

Giữ thực phẩm và nước an toàn sau thảm họa hoặc trường hợp khẩn cấp



Nếu quý vị đang ở trong một thảm họa hoặc trường hợp khẩn cấp, thì quý vị cần phải thực hiện các biện pháp để phòng ngừa bệnh tật từ thực phẩm và nước không an toàn.

Sau thảm họa:

Thực phẩm: Vứt bỏ thực phẩm có khả năng đã tiếp xúc với nước lũ hoặc nước mưa; các loại thực phẩm dễ hỏng có thể đã không được làm lạnh đúng cách do việc mất điện; và những thực phẩm có mùi, màu sắc hoặc trạng thái không bình thường. Thực phẩm không an toàn có thể khiến quý vị bị bệnh ngay cả khi trông có vẻ, có mùi và có vị bình thường. Nếu nghi ngờ, thì hãy vứt bỏ.

Nước: Không được sử dụng nước mà quý vị nghi ngờ hoặc đã được thông báo là bị nhiễm bẩn để rửa chén đĩa, đánh răng, rửa và nấu thực phẩm, rửa tay, làm nước đá hoặc pha sữa công thức cho trẻ nhỏ. Nước an toàn để uống, nấu ăn và vệ sinh cá nhân bao gồm nước đóng chai, nước đun sôi hoặc nước đã qua xử lý. Sở y tế tiểu bang, địa phương hoặc cộng đồng của quý vị có thể đưa ra các khuyến cáo cụ thể cho việc đun sôi hoặc xử lý nước trong khu vực của quý vị.

Thực phẩm

Xác định và vứt bỏ thực phẩm có thể không an toàn

Thực hiện những điều sau đây về thực phẩm và hộp đựng thực phẩm có khả năng đã tiếp xúc với nước lũ hoặc nước mưa.

Vứt bỏ những loại thực phẩm sau đây:

- Thực phẩm có mùi, màu sắc hoặc tình trạng không bình thường. Nếu nghi ngờ, thì hãy vứt bỏ.
- Các loại thực phẩm dễ hỏng (bao gồm thịt, gia cầm, cá, trứng và thực phẩm dư thừa) trong tủ lạnh của quý vị khi bị mất điện từ 4 giờ trở lên.
- Thực phẩm không đóng trong bao bì hoặc đóng trong hộp.
- Thực phẩm đóng hộp hoặc hộp đựng thực phẩm bị phồng lên, bị mở hoặc bị hư hại. Vứt bỏ thực phẩm nếu hộp đựng thực phẩm có nước hoặc bọt phun ra khi quý vị mở hộp hoặc thực phẩm bị đổi màu, bị mốc, hoặc có mùi khó chịu.
- Thực phẩm đóng gói: Vứt bỏ các hộp đựng thực phẩm có nắp đậy, nắp trượt, nắp nhỏ, nắp xoắn, nắp lật, và nắp khóa bên, và các loại thực phẩm đóng hộp nhà làm do các loại thực phẩm này không thể khử trùng được. Vứt bỏ thực phẩm trong các hộp đựng bằng vỏ các tông, bao gồm hộp nước trái cây/sữa/sữa công thức cho trẻ sơ sinh.



Cách tái sử dụng lon thương mại và túi đựng (như túi dẻo, túi nướp ép trái cây để ở nhiệt độ phòng và túi hải sản):

- Bóc nhãn dán nếu chúng có thể bóc ra được.
- Phủi hoặc lau bụi bẩn hoặc bùn.
- Rửa lon và túi bằng xà bông và nước, sử dụng nước nóng nếu có.
- Rửa sạch lon và túi bằng nước uống an toàn, nếu có.
- Khử trùng lon và túi bằng một trong hai cách. 1.) Đặt chúng trong 1 cốc dung dịch (8 oz/250 mL) chất tẩy gia dụng không mùi cùng với 5 ga lông nước trong 15 phút. HOẶC 2.) Ngâm trong nồi nước, đun sôi, và tiếp tục để sôi trong 2 phút.
- Dán lại nhãn lon hoặc túi bằng bút đánh dấu. Ghi thêm ngày hết hạn.
- Sử dụng thực phẩm trong các lon hoặc túi được làm mới lại sớm nhất có thể.

Thực phẩm đã được rã đông có chứa tinh thể băng có thể được làm lạnh lại hoặc nấu chín. Tủ đông, nếu không mở và được chứa đầy trong thời gian bị mất điện, thì sẽ giữ thực phẩm được an toàn trong 48 giờ (trong 24 giờ nếu đầy một nửa).

Lưu trữ thực phẩm an toàn

- Trong khi mất điện, hãy đảm bảo rằng cửa tủ lạnh và tủ đông được đóng chặt nhất có thể.

Việc cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ ăn khi nguồn nước máy của quý vị không an toàn

- Trẻ đang bú sữa mẹ cần phải tiếp tục được cho bú. Đối với trẻ dùng sữa công thức, hãy dùng loại sữa công thức ăn liền nếu có thể. Nếu không sử dụng loại sữa công thức ăn liền, thì tốt nhất nên dùng nước đóng chai để pha sữa công thức bột hoặc sữa công thức đặc khi nước máy của quý vị không an toàn. Nếu không có nước đóng chai, thì hãy liên hệ với các nhà chức trách địa phương để tìm hiểu về tình trạng nước uống của quý vị để xem liệu việc đun sôi có thể xử lý nước an toàn để uống được không. Sử dụng nước đã qua xử lý (xem hướng dẫn xử lý nước dưới đây) để pha sữa công thức chỉ khi quý vị không có nước đóng chai hoặc nước đun sôi.
- Nếu nước bị ô nhiễm hóa chất, thì việc đun sôi sẽ không loại bỏ hóa chất hoặc xử lý nước cho an toàn để sử dụng.
- Nếu quý vị pha sữa công thức cho trẻ sơ sinh bằng nước đun sôi, thì hãy để sữa công thức đủ nguội trước khi cho trẻ sơ sinh ăn. Nhỏ một vài giọt sữa công thức lên mặt sau bàn tay của quý vị để kiểm tra độ nóng.
- Làm sạch bình sữa bằng nước đóng chai, nước đun sôi hoặc nước đã qua xử lý trước mỗi lần sử dụng. Vứt bỏ núm vú bình sữa hoặc núm vú giả đã tiếp xúc với nước lũ; chúng không thể khử trùng được.
- Rửa tay của quý vị trước khi pha sữa công thức và trước khi cho trẻ sơ sinh ăn. Quý vị có thể sử dụng chất sát trùng tay có cồn nếu không có đủ nước hoặc nước không an toàn.

Làm sạch và vệ sinh các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm đã từng bị ngập nước

Vứt bỏ thớt, núm vú bình sữa và núm vú giả nếu chúng đã tiếp xúc với nước lũ bởi vì không thể khử trùng chúng đúng cách. Làm sạch và khử trùng các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm theo quy trình gồm bốn bước:

- Rửa bằng xà phòng và nước sạch và nóng.
- Rửa tráng bằng nước sạch.

- Khử trùng bằng cách ngâm trong 1 cốc dung dịch nước tẩy clo (8 oz/250 ml) (5,25%, không mùi) hòa cùng với 5 ga-lông nước sạch trong 1 phút.
- Để tự khô.

Lưu ý: Không được sử dụng lò sưởi để nấu ăn khi vẫn chưa kiểm tra ống khói xem có các vết nứt và hư hỏng không. Các tia lửa có thể lan vào gác mái của quý vị thông qua một vết nứt không được phát hiện và gây hỏa hoạn.

Các Tài nguyên Liên quan

- Ask Karen: Chat Online With a USDA Food Safety Expert Ask Karen: (Hỏi Karen: Trò chuyện trực tuyến với chuyên gia an toàn thực phẩm của USDA)
(<https://http://www.foodsafety.gov/experts/askkaren/ask-karen-chat.html>)
Cơ sở dữ liệu trực tuyến gồm các câu hỏi về an toàn thực phẩm thông thường; trò chuyện trực tuyến vào các ngày trong tuần từ 10 giờ sáng-6 giờ tối theo múi giờ Eastern Time
- USDA Meat and Poultry Hotline (Đường dây nóng về thịt và gia cầm của USDA): 1-888-MPHotline (1-888-674-6854)
Các chuyên gia trả lời các câu hỏi về an toàn thực phẩm, các ngày trong tuần 10 giờ sáng-6 giờ tối theo múi giờ Eastern Time
- Keeping Food Safe During an Emergency (Giữ an toàn thực phẩm trong trường hợp khẩn cấp)
(http://www.fsis.usda.gov/wps/portal/fsis/topics/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keeping-food-safe-during-an-emergency/CT_Index) [USDA]
Thông tin hữu ích chung về an toàn thực phẩm và nước, bao gồm hướng dẫn về thời điểm loại bỏ các loại thực phẩm dễ hư hỏng
- Food Safety, CDC (An toàn thực phẩm, CDC)
Thông tin về an toàn thực phẩm và phòng chống ngộ độc thực phẩm
- Personal Hygiene and Handwashing After a Disaster or Emergency (Vệ sinh cá nhân và rửa tay sau thảm họa hoặc trường hợp khẩn cấp)
Các gợi ý giúp bảo vệ quý vị khỏi bệnh tật và bệnh dịch
- Food and Water Safety and Hand Hygiene Resources (Nguồn lực về an toàn thực phẩm và nước và vệ sinh tay)
Các áp phích, nhãn dán, tờ rơi và thông báo của các cơ quan dịch vụ công (PSA) để sử dụng với các lời khuyên và thông tin

Nước

Nước uống an toàn

- Sau một trường hợp khẩn cấp, đặc biệt là sau khi ngập lụt, nước uống có thể không có sẵn hoặc không an toàn để uống.
- Không được sử dụng nước mà quý vị nghi ngờ hoặc đã được thông báo là không an toàn để rửa chén đĩa, đánh răng, rửa và chuẩn bị thực phẩm, làm nước đá hoặc pha sữa công thức.
- Rượu làm mất nước cơ thể, làm tăng nhu cầu uống nước.
- Lũ lụt và các thảm họa khác có thể làm hỏng giếng nước uống và dẫn đến ô nhiễm nước ngầm và nhiễm bẩn giếng nước. Nước lũ có thể làm ô nhiễm nước giếng bằng chất thải gia súc, nước thải của con người, hóa chất và các chất gây ô nhiễm khác có thể dẫn đến bệnh tật khi được sử dụng cho việc uống, tắm rửa và các hoạt động vệ sinh khác.
- Nếu nguồn nước của quý vị đến từ giếng của gia đình đã bị ngập lụt, thì hãy xem xét hướng dẫn sau đây để xử lý nước an toàn và cho nguồn nước khẩn cấp cho đến khi quý vị chắc chắn rằng nước của quý vị không có chất gây ô nhiễm và an toàn để uống.



Xử lý nước trở nên an toàn

Thường có thể xử lý nước cho an toàn để uống bằng cách đun sôi, thêm chất khử trùng, hoặc lọc.

QUAN TRỌNG: Nước bị ô nhiễm bằng nhiên liệu hoặc hóa chất độc hại sẽ không thể xử lý an toàn bằng cách đun sôi hoặc khử trùng. Sử dụng một nguồn nước khác nếu quý vị biết hoặc nghi ngờ rằng nước có thể bị ô nhiễm do nhiên liệu hoặc hóa chất độc hại.

Đun sôi nước:

Nếu quý vị không có nước đóng chai an toàn, thì quý vị nên **đun sôi nước** để xử lý nước an toàn. Đun sôi là phương pháp chắc chắn nhất để xử lý nước uống an toàn hơn bằng việc giết chết các vi sinh vật gây bệnh, bao gồm vi rút, vi khuẩn và ký sinh trùng.

Quý vị có thể cải thiện vị nhạt của nước đun sôi bằng cách đổ nước từ một hộp đựng khử trùng sạch sang một hộp đựng đã khử trùng khác và sau đó để yên trong vài giờ, HOẶC bằng cách thêm một chút muối cho mỗi ¼ ga-lông nước hoặc mỗi lít nước đã đun sôi.

Nếu nước đục:

- Lọc nước qua một miếng vải sạch, khăn giấy, hoặc bộ lọc cà phê HOẶC để nước lắng đọng.
- Lấy phần nước trong.
- Đun sôi phần nước trong trong một phút (ở độ cao trên 6500 feet (1981 m), đun sôi trong ba phút).
- Để nước đun sôi nguội.
- Trữ nước đun sôi trong hộp đựng đã khử trùng (http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/safe_water/personal.html#containers) có nắp đậy chặt.

Nếu nước trong:

- Đun sôi nước trong trong 1 phút (ở độ cao trên 6500 feet (1981 m), đun sôi trong 3 phút).
- Để nước đun sôi nguội.
- Trữ nước đun sôi trong hộp đựng sạch, đã khử trùng có nắp đậy chặt.

Chất khử trùng

Nếu quý vị không có nước sạch, nước an toàn, nước đóng chai và nếu không thể đun sôi nước, thì quý vị thường có thể xử lý nước an toàn hơn bằng cách sử dụng chất khử trùng, ví dụ như chất tẩy clo gia dụng không mùi, iốt, hoặc viên clo dioxit. Những chất khử trùng này có thể giết chết hầu hết các sinh vật gây hại, ví dụ như vi rút và vi khuẩn. Tuy nhiên, chỉ các viên clo dioxit mới có hiệu quả trong việc khử trùng các sinh vật có khả năng kháng cao hơn, ví dụ như ký sinh trùng *Cryptosporidium* (<http://www.cdc.gov/crypto/>). Nếu nước bị ô nhiễm hóa chất, thì chất khử trùng cũng không xử lý được nước cho an toàn để uống.

Khử trùng nước dùng chất tẩy:

Chất tẩy có các nồng độ khác nhau. Đảm bảo rằng quý vị biết nồng độ chất tẩy mà quý vị đang sử dụng trước khi sử dụng để khử trùng nước uống. Thông tin này thường được in trên nhãn.

- Làm sạch và khử trùng hộp đựng nước đúng cách (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) trước mỗi lần sử dụng. Sử dụng thùng đựng đã được phê duyệt để chứa nước. Không được sử dụng thùng đựng trước đây được sử dụng để chứa hóa chất hoặc các vật liệu độc hại khác.
- Nếu nước bị đục, thì hãy lọc nước qua một miếng vải sạch, khăn giấy, hoặc bộ lọc cà phê HOẶC để nước lắng đọng, sau đó lấy phần nước trong.

Khi sử dụng chất tẩy clo gia dụng 6% không mùi:

- Thêm ít hơn 1/8 muỗng cà phê (8 giọt hoặc khoảng 0,5 mililit) cho mỗi ga-lông nước trong (hoặc 2 giọt chất tẩy cho mỗi lít hoặc mỗi ¼ ga-lông nước trong).
 - Nếu quý vị không có nước trong hoặc không thể lọc lấy nước trong, thì hãy thêm ít hơn ¼ muỗng cà phê (16 giọt, hoặc khoảng 1 mililit) chất tẩy cho mỗi ga-lông nước đục (hoặc 4 giọt chất tẩy cho mỗi lít hoặc mỗi ¼ ga-lông nước đục). Khuấy đều hỗn hợp.
- Để yên hỗn hợp trong ít nhất 30 phút trước khi sử dụng.
- Trữ nước đã khử trùng trong thùng đựng sạch, đã khử trùng (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) có nắp đậy chặt.

Khi sử dụng chất tẩy clo gia dụng 8,25% không mùi:

- Thêm ít hơn 1/8 muỗng cà phê (6 giọt hoặc khoảng 0,5 mililit nước) chất tẩy gia dụng không mùi dạng lỏng (8,25%) cho mỗi ga-lông nước trong (khoảng 2 giọt chất tẩy cho mỗi lít hoặc mỗi ¼ ga-lông nước trong).
 - Nếu quý vị không có nước trong hoặc không thể lọc lấy nước trong, thì hãy thêm 1/4 muỗng cà phê (12 giọt, hoặc khoảng 1 mililit) chất tẩy cho mỗi ga-lông nước đục (hoặc 3 giọt chất tẩy cho mỗi lít hoặc mỗi ¼ ga-lông nước đục).
- Khuấy đều hỗn hợp.
- Để yên hỗn hợp trong ít nhất 30 phút trước khi sử dụng.
- Trữ nước đã khử trùng trong thùng đựng sạch, đã khử trùng (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) có nắp đậy chặt.

Khử trùng nước bằng iốt:

- Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất
- Trữ nước đã khử trùng trong thùng đựng sạch, đã khử trùng (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) có nắp đậy chặt.

Khử trùng nước bằng viên clo dioxit:

- Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất.

- Trữ nước đã khử trùng trong thùng đựng sạch, đã khử trùng (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) có nắp đậy chặt.

Bộ lọc

Nhiều bộ lọc nước di động có thể loại bỏ các ký sinh trùng gây bệnh như *Cryptosporidium* (<http://www.cdc.gov/crypto/>) và *Giardia* (<http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/private/wells/disease/giardia.html>) khỏi nước uống.

- Nếu quý vị đang lựa chọn một bộ lọc nước di động, thì hãy cố gắng chọn bộ lọc có kích thước lỗ lọc đủ nhỏ để loại bỏ cả vi khuẩn và ký sinh trùng. Hầu hết các bộ lọc nước di động không loại bỏ được vi khuẩn hoặc vi rút.
- Hãy đọc cẩn thận và làm theo các hướng dẫn của nhà sản xuất cho bộ lọc nước. Sau khi lọc, thêm chất khử trùng ví dụ như iốt, clo, hoặc clo dioxit vào nước lọc để diệt vi rút và vi khuẩn còn sót lại. Để biết thêm thông tin về bộ lọc nước, hãy xem trang Chọn Bộ lọc Nước Gia dụng và các Hệ thống Xử lý Nước Khác (<http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/home-water-treatment/water-filters.html>).

Các nguồn lọc xử lý nước

Để tìm hiểu thêm về các bộ lọc nước và phương pháp để loại bỏ các sinh vật như vi rút, vi khuẩn và ký sinh trùng (ví dụ như *Cryptosporidium* (<http://www.cdc.gov/crypto/>)), hãy xem các nguồn lọc sau đây:

- Xử lý nước an toàn trong trường hợp khẩn cấp (<http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html>)
- Hướng dẫn về các bộ lọc nước http://www.cdc.gov/parasites/crypto/gen_info/filters.html
- Hướng dẫn về việc khử trùng và xử lý nước uống cho khu vực hẻo lánh và mục đích du lịch (http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/travel/backcountry_water_treatment.html) Thông tin về độ hiệu quả của các phương pháp xử lý nước khác nhau
- Hướng dẫn về nước uống đóng chai thương mại và các thức uống khác (https://www.cdc.gov/parasites/crypto/gen_info/bottled.html)
- Khử trùng nước uống trong trường hợp khẩn cấp (<http://www.epa.gov/safewater/faq/emerg.html>)

Tìm các nguồn nước khẩn cấp

Có thể tìm thấy các nguồn nước sạch thay thế bên trong và ngoài ngôi nhà. **KHÔNG ĐƯỢC UỐNG** nước có mùi hoặc màu sắc không bình thường, hoặc nước mà quý vị biết hoặc nghi ngờ có khả năng đã bị ô nhiễm bởi nhiên liệu hoặc các hoá chất độc hại; hãy sử dụng một nguồn nước khác.

Sau đây là các nguồn nước có thể sử dụng:

- Nước từ bình nước nóng của gia đình quý vị (phần thuộc về hệ thống nước uống chứ không phải hệ thống sưởi ấm tại nhà của quý vị)
- Các khối đá tan chảy được làm bằng nước không nhiễm bẩn
- Nước từ bồn chứa nước trong nhà vệ sinh của nhà quý vị (không phải từ trong chậu), nếu nó trong và chưa qua xử lý hóa học bằng chất làm sạch nhà vệ sinh ví dụ như những chất làm đổi màu nước
- Nước từ trái cây và rau đóng hộp
- Nước từ các hồ bơi và spa không bị ô nhiễm bởi nước lũ hoặc bão có thể được sử dụng để vệ sinh cá nhân, dọn dẹp và việc sử dụng có liên quan, nhưng không được uống.

Nghe các báo cáo từ các quan chức địa phương để được hướng dẫn về các biện pháp phòng ngừa đối với nước trong nhà của quý vị.

Bên ngoài ngôi nhà:

Nước từ các nguồn bên ngoài ngôi nhà cần phải được xử lý như được mô tả trong [Xử lý nước an toàn trong trường hợp khẩn cấp](https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html) (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html>). Các nguồn nước này bao gồm:

- Nước mưa
- Nước từ các dòng suối, sông và các hệ thống nước tự nhiên khác
- Ao và hồ
- Suối tự nhiên

Các nguồn nước không an toàn

Không bao giờ được sử dụng nước từ các nguồn sau đây:

- Bộ tản nhiệt
- Bình đun nước nóng (phần thuộc hệ thống sưởi ấm nhà của quý vị)
- Đệm nước (thuốc trừ nấm đã được thêm vào nước và/hoặc hóa chất trong nhựa vinyl có thể khiến nước không an toàn khi sử dụng)

Các giếng nước uống tư nhân

Lũ lụt và các thảm họa khác có thể làm hư hại hoặc gây ô nhiễm giếng. Giếng đào, giếng khoan và các loại giếng khác sâu chưa đến 50 feet (15 mét) thường dễ bị ô nhiễm hơn, ngay cả khi không thấy rõ sự hư hại.

- Sau thảm họa, việc uống nước đóng chai là an toàn nhất cho đến khi quý vị chắc chắn rằng nước của quý vị không bị ô nhiễm và an toàn để uống.
- Nếu xảy ra ngập lụt trên diện rộng hoặc quý vị nghi ngờ giếng có thể bị ô nhiễm, thì **KHÔNG ĐƯỢC** uống nước đó. Sử dụng nguồn nước sạch như nước uống đóng chai hoặc nước đã qua xử lý (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/creating-storing-emergency-water-supply.html>).
- Liên hệ với sở y tế địa phương, sở y tế tiểu bang hoặc sở y tế cộng đồng của quý vị để được tư vấn cụ thể về giếng và việc kiểm tra.

QUAN TRỌNG: Việc ô nhiễm nhiên liệu và các hóa chất khác là phổ biến trong các trận lũ lụt.

- Nước bị ô nhiễm bằng nhiên liệu hoặc hóa chất độc hại sẽ không thể xử lý an toàn bằng cách đun sôi hoặc khử trùng. Cho đến khi quý vị biết nguồn nước là an toàn, hãy sử dụng nước đóng chai hoặc một số nguồn nước an toàn khác.
- Nếu quý vị nghi ngờ nguồn nước của quý vị có chứa hóa chất ô nhiễm hoặc nhiên liệu, thì hãy liên hệ với sở y tế địa phương của quý vị để được tư vấn cụ thể.

Để biết thêm thông tin: [Khử trùng giếng sau thảm họa \(https://www.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.html\)](https://www.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.html)

Các nguồn lực liên quan

- Water-related Emergencies and Outbreaks (Các trường hợp khẩn cấp và sự bùng phát dịch bệnh liên quan đến nước)
(<http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/index.html>)
Trang mạng của CDC dành riêng cho nhu cầu về nước cần trước, trong và sau các thảm họa hoặc trường hợp khẩn cấp
- Drinking Water Wells (Giếng nước uống)
(http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/safe_water/wells/) Đảm bảo rằng nguồn nước từ giếng của quý vị là an toàn
- Personal Hygiene and Handwashing After a Disaster or Emergency (Vệ sinh cá nhân và rửa tay sau thảm họa hoặc trường hợp khẩn cấp)

(<https://www.cdc.gov/disasters/floods/sanitation.html>)

Các gợi ý giúp bảo vệ quý vị khỏi bệnh tật và bệnh dịch

- Food & Water Safety and Hand Hygiene Resources (Nguồn lực về an toàn thực phẩm và nguồn nước và việc vệ sinh tay) (<https://www.cdc.gov/disasters/handhygiene.html>)

Các áp phích, tờ rơi, nhãn dán, và thông báo của cơ quan dịch vụ công (PSA) dễ sử dụng với các gợi ý và thông tin

- Cleaning and Sanitizing With Bleach After an Emergency (Làm sạch và khử trùng bằng chất tẩy sau trường hợp khẩn cấp) (<https://www.cdc.gov/disasters/bleach.html>)

Thông tin về cách thức giữ sạch các bề mặt để tránh sự lây lan của vi trùng

- Guidelines for the Management of Acute Diarrhea After a Disaster (Hướng dẫn về việc kiểm soát bệnh tiêu chảy cấp tính sau thảm họa)

(<https://www.cdc.gov/disasters/disease/diarrheaguidelines.html>)

Tiêu chảy cấp tính có thể xảy ra trong những trường hợp sau thảm họa ở những khu vực mà điện, nước sạch và các thiết bị vệ sinh bị hạn chế

Page last reviewed: September 11, 2017

Page last updated: September 12, 2017

Content source: National Center for Environmental Health (NCEH) (<http://www.cdc.gov/nceh/>)/Agency for Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR) (<http://www.atsdr.cdc.gov/>), National Center for Injury Prevention and Control (NCIPC) (<http://www.cdc.gov/injury/>)