



ការការពារសុវត្ថិភាពភ្នំភ្លើងព្រៃ

មានមនុស្សកាន់តែច្រើនឡើងៗ កំពុងធ្វើផ្ទះរបស់ពួកគេនៅក្នុងដែនដីព្រៃ តំបន់ជនបទ ឬ នៅតំបន់ព្រៃភ្នំដាច់ស្រយាល។ នៅទីនោះ ក្រុមអ្នកស្រុករីករាយទៅនឹងសម្រស់បរិស្ថាន ប៉ុន្តែប្រឈមទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ភ្នំភ្លើងព្រៃយ៉ាងខ្លាំងបំផុត។ ជាញឹកញាប់ ភ្នំភ្លើងព្រៃចាប់ផ្តើមឡើងដោយមិនឱ្យដឹងជាមុននោះទេ។ ភ្នំភ្លើងព្រៃឆេះរាលដាលយ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយដុតបញ្ឆេះគម្ពោធព្រៃ ដើមឈើ និង ផ្ទះសម្បែង។ នៅក្នុងព្រឹត្តិការណ៍ភ្នំភ្លើងព្រៃមួយ រាល់វិនាទីសុទ្ធសឹងតែជាបញ្ហា!

សាខាកាកបាទក្រហមអាមេរិកាំងប្រចាំនៅ Bay Area ផ្តល់នូវព័ត៌មានដូចខាងក្រោមនេះ ប្រយោជន៍ការពារសុវត្ថិភាពអ្នក និង ញាតិមិត្តរបស់អ្នក ប្រសិនបើមានព្រឹត្តិការណ៍ភ្នំភ្លើងព្រៃមួយវាយប្រហារមកលើតំបន់រស់នៅរបស់អ្នក:

ធ្វើគម្រោងផែនការ

កាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់អ្នក ដោយការរៀបចំត្រៀមខ្លួនឱ្យរួចរាល់នេះ មុននឹងមានព្រឹត្តិការណ៍ភ្នំភ្លើងព្រៃមួយវាយប្រហារលើ។ អនុវត្តតាមបណ្តាជំហាន ដែលមានចុះដូចខាងក្រោមនេះ ប្រយោជន៍ការពារក្រុមគ្រួសារ ផ្ទះសម្បែង និង ទ្រព្យសម្បត្តិរបស់អ្នក។

- បង្កើតគម្រោងមួយសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទង:
 - ទាក់ទងផ្នែកពន្លត់អគ្គិសនីនៅតាមមូលដ្ឋានរស់នៅរបស់អ្នក ក្រសួងសុខាភិបាល ឬ ការិយាល័យរុក្ខាប្រមាញ់សម្រាប់ព័ត៌មានស្តីពីច្បាប់គ្រប់គ្រងភ្នំភ្លើងព្រៃ។
 - ត្រូវធ្វើឱ្យប្រាកដថា រថយន្តពន្លត់អគ្គិសនីអាចចូលដល់ផ្ទះអ្នកបាន។
 - ត្រូវកត់សម្គាល់ឱ្យបានច្បាស់លាស់លើរាល់ច្រកផ្លូវរថយន្តចូល ហើយប្រាប់ឈ្មោះ និង អាស័យដ្ឋានរបស់អ្នក។
 - ពិគ្រោះពិភាក្សាជាមួយនឹងមនុស្សក្នុងក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នកអំពីបញ្ហាភ្នំភ្លើងព្រៃ — របៀបការពារពួកគេ និង អ្វីដែលត្រូវធ្វើ
 - ក្នុងករណីដែលមានព្រឹត្តិការណ៍ភ្នំភ្លើងព្រៃមួយវាយប្រហារមកលើ។
 - បិទផ្សាយលេខទូរស័ព្ទទាក់ទងសម្រាប់ការសង្គ្រោះបន្ទាន់។

- ត្រូវចេះកំណត់បានចំពោះផ្លូវនានាសម្រាប់ការរត់គេចចេញ: ធ្វើផែនការ ឬ ប្លង់សម្រាប់ច្រកផ្លូវរត់គេចចេញពីផ្ទះរបស់អ្នកតាមរថយន្ត និង ដោយថ្មើរជើង។
- សម្រេចចិត្តជ្រើសរើសយកកន្លែងដែលត្រូវទៅជួបជុំគ្នា:
ជ្រើសរើសយកទីកន្លែងមួយសម្រាប់មនុស្សក្នុងក្រុមគ្រួសារ ដើម្បីជួបជុំគ្នានៅខាងក្រៅតំបន់ជិតខាងរបស់អ្នក ក្នុងករណីដែលអ្នកមិនអាចចូលផ្ទះ ឬ ចាំបាច់ត្រូវជម្លៀសចេញ។ កំណត់ “ប្រភេទមនុស្សម្នាក់សម្រាប់ការទំនាក់ទំនង” នៅខាងក្រៅរដ្ឋ ដើម្បីគ្រប់គ្នាទាក់ទងបាន។
- រៀបចំប្លង់អំពីរបៀបដែលអ្នកជិតខាងអាចធ្វើការរួមគ្នាបាន ក្រោយពីមានព្រឹត្តិការណ៍ភ្លើងព្រៃកើតមានឡើង: ធ្វើបញ្ជីឈ្មោះអ្នកជិតខាង ដោយបញ្ជាក់អំពីជំនាញ ដែលមានដូចជាផ្នែកពេទ្យ ឬ ផ្នែកបច្ចេកទេស។ ពិនិត្យពិចារណាលើរបៀបដែលអ្នកអាចនឹងជួយដល់អ្នកជិតខាង ដែលមានតម្រូវការចាំបាច់បំផុត ដែលមានដូចជាមនុស្សចាស់ ឬ មនុស្សពិការ។ ធ្វើផែនការមើលថែទាំកូនៗ ដែលអាចនឹងស្ថិតនៅតែពួកគេ ប្រសិនបើមាតាបិតាមិនអាចចូលផ្ទះបាន។
- ការពារផ្ទះរបស់អ្នក: គ្រោងរៀបចំ និង បង្កើតទិដ្ឋភាពផ្ទះរបស់អ្នកទុកនៅក្នុងចិត្ត ដែលមានសុវត្ថិភាពពីលទ្ធភាពវាយប្រហារដោយភ្លើងព្រៃ។ ជ្រើសសម្ភារៈបរិក្ខារ និង រុក្ខជាតិ ដែលអាចជួយទប់ភ្លើងបាន ដោយជំនួសឱ្យការបញ្ឆេះវា។ ត្រូវសម្អាតដំបូល និង ទម្រឹកឱ្យបានទៀងទាត់។ រាយការណ៍អំពីស្ថានភាពមានគ្រោះថ្នាក់ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឱ្យមានភ្លើងព្រៃកើតឡើងបាន។ កំណត់ និង រក្សាប្រភពទឹកគ្រប់គ្រាន់ នៅខាងក្រៅផ្ទះរបស់អ្នក ដែលមានដូចជាកូនស្រះតូចមួយ អាងទឹកឬលូក្រោមដី អណ្តូង ឬ អាងហែលទឹក។
- បង្កើតឱ្យមានផ្លូវភ្លើង ឬ ចន្លោះការពារសុវត្ថិភាពនៅជុំវិញផ្ទះរបស់អ្នក ដែលមានប្រវែងទទឹងពី 30 ទៅ 100 ហ្វុត: នៅក្នុងផ្លូវភ្លើងនេះ អ្នកអាចប្រកាន់យកវិធានការណ៍តាមជំហានៗរបស់វា ប្រយោជន៍កាត់បន្ថយបានការងាយឆេះភ្លើងខ្លាំង និង រង្វង់បំបាយកម្ដៅ ដែលមានដូចជាស្លឹកឈើស្ងួត និង របស់ដែលអាចឆេះបាន។ ទាក់ទងផ្នែកពន្លត់អគ្គិសនីនៅតាមមូលដ្ឋានរបស់អ្នក ឬ ការិយាល័យរុក្ខាប្រមាញ់សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

ត្រូវមានប្រដាប់ប្រដាររបស់ជាគ្រឿងបម្រុង ឬ មធ្យោបាយដោះស្រាយ



នៅពេលមានព្រឹត្តិការណ៍ភ្លើងព្រៃមួយគម្រាមកម្លែង អ្នកនឹងមិនមានពេលវេលាទៅទិញ ឬ
 ស្វែងរកគ្រឿងផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ប្រើប្រាស់នោះទេ។
 ត្រូវតម្លើងគ្រឿងប្រដាប់ប្រើប្រាស់សម្រាប់ប្រឈមនឹងគ្រោះមហន្តរាយមួយ
 ជាមួយនឹងរបស់របរដែលអ្នកអាចនឹងចាំបាច់ត្រូវការ
 ក្នុងករណីមានការណែនាំប្រាប់ឱ្យជម្លៀសចេញ។
 ទុកដាក់គ្រឿងប្រដាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងប្រអប់ដែលជាប់គត់មត់ល្អ និង ងាយស្រួលយូរ ឬ កាន់
 ដែលមានដូចជា សាកាដូឬបាឡូ កាបូបយូរដៃផងស្អាយផង ឬ ធុងសម្រាម។ មានជាអាទិ៍:

- ស្បៀងអាហារដែលទុកបានយូរ៖ វេចខ្ចប់មុខគ្រឿងបរិភោគនានា ដែលមានដូចជា
 អាហារថាមពល (នឹកញាប់) សម្ល ឬ ក្រែមស្វាយចន្ទីកំប៉ុង។
- ពីដុំដីទឹកដែលមានចំណុះសម្រាប់តម្រូវការរបស់មនុស្សម្នាក់ក្នុងមួយថ្ងៃ
- ប្រអប់ថ្នាំពេទ្យសង្គ្រោះបន្ទាន់ និង របៀបប្រើប្រាស់ថ្នាំ
- ពិល អាគុយសាកពេញ (ថ្មថ្មីៗ) ឬ វិទ្យុមានពិល ឧបករណ៍សំខាន់ចាំបាច់ និង ផែនទី៖
- សម្លៀកបំពាក់ និង ស្បែកជើងដែលជាប់
- របស់របរផ្ទាល់ខ្លួន និង គ្រឿងសម្អាតនានា៖ វេចខ្ចប់ឯកសារសំខាន់ៗ
 គ្រឿងធ្វើអនាម័យឬសម្អាត និង របស់របរបង្កភាពងាយស្រួលនានា ដែលមានដូចជា
 សៀវភៅ និង ប្រដាប់ក្មេងលេងជាដើម។
- លុយរាយ
- លេខទូរស័ព្ទ និង ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងពេលមានអាសន្ន

ដឹងព័ត៌មាន

ស្វែងយល់ពីរបៀបការពារខ្លួនរបស់អ្នកផ្ទាល់ និង
 ការទទួលបាននូវការហ្វឹកហ្វឺនដើម្បីជួយដល់អ្នកផ្សេងៗទៀត នៅមុន កំឡុង និង
 ក្រោយពេលមានគ្រោះមហន្តរាយភ្លើងព្រៃមួយកើតមានឡើង។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ក្នុងករណីដែលមានស្តីពីបញ្ហាភ្លើងព្រៃ

- ស្តាប់វិទ្យុប្រើថ្មពិលរបស់អ្នក ដើម្បីស្វែងយល់ពីរបាយការណ៍ និង
 ព័ត៌មានស្តីពីការជម្លៀសចេញ។
 អនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំពីបណ្តាមន្ត្រីនៅតាមមូលដ្ឋាន។



- ជានិច្ចកាល បង្វែរថយន្តរបស់អ្នកចូលរោងចងវិញ នៅទីស្រឡះបែរមុខទៅរកទិសដៅរត់គេចចេញ។
- បង្ហាងសត្វចិញ្ចឹមនៅក្នុងបន្ទប់មួយ។ ធ្វើគម្រោងថែរក្សាសត្វចិញ្ចឹមរបស់អ្នក ក្នុងករណីដែលអ្នកត្រូវតែជម្លៀសខ្លួនចេញ។
- រៀបចំបញ្ហាផ្ទះសម្បែងស្នាក់នៅជាបណ្តោះអាសន្ននៅផ្ទះមិត្តភក្តិ ឬ សាច់ញាតិ ដែលនៅក្រៅតំបន់រងការគម្រាមកម្លែងដោយភ្លើងព្រៃ។
- កម្រិតការប៉ះផ្សែង និង ធ្នូលី។ ស្តាប់ និង មើលព័ត៌មានស្តីពីរបាយការណ៍គុណភាពខ្យល់ និង ការព្រមានប្រាប់អំពីបញ្ហាផ្សែង។

ក្នុងករណីមានការណែនាំឱ្យជម្លៀសខ្លួនចេញ ត្រូវចេញជាបន្ទាន់

- ស្លៀកពាក់សម្លៀកបំពាក់ដែលមានលក្ខណៈការពារ ដោយរួមមានទាំងស្បែកជើងជាប់ល្អ សម្លៀកបំពាក់ធ្វើពីកប្បាសឬឡែន ខោវែង អាវស៊ីអ៊ីដេវែង ស្រោមដៃ និង កូនកន្សែងដៃ ប្រយោជន៍ការពារមុខរបស់អ្នក។
- យកប្រដាប់ប្រដា ឬ គ្រឿងត្រៀមបម្រុងរបស់អ្នកសម្រាប់ប្រើក្នុងគ្រោះមហន្តរាយ។
- ចាក់សោផ្ទះរបស់អ្នក។
- ប្រាប់អ្នកណាម្នាក់ពេលអ្នកបានចាកចេញ និង កន្លែងដែលអ្នកកំពុងឆ្ពោះទៅ។
- សម្រេចចិត្តជ្រើសរើសយកផ្លូវមួយគេចចេញពីគ្រោះថ្នាក់ដោយសារអគ្គិសនីភ័យ។ ពិនិត្យតាមដានមើលរាល់ការបម្រែបម្រួលល្បឿន និង ទិសរបស់ភ្លើង និង ផ្សែង។

ការវិលត្រឡប់មកផ្ទះវិញ ក្រោយពីកើតមាននូវព្រឹត្តិការភ្លើងឆេះព្រៃមួយ

- មិនត្រូវចូលផ្ទះរបស់អ្នក រហូតមន្ត្រីខាងអគ្គិសនីប្រាប់ថា វាមានសុវត្ថិភាពវិញហើយ។
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន នៅពេលកំពុងចូលក្នុងផ្ទះវិញ៖ ពាក់ស្រោមដៃស្បែក និង ស្បែកជើងមានបាតក្រាស់ ប្រយោជន៍ជួយការពារដៃ និង ប្រអប់ជើង ដោយសារថា បញ្ហាគ្រោះថ្នាក់នៅតែមាននៅឡើយ ដោយរួមមានបញ្ហាស្ថិតនៅកន្លែងក្តៅនានា ដែលអាចមានការឆេះឆ្នើងដោយមិនដឹងជាមុន។
- អនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំអំពីបញ្ហាសុខភាពសាធារណៈលើការសម្អាតផេះភ្លើង និង ការប្រើម៉ាស៊ីនមុខប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។



**American
Red Cross**

- ផ្ញើមសម្រាមឱ្យជោករហូតដល់កាត់បន្ថយបានពីការដកដង្ហើមស្រូបយកលម្អងធូលីសម្រាម។
- ត្រូវធានាថា ស្បៀងអាហារ និង ទឹករបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាពល្អ មុននឹងទទួលទាន។ បោះបង់ចោលនូវស្បៀងអាហារទាំងឡាយណាដែលបានប៉ះពាល់ទៅនឹងកម្ដៅ ផ្សែង ឬ ម្រែងភ្លើងឬលម្អងផ្សែងហើយ។ មិនត្រូវប្រើប្រាស់ទឹកដែលអ្នកគិតថា អាចមានកង្វក់ ឬ ការបំពុលនោះជាដាច់ខាត។