bạn giảm phơi nhiễm tàn tro và bảo vệ sức khỏe:



### Không cho tàn tro xâm nhập

- Không cho trẻ chơi trong đám tàn tro và rửa sạch đồ chơi trước khi cho trẻ chơi với chúng.
- Ngay lập tức rửa sạch những phần trên cơ thể đã tiếp xúc với tàn tro để tránh bị sưng tấy. Cách bảo vệ tốt nhất là giữ trẻ ở bên trong nhà để giảm phơi nhiễm tàn tro cho đến khi tàn tro được dọn sạch.
- Rửa sạch rau quả từ vườn trước khi dùng.
- Bỏ giày ra trước khi vào nhà hoặc sử dụng "thảm dính" tại cổng ngõ và cửa vào để loại bỏ bụi và tro bám giày. Thảm dính có bán tại các cửa hàng dụng cụ.
- Không cho thú nuôi vào những khu vực có tàn tro và tắm sạch cho chúng nếu chúng có tiếp xúc với tàn tro.



### Giữ sạch môi trường bên trong nhà

- Thường xuyên chùi quét bên trong nhà, sau đó lau nhà để giảm phơi nhiễm tàn tro bên trong nhà.
- Chỉ sử dụng máy hút bụi có trang bị bộ lọc hạt không khí hiệu quả cao (HEPA-filter). Máy hút bụi công nghiệp và các loại máy hút bụi thường khác không có bộ lọc hạt không khí nhỏ, lại có thể thổi ngược hạt bụi trở vào không khí để rồi hít thở vào phổi.



### Mặc quần áo phòng hộ và đeo khẩu trang khi làm việc ngoài trời

- Không sử dụng máy thổi lá hoặc làm những công việc thổi tàn tro vào không khí.
- Đeo bao tay, mặc áo tay dài, quần ống dài, vớ, giày đế da không tiếp xúc với tàn tro và các mảnh vỡ.
- Đóng gói nhựa túi đôi hoặc vật chứa khác khi dọn mảnh vỡ và tàn tro. Phải dán kín miệng túi hoặc nắp để tàn tro không bay trở ra môi trường khi mưa gió.
- Đeo khẩu trang kín miệng hạng N-95 hoặc P-100 để ngăn không hít thở hạt tro hoặc khói. Khẩu trang N-95 che kín miệng nếu không tiếp xúc với lông trên mặt; dây đeo căng đúng mức, không quá chặt; khẩu trang phủ kín ngang sống mũi. Đối với trẻ em, khó mà đeo khẩu trang kín miệng ngay cả khi sử dụng cỡ mẫu nhỏ nhất của người lớn. Người có vấn đề tim phổi cần tham vấn bác sĩ của họ trước khi đeo khẩu trang trong giai đoạn dọn dẹp sau hỏa hoạn.
- Viện quốc gia về An toàn và Sức khỏe Nghề nghiệp (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH) là cơ quan duy nhất có thẩm quyền chứng nhận khẩu trang để xác định chúng đủ khả năng bảo vệ con người. Chỉ dùng hàng có dấu chứng nhận của NIOSH in trên nhãn hoặc bao bì.

