

คำแนะนำในการกลับเข้ามาอีกครั้งและคำแนะนำเกี่ยวกับอันตรายสำหรับการเยี่ยมชมชั่วคราว



สำหรับผู้อยู่อาศัยใน MAUI ที่ได้รับผลกระทบจากไฟป่า

กรมอนามัยแห่งรัฐฮาวาย (Hawai'i Department of Health, DOH)

ตระหนักถึงความปรารถนาของชุมชนที่จะกลับไปยังพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจากไฟป่า เราเชื่อว่าโอกาสในการเยี่ยมชมสถานที่ตั้งของบ้านของคุณอาจช่วยยุติความโศกเศร้าและเริ่มรักษาสภาพจิตใจได้ อย่างไรก็ตาม อาจมีบางคนเลือกที่จะไม่ดูสถานที่ซึ่งขึ้นอยู่กับคุณว่าจะเลือกไปเยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบหรือไม่

รู้ก่อนเดินทางไปยังพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบ

- พื้นที่ที่ได้รับผลกระทบอาจทำให้เกิดอันตรายได้จากโครงสร้างที่ไม่มั่นคง วัตถุที่เป็นโลหะมีคม และเก้าอี้ที่มีสารพิษ อย่างไรก็ตาม ด้วยการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันที่เหมาะสมและถอดออกอย่างถูกต้อง จึงสามารถเดินทางไปยังพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบได้อย่างปลอดภัย
- เด็กและสตรีมีครรภ์มีความเสี่ยงสูงกว่าจากอันตรายจากเศษซากต่าง ๆ และไม่ควรเข้าไปในพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบหรือช่วยทำความสะอาด
- เราขอแนะนำให้คุณนำเสื้อผ้าและรองเท้าสำหรับเปลี่ยนเพิ่มเติมติดตัวไปด้วย เพื่อให้คุณสามารถเปลี่ยนได้ทันทีหลังการเยี่ยมชม
- นำถุงขยะมาด้วยเพื่อใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล (PPE) และเสื้อผ้าที่ใช้แล้วของคุณหลังจากการเยี่ยมชม
- นำน้ำดื่มมาด้วยเพราะอาจจะร้อนมาก
- นำทิชชูหรือผ้าผืนเล็กมาด้วยสำหรับเช็ดน้ำตาและเหงื่อ

ลดการสัมผัสกับเถ้าและวัสดุอันตราย

เศษซากและเถ้าอาจมีส่วนผสมของตะกั่ว แร่ใยหิน สารหนู โพลีไซคลิกอะโรมาติกไฮโดรคาร์บอน (PAHs) ไดออกซิน หรือสารอันตรายอื่น ๆ รวมอยู่ด้วย ฝุ่น สิ่งสกปรก และเขม่าอาจลอยอยู่ในอากาศได้หากถูกรบกวน ทำให้เกิดความเสียหายเมื่อมีการหายใจเข้าไปและสัมผัสกับสารอันตรายเหล่านี้ การสัมผัสกับสารพิษเหล่านี้ อาจทำให้เกิดมะเร็ง ปัญหาระบบทางเดินหายใจ และปัญหาสุขภาพอื่น ๆ

ป้องกันตัวเองด้วย PPE ที่เหมาะสม

ผู้ใหญ่ควรใช้ PPE รวมถึงหมวกกันน็อก แวนตา ถุงมือทำงาน ชุดคลุมทั้งตัว ถุงเท้า และรองเท้า (รวมถึงถุงครอบรองเท้าแบบใช้แล้วทิ้ง) เพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับเถ้า หมวกกันน็อกไม่สามารถปกป้องคุณจากเถ้าได้ กรมอนามัยแนะนำให้สวมเครื่องช่วยหายใจหรือหมวกกันน็อกที่รัดแน่น โดยมองหาคำว่า NIOSH หรือ N95 ที่พิมพ์อยู่บนหมวกกันน็อก โปรดจำไว้ว่าไม่มีหมวกกันน็อกชนิดใดที่มีประสิทธิภาพเว้นแต่จะสวมใส่ได้พอดีและเหมาะสม

PPE มีไว้สำหรับการใช้งานครั้งเดียวในขณะที่เยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบชั่วคราว หลังการใช้งาน ควรใส่ PPE ลงในถุงขยะและทิ้งร่วมกับถังขยะทั่วไป แนะนำให้ล้างมือให้สะอาดหลังจากกำจัดชิ้นส่วน PPE ที่สวมใส่แล้ว

โปรดจำไว้ว่าคุณอาจเผชิญกับสถานะที่เป็นอันตรายหรือสัมผัสกับวัสดุที่เป็นพิษ ให้สวมอุปกรณ์ป้องกันและลดเวลาในการสัมผัสให้น้อยที่สุด

หากมีคำถาม

State of Hawai'i Maui Disaster Relief Call Center (ศูนย์รับแจ้งเพื่อบรรเทาภัยพิบัติแห่ง Maui รัฐฮาวาย)
808-727-1550

เปิดทำการทุกวัน 6.00 - 22.00 น.

โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำทั้งหมดจากหน่วยงานท้องถิ่น

ใบปลิวคำแนะนำในการกลับเข้ามาอีกครั้ง (ทั่วไป)

ปรับปรุงเมื่อวันที่ 21 กันยายน 2023

Thai

Re-entry Guidance Flyer (General) - 09/21/2023

หน้า 1



คำแนะนำในการกลับเข้ามาอีกครั้งและคำแนะนำเกี่ยวกับอันตรายสำหรับการเยี่ยมชมชั่วคราว



สำหรับผู้อยู่อาศัยใน MAUI ที่ได้รับผลกระทบจากไฟป่า

สัญญาณของภาวะความเครียดเนื่องจากความร้อน

โปรดสังเกตอาการของโรคที่เกี่ยวข้องกับความร้อน ซึ่งได้แก่ อาการปวดศีรษะ เวียนศีรษะ คลื่นไส้ หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อออกมาก หรือปวดกล้ามเนื้อ ความเสี่ยงของการเจ็บป่วยเนื่องจากความร้อนอาจมากขึ้นเมื่อสวม PPE ดังนั้นควรหยุดพักบ่อย ๆ และดื่มน้ำมาก ๆ โปรดจำไว้ว่าต้องดื่มน้ำให้เพียงพอ หยุดพักบ่อย ๆ และหาที่ร่มเมื่อสามารถทำได้ หากคุณพบอาการเจ็บป่วยเนื่องจากความร้อน โปรดหยุดการเยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบและไปพบแพทย์

ตระหนักถึงผลกระทบทางอารมณ์

การกลับเข้าสู่พื้นที่ที่ได้รับผลกระทบอีกครั้ง ซึ่งสูญเสียผู้คนที่คุณรักไปพร้อมกับบ้าน ทรัพย์สิน และธุรกิจต่าง ๆ อาจเป็นเรื่องยากทางอารมณ์อย่างมาก คุณอาจรู้สึกเศร้าอย่างสุดซึ้ง กลัว โกรธ วิตกกังวล ตื่นตระหนก และความรู้สึกอื่น ๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ โดยความรู้สึกเหล่านี้อาจเกิดขึ้นในขณะที่คุณอยู่ในพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบ หรือหลังจากนั้นก็เช่นกัน หากคุณรู้สึกว่ามีความเครียดมากเกินไป โปรดขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพพฤติกรรมที่ประจำการในพื้นที่ หรือที่ Lāhainā Comprehensive Health Center ซึ่งเปิดทำการ 7 วันต่อสัปดาห์ ตั้งแต่เวลา 9.00 น. ถึง 16.00 น. และสามารถติดต่อได้ที่หมายเลข 808-495-5113 สำหรับการสนับสนุนด้านสุขภาพจิตนอกเวลาทำการ โปรดติดต่อ Hawai'i CARES โทรศัพท์ 1-800-753-6879 หรือโทร/ส่งข้อความไปที่ 988

การทำความสะอาด

หลีกเลี่ยงการล้างเท้าลงในท่อระบายน้ำฝน ห้ามใช้เครื่องดูดฝุ่นหรือเครื่องเป่าใบไม้ที่จะดันเก้าและฝุ่นขึ้นไปในอากาศมากขึ้น โปรดอย่ารับประทานอาหารในขณะที่อยู่ในพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบ แต่อย่าสัมผัสหยุดพักบ่อย ๆ และดื่มน้ำในปริมาณมาก หยุดพักนอกตัวรถ ไม่เช่นนั้นคุณอาจทำให้มีการปนเปื้อนภายในรถได้ โปรดเก็บขวดน้ำให้ห่างจากเก้าและฝุ่นเพื่อหลีกเลี่ยงการกลืนกินเข้าไป

ห้ามนำเศษซากออก

การกำจัดวัตถุอันตรายออกจากพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจะได้รับการประสานงานจากเจ้าหน้าที่

ระมัดระวังต้นไม้ สายไฟ หรืออันตรายอื่น ๆ

ต้นไม้อาจถูกระบุว่าเป็นอันตรายได้เนื่องจากไฟไหม้ แม้ว่าไฟป่าจะยังไม่กลับคืนสู่พื้นที่รอบ ๆ บ้านของคุณ แต่ควรหลีกเลี่ยงสายไฟที่ร่วงลงมา อาคารและโครงสร้างที่ไม่มั่นคงอาจพังทลายลงมาและทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ ตะปูและชิ้นส่วนโลหะมีคมอื่น ๆ อาจทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ แม้จะเดินผ่านด้วยรองเท้าก็ตาม หากคุณทราบว่ามีพื้นที่ที่ไม่ปลอดภัยให้ออกไปและรายงานอันตรายต่อเจ้าหน้าที่

หลังจากที่คุณเยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบ

เมื่อคุณเยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบเสร็จสิ้น โปรดทิ้งอุปกรณ์ป้องกันทั้งหมด (หมวก กางเกง เสื้อคลุม แวนตา ถังมือ รองเท้าบูท) ลงในถุงขยะ และทิ้งร่วมกับถังขยะทั่วไป

เราขอแนะนำให้เปลี่ยนเสื้อผ้าและรองเท้าทันทีหลังจากที่คุณเยี่ยมชมพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบแล้ว DOH

แนะนำให้ซักเสื้อผ้าแยกต่างหากจากการซักผ้าปกติของคุณ นอกจากนี้ แนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุดคือการอาบน้ำและสระผม ให้สะอาดก่อนที่จะสัมผัสกับกลุ่มคนที่อ่อนไหว เช่น เด็ก คนท้อง คนที่เป็นโรคหอบหืดหรือโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และผู้สูงอายุ หากคุณรู้สึกไม่สบายหรือมีอาการทางสุขภาพใหม่ โปรดไปพบแพทย์เพื่อรับการประเมิน

สำหรับบริการด้านสุขภาพทางการแพทย์และพฤติกรรม โปรดติดต่อ

Lāhainā Comprehensive Health Center: 808-495-5113

เปิดทำการ 7 วันต่อสัปดาห์ เวลา 9.00 - 16.00 น. | health.hawaii.gov/mauiwildfires

โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำทั้งหมดจากหน่วยงานท้องถิ่น

ใบปลิวคำแนะนำในการกลับเข้ามาอีกครั้ง (ทั่วไป)

ปรับปรุงเมื่อวันที่ 21 กันยายน 2023

Thai

Re-entry Guidance Flyer (General) - 09/21/2023

หน้า 2

