Pagkatapos ng Sunog: Patnubay sa Paglilinis

Puwedeng maging mapanganib ang paglilinis pagkatapos ng sunog. **Gawin ang mga hakbang na ito upang maprotektahan ang inyong sarili at ang inyong kalusugan.**

Bago Kayo Maglinis

Alamin ang mga panganib

- Naglalaman ang **abo** ng mga nakalalasong substance at may hatid itong panganib sa kalusugan, lalo na kapag nalanghap o nagalaw. Puwede ring maglaman ang abo ng maraming heavy metal, tulad ng tingga, na puwedeng magdulot ng malalalang problema sa kalusugan. Kapag nakalanghap ng abo, puwedeng magkaroon ng iritasyon ang inyong ilong at lalamunan, mapinsala ang inyong mga baga, at mahirapan kayong huminga. Puwede ring magkaroon ng iritasyon ang inyong balat kapag nakahawak kayo ng abo.
- Mayroong **asbestos** ang ilang bahay, lalo na ang mga itinayo bago ang taong **1980**. Kapag ginalaw o nilinis ang kalat na naglalaman ng asbestos, puwedeng lumipad sa hangin ang mga hibla ng asbestos. Ang paglanghap ng mga hibla ng asbestos ay puwedeng magdulot ng mga kanser o sakit sa baga.
- Maraming **karagdagang panganib** ang maaaring umiral, kabilang na rito ang mabubuway na puno at estruktura, mga buhay na linya ng kuryente, sira at mabuway na tangke ng propane, hindi dumadaloy na tubig, at produktong pambahay na sumabog at mapanganib langhapin.

Alamin kung paano protektahan ang inyong sarili at ang ibang tao

- Ang mga sanggol, bata, buntis, taong may mga kondisyon sa paghinga o sa puso at ugat, at mga taong mahigit 65 taong gulang ay dapat umiwas sa abo at sa paglilinis hangga't maaari.
- **Mag-ingat nang todo at suriin ang mga posibleng panganib bago magsimula.** Limitahan ang inyong oras sa lugar.
- Kung naglilinis kayo, suotin ang sumusunod na pamprotektang kagamitan:
    - Respirator na nakalapat nang maayos, gaya ng P100, N100, o N95, upang maprotektahan ang inyong sarili sa paglanghap ng mga nakalalasong particle. **Tandaan:** Hindi kayo napoprotektahan ng mga respirator na ito sa mga gas at hamog, at hindi makapagbibigay ang N95 ng sapat na proteksiyon sa asbestos. Umalis kaagad kung naghihinala kayo na mayroong mga gas sa paligid. Kung nakumpirma ninyo na walang panganib na magkasunog dahil sa mga gas, kailangan ninyo ng ibang respirator na idinisenyo para sa mga gas at particle.
    - Mga disposable na gomang guwantes
    - Mga sapatos at pantakip sa sapatos
    - Disposable na coverall na may hood na gawa sa materyales na nakapagbibigay-proteksiyon, tulad ng Tyvek, upang hindi malantad ang inyong balat at damit
    - Pangkaligtasang salamin sa mata o goggles upang maprotektahan ang inyong mga mata

May mga tanong? Bisitahin ang **doh.wa.gov/tl/community-and-environment-air-quality/usok-mula-sa-apoy** o makipag-ugnayan sa pangkat para sa DOH Air Quality (Kalidad ng Hangin ng Kagawaran ng Kalusugan) **AirQuality@doh.wa.gov**.

Washington State Department of HEALTH

- Hugasan paalis ang anumang abong mapupunta sa inyong balat agad-agad hangga't maaari gamit ang sabon at malinis na tubig.
- Kung magsisimula kayong mahilo, malula, makaramdam ng sakit ng ulo o pagkasuka o makapansin ng epekto o pagbabago sa inyong paghinga, pumunta sa ligtas na lugar, alisin ang inyong respirator, at magpagamot sa doktor kung kailangan.

Suriin ang lugar

Mahalaga! Umuwi lang kapag binuksan na ulit sa mga residente ng mga opisyal na bumbero ang mga mandatoryong lugar para sa paglikas. Ang lugar sa loob at sa paligid ng inyong bahay ay posibleng mapanganib pagkatapos ng sunog. Mag-ingat nang todo kapag sinusuri ang lugar at kung sinusubukan ninyong maglinis.

- Kung makaamoy kayo ng **natural gas** (amoy na parang bulok na itlog), umalis kaagad sa lugar at makipag-ugnayan sa inyong lokal na tagapagbigay ng utilidad na gas.
- Kung **nakabukas ang inyong kuryente,** pansamantala itong patayin habang sinusuri ang bahay.
- Kung **nakapatay ang inyong kuryente:**
    - Sundin ang aming patnubay sa pagkawala ng kuryente .
    - Huwag kailanman gumamit ng mga pugong de-gas, kalang de-gas, ihawan o portable o propane heater para sa pagpapainit sa loob ng gusali—gumagamit ang mga ito ng oxygen at lumilikha ng carbon monoxide na puwedeng makamatay.
- Kung alam ninyo na mayroon kayong **asbestos** sa inyong bahay o sa tingin ninyo ay maaring mayroon kayo nito, mag-hire ng inspektor ng gusali na sertipikado ng Asbestos Hazard Emergency Response Act (AHERA, Batas sa Pagresponde sa Emergency ng Pagkakaroon ng Panganib na Dulot ng Asbestos) upang masuri ang lugar. Ang inyong lokal na ahensiya para sa malinis na hangin ay maaaring mayroong pang ibang impormasyon kung paano suriin, tanggalin, at tuluyan nang maalis ang asbestos.
- Maghanap ng **pinsala** sa inyong bahay at sa paligid nito. Makipag-usap sa isang propesyonal upang tasahin at kumpunihin ang anumang pinsala, kung kailangan. Maghanap ng:
    - Pinsalang dulot ng tubig o sa estruktura.
    - Mga linya ng kuryenteng bumagsak o nasira.
    - Mga punong bumagsak o mabuway.
- Mag-ingat sa mga aytem na may **mga bateryang lithium-ion**. Makikita ang mga ito sa mga cellphone, power tool, de-kuryenteng sasakyan, de-kuryenteng scooter at bisikleta, power bank, at iba pa. Maaari kayong makuryente ng mga sirang bateryang lithium-ion kapag nahawakan, maaaring magdingas ang mga ito, maglabas ng nakalalasong gas, o sumabog.

Tawagan ang inyong insurance

Kung mayroon kayong insurance, **makipag-ugnayan sa kanila bago simulang maglinis** upang alamin kung mayroong mga kinakailangang makaaapekto sa pag-reimburse.

Mga mapagkukunan bilang pansuporta

Makipag-ugnayan sa inyong **lokal na kagawaran ng kalusugan** o **kagawarang tagapamahala ng emergency** para sa lokal na impormasyon at mga mapagkukunan pagkatapos ng sunog.

Kung hindi kayo sigurado kung ano ang kailangan ninyo o kung saan magsisimula, **tumawag sa 211** para sa tulong at suporta. (Toll-free: 1-877-211-9274) o **I-text ang "211WAOD"** sa 898211. (Mayroong nakalaang interpretasyon.)

Paglilinis

Sa labas ng gusali

- **Matitigas na surface:** Gumamit ng basang mop na may banayad na sabon at tubig upang alisin ang natitirang abo. Ilayo ang abo mula sa mga daluyan ng tubig-bagyo.
- **Malalambot o tumatagos na surface, gaya ng damo o graba:** Kung may kaunting abo lang, maaaring hindi ninyo kailanganing linisin ito. Gayunman, ang lupa sa inyong ari-arian ay maaaring kontaminado ng mga heavy metal. Huwag gapasin ang damuhan sa paligid ng inyong bahay, gumamit ng pang-ihip ng dahon, o hawakan ang surface hanggang sa susunod na pagkakataong umulan. Kung balot ng abo ang surface, maaaring kailangan ninyong mag-hire ng propesyonal upang linisin ito.
- Ilagay sa dobleng supot ang lahat ng alikabok at kalat, kabilang na ang mga disposable na coverall at guwantes na ginamit para sa paglilinis, sa loob ng mga plastik na supot ng basura. Iselyo ang lahat ng supot. Alamin ang impormasyon sa pagtatapon mula sa inyong lokal na site para sa pagtatapon ng basura.
- Palitan ang inyong sapatos at damit bago pumasok sa inyong bahay o sasakyan upang maiwasang magdala ng karagdagang abo sa loob.

Sa loob ng gusali

Tandaan: Kung mayroong abong nakabalot sa karamihan ng surface sa loob ng inyong bahay, maaari ninyong pag-isipang mag-hire ng kontratista upang tumulong.

- Punasan ang lahat ng surface sa loob (kabilang na rito ang mga pader) gamit ang mamasa-masang telang may banayad na sabon.
- I-mop ang mga sahig gamit ang banayad na sabon at tubig, at pagkatapos ay mag-vacuum. Huwag gamitan ng walis.
- Hugasan ang lahat ng malalambot na materyales na naapektuhan ng usok at abo, tulad ng maliliit na basahan. I-vacuum nang mabuti ang mga muwebles, kurtina, at carpet gamit aang vacuum na may uring High Efficiency Particulate Air (HEPA, Lubos na Mabisa sa mga Partikula sa Hangin). Itapon ang mga aytem (tulad ng upholstered na muwebles o stuffed animal) na balot ng abo o kalat na hindi madaling linisin.
- Pagkatapos alisin ang lahat ng nakikitang abo, gumamit ng portable na panlinis ng hangin na may HEPA filter at carbon filter sa pinakamataas na setting. Kung wala kayong panlinis ng hangin, panoorin ang do-it-yourself (DIY, sarili mong gawa) na box fan filter (pansalang gawa sa bentilador na hugis kahon) (video na may ASL).
- Huwag buksan ang mga bintana hangga't hindi pa tapos ang paglilinis sa labas at bumuti na ang kalidad ng hangin sa labas. Panatilihing nakasara ang mga bintana sa mahahanging araw dahil maaaring hanginin papunta sa inyong lugar ang abo mula sa ibang lugar.
- Suriin ang inyong sistema ng pagpapainit at bentilasyon bago ito buksan. Siguruhing gumagana ang bentilador, tingnan kung may nakikitang alikabok, at linisin ang lugar sa paligid ng bahaging pinapasukan ng hangin. Palitan ang mga filter buwan-buwan hanggang sa mawala na ang amoy ng usok sa inyong bahay.

Ano ang dapat gawin sa pagkain

Gamitin ang sumusunod na patnubay upang magpasya kung pananatilihin o itatapon ang pagkain:

- Kung wala o nawalan ng kuryente, tingnan ang mga refrigerator at freezer kung may panis nang pagkain. Sumangguni sa patnubay sa mga pagkawala ng kuryente para sa karagdagang impormasyon.
- Itapon ang pagkaing nalantad sa apoy, init, makapal na usok, o kemikal.
- Itapon ang anumang prutas o gulay na sariling ani mula sa mga puno o hardin mula sa mga lugar na balot ng makapal na abo.
- Hugasang mabuti ng tubig at balatan o alisin ang mga panlabas na layer ng mga prutas at gulay na sariling ani mula sa mga lugar na may kaunting layer ng alikabok na dinala ng hangin.

Kung mayroon kayong pribadong balon

- Ipasuri ang inyong balon kung may pinsala at ipasuri ang tubig para sa bakteryang coliform sa minimum bago ninyo ito gamitin. Makipag-ugnayan sa lokal na kagawaran ng kalusugan para sa karagdagang impormasyon.
- Kung walang matagalang pagkawala ng kuryente at walang pinsala ang inyong balon, pump house, o piyesang tagapaghatid ng tubig, buksan ang lahat ng gripo sa inyong bahay nang sabay-sabay sa loob ng 5 minuto. Puwede nitong mapadaloy ang sistema ng tubig sa inyong bahay at matanggal ang mga kemikal. Pag-isipang suriin ang kalidad ng inuming tubig bago ito inumin.

Kung kumukuha kayo ng tubig mula sa utilidad

- Sundin ang patnubay mula sa inyong lokal na utilidad.
- Kung hindi nakapagbigay ng patnubay ang inyong utilidad, buksan ang lahat ng gripo sa inyong bahay nang sabay-sabay sa loob ng 5 minuto. Puwede nitong mapadaloy ang sistema ng tubig sa inyong bahay at matanggal ang mga kemikal. Pag-isipang suriin ang kalidad ng inuming tubig bago ito inumin.

Kung mayroon kayong sistema ng paggamot ng maruming tubig o sistema ng alkantarilya sa bahay

- Ipasuri ang inyong sistema kung may pinsala ito bago gamitin.
- Suriin ang mga takip ng septic tank at huwag apakan ang mga ito. Kung mukhang may pinsala, agad na harangan ang access sa mga ito.
- Bawasan ang paggamit ng tubig hanggang sa puwede nang inspeksiyunin ang sistema.
- Kung bumalik ang laman o umapaw ang alkantarilya, umalis sa lugar at makipag-ugnayan sa isang propesyonal upang ipainspeksiyon at ipakumpuni ang sistema.

DOH 333-423 August 2026 Tagalog

Upang hilingin ang dokumentong ito sa ibang format, tumawag sa 1-800-525-0127. Para sa mga customer na bingi o nahihirapang makarinig, mangyaring tumawag sa 711 (Washington Relay) o mag-email sa doh.information@doh.wa.gov.