VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

2023 ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ

အပျက်အစီးများကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ချိန်တွင် သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ခြင်း ရေလွှမ်းမိုးပြီးနောက် အပြင်တွင်

လတ်တလော ရေလွှမ်းမိုးခြင်းက ကျွန်ုပ်တို့ အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်းရှိ အချို့သောနေရာများ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအပေါ် သက်ရောက်စေခဲ့နိုင်ပါသည်။ အပြင်နေရာများတွင် ကျန်ရစ်ခဲ့သော အမှိုက်သရိုက်များမှ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘေးဒုက္ခများက လူများအတွက် အန္တရာယ်အကြီးဆုံးဖြစ်ပြီး ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရစေနိုင်ပါသည်။

လွှမ်းမိုးသောရေမှ ညစ်ညမ်းစေသည့်အရာများသည် ကျန်းမာရေး အန္တရာယ်ရှိနိုင်ခြေ နည်းပါသည်။ ပိုးမွှားများသည် နေရောင်ခြည်ထဲတွင် အချိန်ကြာကြာမနေနိုင်ဘဲ မိုးရေက ကူညီဆေးချပေးနိုင်ပါသည်။ ဓာတုပစ္စည်းများလည်း ရှိမည်ဆိုပါက ပမာဏအလွန်နည်းပါလိမ့်မည်။

ကလေးများ၊ အသက်ရှူပြဿနာရှိသူများ (ဥပမာ - ပန်းနာရင်ကြပ်) နှင့် ကိုယ်ခံအားနည်းသူများသည် ရေလွှမ်းမိုးပြီးနောက် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရာတွင် မကူညီသင့်ပါ။

သင့်လက်များကို ဆေးကြောပါ။

- ရေလွှမ်းမိုးခဲ့သည့်နေရာများတွင် အလုပ်လုပ်ပြီးနောက် လက်ဆေးခြင်းက အစဉ် အကြံကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အကာအကွယ်ပေးသည့် အဝတ်များကို ဝတ်ဆင်ပါ။

- သင် စစ်ဆေးကြည့်ရှုချိန်နှင့် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရာတွင် သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ရန် ဘောင်းဘီရှည်၊ အင်္ကျီလက်ရှည်၊ ဘွတ်ဖိနပ် နှင့် လက်အိတ်များကို ဝတ်ဆင်ပါ။
- ဖုန်ထူပါက ဂေါ်ဂယ်မျက်မှန်များနှင့် N95 နှာခေါင်းစည်းများကို ဝတ်ဆင်ပါ။

ဓာတုပစ္စည်းများတွေ့ရသည့် လက္ခဏာများကို အစီရင်ခံပါ။

- ဆီအရောင်ပြောင်ပြောင်များကဲ့သို့သော ဓာတုပစ္စည်း ညစ်ညမ်းနေသည့် လက္ခဏာများ တွေ့ရှိပါက အဆိုပါနေရာမှ ဝေးဝေးနေပြီး ၎င်းကို ဗားမောင့်ပြည်နယ် ဖိတ်စင်မှုများအတွက် အဖွဲ့ကို ဆက်သွယ်ပါ - **1-800-641-5005 သို့မဟုတ် 802-828-1138 ကို ဖုန်းဆက်ပါ။**

ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များနှင့် လုပ်ဆောင်ပုံ ဗီဒီယိုကိုကြည့်ရန်အတွက် - HealthVermont.gov/Flood