火灾后：清理指南

火灾后的清理工作可能存在危险。**请采取以下措施保护您自身的安全和健康。**

清理前须知

了解潜在的危险

- **灰烬**中含有有毒物质，可能对健康造成危害，尤其是在吸入或受到扰动时。灰烬中还可能含有高浓度的重金属（如铅），可能导致严重的健康问题。吸入灰烬可能刺激鼻腔和咽喉、损害肺部，并导致呼吸困难。接触灰烬也可能引起皮肤刺激。
- 部分住宅，尤其是 1980 年以前建造的住宅，可能含有**石棉**。搬运或清理含有石棉的碎屑，可能导致石棉纤维释放到空气中。吸入石棉纤维可能导致癌症或肺部疾病。
- 此外还可能存在许多**其他危险因素**，包括不稳定的树木和建筑结构、带电电线、受损且不稳定的丙烷罐、积水，以及已经燃烧并可能释放有害物质、吸入后会造成危害的家用产品。

了解如何保护自己和他人

- 婴幼儿、儿童、孕妇、患有呼吸系统疾病或心血管疾病的人群，以及 65 岁以上人群，应远离灰烬，并尽可能避免进行清理工作。
- **开始清理前，请务必格外谨慎，并评估可能存在的危险。**应尽量缩短在该区域停留的时间。
- 如果您需要进行清理工作，请佩戴以下防护装备：
    - 与面部贴合且密合性良好的呼吸器，例如 P100、N100 或 N95，以防止吸入有毒颗粒物。**注意：**此类呼吸器无法防护气体和蒸气，且 N95 无法针对石棉提供充分防护。如果您怀疑现场存在气体，请立即离开。如果已确认这些气体不会造成火灾危险，则需要使用专门设计用于同时防护气体和颗粒物的其他呼吸器。
    - 一次性橡胶手套
    - 鞋子和鞋套
    - 由 Tyvek 等防护材料制成的带帽一次性连体防护服，用于防止皮肤和衣物接触有害物质
    - 安全眼镜或护目镜，用于保护眼睛

有疑问？请访问 doh.wa.gov/zh-hans/community-and-environment-air-quality/ranshaoyanwu，或联系 Department of Health Air Quality（DOH Air Quality，卫生部空气质量）团队：AirQuality@doh.wa.gov。

Washington State Department of HEALTH

- 如果皮肤上沾有灰烬，请尽快使用肥皂和清水冲洗干净。
- 如果开始感到头晕、头昏眼花、头痛、恶心，或者发现呼吸受到影响或发生变化，请前往安全区域，摘下呼吸器，并根据需要寻求医疗救助。

评估现场情况

重要提示！只有在消防部门重新开放强制疏散区域、允许居民返回后，方可回家。火灾过后，您家中及周围区域很可能仍存在危险。在评估现场情况或尝试进行清理时，请务必格外谨慎。

- 如果闻到**天然气气味**（类似腐烂鸡蛋的气味），请立即离开该区域，并联系当地燃气供应商。
- 如果家中仍有**供电**，在检查房屋时请暂时关闭电源。
- 如果家中**已断电**：
    - 请遵循我们的停电指南。
    - 切勿使用燃气烤箱、燃气灶、烧烤炉或便携式燃气或丙烷取暖器进行室内取暖——这些设备会消耗氧气并产生一氧化碳，而一氧化碳可能致命。
- 如果您知道家中含有**石棉**，或认为家中可能含有**石棉**，请聘请经 Asbestos Hazard Emergency Response Act（AHERA，石棉危害紧急响应法案）认证的建筑检查员对该区域进行检测。您当地的空气质量管理机构可能提供有关石棉检测、清除和处置的更多信息。
- 检查房屋及其周围区域是否存在**损坏**。如有需要，请咨询专业人士，对任何损坏进行评估和修复。请注意以下危险：
    - 进水造成的损坏或结构损坏。
    - 掉落或受损的电力线路。
    - 倒下或不稳定的树木。
- 接近带有**锂离子电池**的物品时请务必小心。锂离子电池常见于手机、电动工具、电动汽车、电动滑板车和自行车、移动电源等设备中。受损的锂离子电池可能在接触时导致触电，也可能起火、释放有毒气体或发生爆炸。

联系您的保险公司

如果您有保险，**请在开始清理工作前联系保险公司**，确认是否有任何可能影响理赔的要求。

支持资源

火灾发生后，如需获取当地信息和资源，请联系您**当地的卫生部门**或**应急管理部门**。

如果您不确定自己需要什么帮助，或不知道从哪里开始，请**拨打 211** 获取帮助和支持。（免费电话：1-877-211-9274）或**发送短信“211WAOD”**至 898211。（可提供口译服务。）

清理工作

室外

- **硬质表面：**使用蘸有温和清洁剂和清水的湿拖把，清除残留灰烬。请勿让灰烬进入雨水排水口。
- **柔软或多孔表面（如草地或砾石）：**如果灰烬量较少，可能无需清理。但是，您房产范围内的土壤可能已受到重金属的污染。在下一次降雨之前，请勿修剪草坪、使用吹叶机或接触该表面。如果表面覆盖有灰烬，您可能需要聘请专业人员进行清理。
- 将所有灰烬和碎屑（包括清理时使用的一次性连体防护服和手套）装入塑料垃圾袋中，并进行双层包装。密封所有袋子。有关废弃物处置的信息，请咨询当地的废弃物处理机构。
- 进入住宅或车辆前，请更换鞋子和衣物，以避免将额外的灰烬带入室内。

室内

注意：如果您家中大部分表面都覆盖有灰烬，可以考虑聘请承包商协助清理。

- 使用蘸有温和清洁剂的湿布擦拭所有室内表面（包括墙壁）。
- 使用温和清洁剂和清水拖洗地板，然后用吸尘器吸尘。切勿使用扫帚清扫。
- 清洗所有受烟雾和灰烬影响的柔软物品，例如小地毯。使用配备 High Efficiency Particulate Air（HEPA，高效微粒空气）过滤器的吸尘器，彻底清洁家具、窗帘和地毯。对于覆盖有灰烬或碎屑且难以清洁的物品（如软垫家具或毛绒玩具），请丢弃。
- 清除所有可见灰烬后，请将配备 HEPA 过滤器和活性炭过滤器的便携式空气净化器调至最高档位运行。如果您没有空气净化器，请观看自制 (DIY) 箱式风扇过滤器视频（带美国手语 (ASL) 的视频）。
- 在户外清理工作完成且室外空气质量改善之前，请勿打开窗户。刮风天气请保持窗户关闭，因为其他区域的灰烬可能会被风吹入您所在的区域。
- 开启供暖和通风系统前，请先检查系统。确保风机正常运行，检查是否有可见灰尘，并清洁进风口周围区域。在家中烟味消散之前，请每月更换一次空气滤网。

食物的处理方法

请参考以下指南，决定哪些食物可以保留，哪些需要丢弃：

- 如果当前停电或曾经停过电，请检查冰箱和冷冻柜中是否有变质食物。有关更多信息，请参阅停电指南。
- 丢弃曾暴露于火焰、高温、浓烟或化学物质中的食物。
- 丢弃来自灰烬大量覆盖区域的树上或菜园中自种的水果和蔬菜。
- 对于来自仅覆盖有少量随风飘散灰烬区域的自种水果和蔬菜，请用清水彻底清洗，并削皮或去除外层部分。

如果您有私人水井

- 在使用水井前，至少应对水井损坏情况进行评估，并对水进行大肠菌群检测。如需了解更多信息，请联系您当地的卫生部门。
- 如果未发生长时间停电，且您的水井、泵房或供水系统部件没有受损，请同时打开家中所有水龙头，持续放水 5 分钟。这样可以冲洗家中的供水系统，并去除其中的化学物质。在饮用前，考虑检测一下饮用水的水质。

如果您的用水来自供水机构

- 请遵循当地供水机构的指导。
- 如果您的供水机构尚未提供指导，请同时打开家中的所有水龙头，持续放水 5 分钟。这样可以冲洗家中的供水系统，并去除其中的化学物质。在饮用前，考虑检测一下饮用水的水质。

如果您拥有现场污水处理系统或化粪池系统

- 使用前，请先评估系统是否受损。
- 检查化粪池盖板是否受损，切勿踩踏。如果发现盖板似乎已损坏，请立即设置障碍，防止人员靠近。
- 在系统完成检查前，请减少用水量。
- 如果发生污水倒灌，请远离该区域，并联系专业人员检查和修复系统。

DOH 333-423 August 2026 Simplified Chinese

如欲索取本文件的其他版本格式，请致电 1-800-525-0127。耳聋或重听人士请拨 711 (Washington Relay) 或发送电子邮件至 doh.information@doh.wa.gov。