



Núi lửa

Các nguy hiểm của núi lửa không chỉ bao gồm sự phun trào của núi và kèm theo là dung nham chảy loang đi, mà còn tro phun và dòng đất đá vỡ chảy lan đi. Nếu bạn ở gần một rặng núi, hãy tập các thói quen sau:

Trước khi núi lửa phun trào

- Lên kế hoạch trước. Chuẩn bị sẵn vật dụng, thức ăn và nước dùng trong trường hợp khẩn cấp.
- Hoạch định đường đi tản cách xa các con sông hay suối mà có thể chuyên chở dòng chảy bùn và đất đá vỡ.
- Luôn để sẵn một máy nghe đài chạy bằng pin.
- Nếu có dự báo phun trào, theo dõi đài hay ti-vi để biết thông tin di tản. Làm theo lời khuyên của các nhà chức trách.

Sau khi núi lửa phun trào

- Không đến gần khu vực phun trào.
- Ở trong nhà và tránh các khu vực nằm trong hướng gió nếu có dự báo phun trào.
- Di tản nếu được các nhà chức trách khuyên như vậy.
- Phải biết vị trí các kênh sông và suối khi di tản.
- Di chuyển tới chỗ đất cao hơn nếu bùn chùi đang đến gần.
- Theo các biển báo hướng dẫn di tản được dựng dọc theo các con đường và xa lộ.



PO Box 47890
Olympia, WA 98504-7890

Trang web:
www.doh.wa.gov

360-236-4027
(800) 525-0127

Vietnamese
DOH 821-037



Nếu có phun trào trong khu vực của bạn:

- Hãy bảo vệ phổi của bạn. Trẻ em, người cao tuổi và những người bị các bệnh hô hấp như suyễn, viêm phế quản, khí thũng (tràn khí) hay các bệnh tim phổi mãn tính khác đặc biệt phải cẩn trọng tránh hít thở tro. Nếu có tro:
 - Hãy ở trong nhà. Đóng cửa ra vào, cửa sổ và lá chắn gió. Đặt khăn ẩm ở ngưỡng cửa ra vào và những chỗ khác có gió lùa.

- Khi ở ngoài, đeo mặt nạ sử dụng một lần (dùng một lần). Nhớ rằng những mặt nạ này không vừa với trẻ em nhỏ. (Lưu ý: mặt nạ có thể làm cho thở khó hơn đối với những người bị các bệnh hô hấp.)
- Những người có nguy cơ nhiều nhất phải giới hạn các hoạt động ngoài trời. Giữ trẻ em và thú cưng trong nhà.
- Nếu bạn bị bệnh suyễn hay bệnh hô hấp khác - hay có con bị bệnh suyễn- hãy chú ý các triệu chứng chẳng hạn như thở khó khè và ho, hoặc các triệu chứng trầm trọng hơn như đau ngực hay nghẹt thở, thiếu hơi và mệt mỏi. Ở trong nhà và tuân theo kế hoạch điều trị bệnh suyễn của bạn. Liên hệ với bác sĩ nếu bạn bị khó thở.
- Thay thiết bị lọc lò sưởi dùng một lần hay thường xuyên lau sạch thiết bị lọc lò sưởi cố định.
- Nếu bạn đeo kính sát trùng, bảo vệ mắt bằng cách đeo kính gọng hay kính bảo hộ hoặc bằng cách tháo kính sát trùng ra.
- Nếu bạn thấy tro trong nước uống của mình, sử dụng nguồn nước uống khác chẳng hạn như nước đóng chai mua sẵn.
- Bịt hai đầu các ống dẫn thoát nước.
- Bảo vệ thiết bị điện tử nhạy cảm với bụi.
- Giữ cho mái nhà không có tro bám quá 4 inch.
- Cởi trang phục khoác ngoài trước khi bước vào một cao ốc.
- Rửa rau trồng trong vườn trước khi ăn.
- Giảm thiểu việc đi lại - tro có thể gây hư hại cho xe của bạn.
- Thường xuyên thay dầu nhớt và các bộ phận lọc khí trong xe của bạn.