



CLEANUP HAZARDS

Phục Hồi Sau Cơn Bão

Bất cứ việc *thu dọn* nào cũng đều nguy hiểm, nhưng trong môi trường ngập lụt, việc này còn nguy hiểm hơn. Tuân theo những phương thức làm việc được liệt kê dưới đây sẽ giúp bạn giữ được an toàn và bảo vệ sức khỏe cho mình trong khi thu dọn sau những cơn thiên tai bão lụt.

Vài Mẹo Vật Để Giữ Gìn Sức Khỏe

- Nghỉ giải lao thường xuyên khi nâng nhấc vật nặng, nhất là những vật thể có chứa nước. Tránh nâng quá sức và nên áp dụng kỹ thuật nâng nhấc. Khi nâng vật thể quá kèn càng, để tránh bị thương, cần có một nhóm từ 2 người trở lên để hỗ trợ lẫn nhau; nếu chỉ có một mình, tránh nâng các vật thể có trọng lượng trên 50 pounds, và nếu có thể, nên sử dụng thiết bị hỗ trợ nâng nhấc tự động thích hợp.
- Khi làm việc trong môi trường oi bức, nên uống nhiều nước, đeo kính mát, và nghỉ giải lao thường xuyên. Mặc quần áo màu nhạt, rộng rãi.
- Phải có sẵn hộp cấp cứu y tế để khử trùng khi bị cắt hoặc sưng. Băng lại vết thương bằng băng chống nước.
- Rửa tay thường xuyên, đặc biệt trước khi ăn, uống hoặc trang điểm.

Tóm Lược Cách Đề Phòng

- Dùng gậy hoặc cọc gỗ để dò xét hầm, hố hoặc vật thể nhọn trước khi tiến vào khu vực bị ngập nước.
- Thang và giàn giáo phải được dựng chắc và vững vàng trước khi sử dụng.
- Trước khi tiến vào hoặc chạy xe vào khu vực ngập lụt hoặc đã từng bị ngập lụt, cần phải tiến hành kiểm tra sơ bộ mặt đất xem có chắc chắn hay không.
- Không nên làm việc bên trong hoặc lân cận bất kỳ cao ốc nào đã bị thiệt hại do lũ lụt đến khi có kiến trúc sư hoặc kỹ sư chuyên nghiệp đã thẩm định và xác định rằng nơi ấy an toàn để làm việc.
- Những chỗ xói lở, rãnh, hố đào, và máng mương phải được chống đỡ chắc chắn, nếu không công nhân cần phải xác định mức ổn định (vững chắc) của chúng trước khi tiến vào. Các rãnh phải được chống đỡ (ví dụ, bằng trench box); nếu không được chống đỡ, hai bên mé rãnh phải có độ dốc tối nhất 1:1 (45 độ) góc nếu là đất sét (cohesive) và 1:1 ½ (34) độ góc nếu là đất cát (granular) gồm có sỏi, cát, và đất mùn hoặc đất ẩm (submerged) hoặc đất dễ thấm thấu.
- Phác thảo kế hoạch liên lạc nhân viên y tế để áp dụng khi có trường hợp khẩn cấp.
- Báo cho chính quyền biết bất kỳ hiểm họa nào thấy được (dây điện bị đứt, dây điện bị cọ sưng, chảy ga hoặc rần).
- Đặt máy phát điện ngoài trời. Không được đem vào trong.
- Mặc áo phao khi làm việc ở nơi có mực nước sâu.
- Nên thận trọng khi nâng nhấc hoặc chạm vào những thùng côngtenơ chứa chất liệu hoặc hoá chất độc hại (thí dụ những côngtenơ chứa hoá chất của thường dân hoặc của xí nghiệp bị trôi dạt). Liên lạc với Cơ Quan Bảo Vệ Môi Sinh - Environmental Protection Agency tại National Response Center (1-800-424-8802 để biết thêm thông tin về việc vứt bỏ phế liệu).
- Để tránh bị thương, không nên dùng vật liệu để làm bếp lò tạm thời (ví dụ như giá của tủ lạnh) để nấu ăn hoặc đun nước.

Quần Áo và Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân

- Khi thi hành công việc thu dọn, luôn mang giày ủng bó sát có mũi thép và đế thép, găng tay, quần dài, và kính bảo hộ; không được mang giày thể thao vì chúng rất dễ bị đâm thủng và không đề phòng được những loại thương tích như bị đập hoặc bị thú vằn cắn. Đội nón bảo hộ nếu thấy có vôi gạch rơi rớt.
- Nếu làm việc với rau cải hoặc vật liệu đã bị mốc (cỏ khô, ngũ cốc, hoặc phân trộn), nhân viên cần phải đeo máy lọc bụi đạt tiêu chuẩn của NIOSH.
- Khi cầm hoặc sờ mó vào chất tẩy hoặc bất kỳ hoá chất nào khác, công nhân nên tuân theo sự chỉ dẫn ghi ngoài bao; mang thiết bị bảo hộ mắt, mặt, tay thích hợp; và phải chuẩn bị sẵn nước sạch để rửa mắt và dùng trong việc điều trị cấp tốc.

Nguy Hiểm Điện Lực

- Không nên chạm vào dây điện đã bị đứt nằm dưới đất hoặc bất kỳ vật thể nào hoặc nguồn nước nào đang tiếp xúc với những dây điện này.
- Phải nghĩ rằng mọi dây điện đều có điện, trừ phi bạn biết chắc rằng nguồn điện đã được ngắt.
- Thận trọng với dây điện giăng trên đầu hoặc điện ngầm trong khi thu dọn mảnh vụn. Tối cần trọng khi di chuyển thang và thiết bị gần nơi có dây điện cao thế để tránh vô ý chạm phải.
- Nếu thấy hệ thống điện bị hư (ví dụ, nếu dây điện từng bị chìm dưới nước, bạn có thể ngửi thấy mùi cháy của cách điện, dây điện bị cọ sòn, hoặc bạn thấy xẹt lửa), lập tức ngắt đi nguồn điện của cao ốc và tuân theo thủ tục khoá/niêm trước khi bắt đầu làm việc trở lại. Không nên mở điện lại cho đến khi thiết bị điện đã được kỹ sư điện kiểm tra.
- Khi dùng máy phát điện, cái ngắt điện của mạch điện chính (main circuit breaker) ở vị trí OFF và khoá lại trước khi khởi động máy phát điện. Việc này sẽ đề phòng được sự có điện ngẫu nhiên cho dây điện từ máy phát điện phụ và giúp bảo vệ nhân viên đặt đường dẫn tránh bị điện giật chết.
- Chú ý: cho dù dây điện đã được ngắt đi nguồn điện, nhưng chúng cũng có thể có điện dẫn từ máy phát điện phụ như máy phát điện dự phòng di động.
- Bất cứ thiết bị điện nào, bao gồm dây điện nối, được dùng trong môi trường ẩm ướt phải có ký hiệu và thích hợp dùng trong vị trí ẩm ướt, nhất là không bị hư hao. Các đầu cắm và lỗ cắm không được chạm vào nước.
- Tất cả dây điện, thiết bị điện và dụng cụ điện phải được tiếp đất hoặc cách điện hai lớp.
- Phải dùng cái ngắt điện GFCIs khi làm việc ở vị trí ẩm ướt. Ngắt điện cầm tay có bán ở các cửa hàng ngũ kim.

Đề Phòng Hoả Hoạn

- Nếu cao ốc bị chảy ga, lập tức di tản ra ngoài đến khi tình trạng nguy hiểm được kiểm chế và khu vực được thông hơi.
- Đảm bảo phải có đầy đủ bình chữa lửa chuẩn bị sẵn sàng và tái thẩm định kế hoạch di tản
- Bảo đảm các lối thoát không bị cản trở bởi có mảnh vụn và bao cát.

Translated from OSHA's *Cleanup Hazards: OSHA Fact Sheet*, OSHA, U.S. Department of Labor, 2003 http://www.osha.gov/OshDoc/data_Hurricane_Facts/Bulletin1.pdf

This material is translated by BPSOS in partnership with OAI, inc. and is funded by NIEHS grant #2 U45 ES007850-11S