



## FLOOD CLEANUP

### Thu Dọn Sau Cơn Bão Lụt

Lụt lội có thể làm nước mất sự trong sạch, khuấy động những chất dơ trong hệ thống cống rãnh, mang theo nhiều chất thải độc hại từ nơi đổ rác, và cuống theo các loại hoá chất trước đây đã được cất giữ. Mặc dù hầu hết các trận bão lụt không gây trúng độc hoá học hay bộc phát những căn bệnh truyền nhiễm nghiêm trọng, nhưng chúng có thể gây bệnh cho công nhân hoặc bất cứ người nào tiếp xúc với nước lũ ô nhiễm. Ngoài ra, những khu vực ngập nước có chứa mầm móng gây hoá hoạn hoặc điện giật do dây điện bị đứt.

#### Nước lụt

Nước lũ thường cuống theo những sinh vật truyền nhiễm, gồm có vi khuẩn đường ruột như E. coli, Salmonella, và Shigell; Vi Khuẩn Viêm Gan A; và tác nhân gây bệnh thương hàn, phó thương hàn và bệnh uống ván. Dấu hiệu và triệu chứng của bệnh nhân bị nhiễm từ những loại vi sinh vật trong nước rất tương tự, mặc dù họ bị nhiễm từ nhiều mầm bệnh khác nhau. Những triệu chứng này gồm có nôn, mửa, tiêu chảy, đau bụng, đau nhức bắp thịt, và sốt. Hầu hết mắc phải các chứng bệnh trong môi trường lụt lội là do ăn nhầm thức ăn hoặc nước uống ô nhiễm. Tuy nhiên, có thể bị nhiễm trùng uống ván từ nước ô nhiễm qua vết thương ngoài da như vết cắt, trầy, hoặc đâm. Bệnh uống ván là loại bệnh truyền nhiễm, tác hại đến hệ thần kinh và làm cho bắp thịt co thắt, thường được gọi là "lockjaw". Triệu chứng sẽ hiện ra vài tuần sau khi bị nhiễm, và bệnh nhân bắt đầu có triệu chứng nhức đầu, nhưng sau đó sẽ phát triển đến giai đoạn khó nuốt hoặc khó mở miệng.

Nước lụt có thể bị ô nhiễm do hoá chất dùng trong nông nghiệp, kỹ nghệ hoặc do các tác nhân độc hại ở các khu phế thải. Công nhân thu dọn lân cận các công trường kỹ nghệ bị lụt có thể bị tác hại bởi nước ô nhiễm hoá chất. Mặc dù mỗi loại hoá chất tác hại đến sức khoẻ khác nhau, nhưng dấu hiệu và triệu chứng khi bị trúng độc hoá chất thường là nhức đầu, rát da, chóng mặt, nôn mửa, đuối sức, và mệt mỏi.

Nước đọng hoặc nước tù trở thành nơi sinh sản của muỗi, tăng nguy cơ viêm não, West Nile Virus hoặc các chứng bệnh truyền nhiễm từ muỗi. Nếu có côn trùng hoặc thú vật hoang dã sinh sống trong khu vực, thì sẽ gia tăng nguy cơ mắc phải những chứng bệnh do thú vật cắn (ví dụ như chó) và các loại bệnh truyền nhiễm từ bọ chét và con tích (tick).

#### Bảo Vệ Chính Mình

Sau những cơn lũ lụt lớn, thường rất khó giữ vệ sinh trong công việc thu dọn. Để tránh các loại bệnh lan truyền do dùng nước bị ô nhiễm, điều quan trọng là phải rửa tay bằng nước sạch với xà phòng, chất tẩy, đặc biệt là rửa trước giờ giải lao, trước bữa ăn, và sau khi hết ca. Công nhân phải luôn nhớ rằng nước ở trong hoặc xung quanh khu vực lụt lội không được vệ sinh, trừ phi chính quyền địa phương hoặc tiểu bang tuyên bố nước đã được an toàn để sử dụng. Nếu không có nước sạch để dùng trong việc tẩy rửa, nên dùng nước đóng chai, nước được đun sôi ít nhất 10 phút hoặc đã được khử trùng bằng hoá chất. (Để khử trùng trong nước, nhỏ 5 giọt thuốc tẩy gia dụng vào mỗi gallon nước và chờ ít nhất 30 phút để hoá trình khử trùng được hoàn tất). Thùng chứa nước phải được chùi rửa theo định kỳ bằng thuốc tẩy gia dụng.

Nếu nghi ngờ nước đã bị nhiễm hoá chất độc hại, công nhân thu dọn phải mặc quần áo bảo hộ và kính bảo hộ đặc biệt áp dụng đối với hoá chất. Trước khi tiến vào khu vực có nước ô

nhiễm, bạn phải mang bao tay, giày ủng làm bằng cao su hoặc chất dẻo và mặc quần áo bảo hộ nếu cần để tránh tiếp xúc với nước lụt.

Để giảm bớt nguy cơ mắc phải các chứng bệnh do muỗi chít hoặc từ các loài côn trùng, bạn nên mặc áo tay dài, quần dài, và dùng thuốc đuổi côn trùng. Phải rửa tay bằng xà phòng với nước đã được đun sôi hoặc đã được khử trùng trước khi chuẩn bị thức ăn hoặc dùng bữa, sau khi đi vệ sinh, sau khi tham gia vào các công việc thu dọn, và sau khi chạm vào những đồ vật bị dính nước ô nhiễm. Ngoài ra, trẻ em không được phép vui chơi ở trong hoặc xung quanh nơi có nước lủ hoặc chơi đồ chơi đã từng chạm phải nước lụt. Đồ chơi phải được khử trùng.

## Phải Làm Gì Khi Triệu Chứng Xuất Hiện

Nếu nhân viên thu dọn phát hiện dấu hiệu hay triệu chứng nêu trên, phải điều trị tức khắc và nên hỏi ý kiến của nhân viên y tế. Nếu da bị cắt, đặc biệt khi bị vật nhọn đâm phải, hoặc nếu vết thương tiếp xúc với vật liệu nhiễm trùng, cần chích ngừa uốn ván ngay nếu lần cuối cùng tiêm chích đã cách đây trên 5 năm.

## Vài Mẹo Vật Cần Ghi Nhớ

- Trước khi làm việc trong khu vực ngập lụt, phải chích ngừa uốn ván (lần cuối cùng phải trong vòng 10 năm). Các vết thương gây ra do lũ lụt phải được chẩn đoán và xét nghiệm; bác sĩ có thể yêu cầu chích ngừa uốn ván.
- Luôn nhớ rằng nước ở trong hoặc lân cận những khu vực ngập lụt đều không được vệ sinh, trừ phi chính quyền địa phương thông báo rằng nguồn nước công cộng đã được an toàn.
- Không nên dùng nước ô nhiễm để chùi rửa và nấu ăn, đánh răng, rửa chén, hoặc làm nước đá.
- Dự trữ sẵn nước đóng chai để uống và nước sạch để dùng trong việc chùi rửa.
- Phải tối cẩn thận đối với nước lủ ô nhiễm bởi hoá chất ở những công trường kỹ nghệ.
- Tối cẩn thận đối với điện và hoá chất, những thứ này thường rất dễ gây hoả hoạn và bùng nổ. Nước lụt có sức mạnh làm trôi dạt và nhận chìm những thứ phế thải độc hại và các thùng hoá chất ra khỏi nơi chúng được lưu trữ, mang bệnh đến cho những ai tiếp xúc với chúng. Bất cứ hiểm hoạ hoá chất nào, như bình nhiên liệu prôban, cần phải để cho nhân viên cứu hoả hoặc cảnh sát giải quyết.
- Nếu thức ăn hoặc nước uống có vẻ không được an toàn, vứt đi.
- Điều trị ngay lập tức nếu bị thú vật cắn.

Translated from OSHA's *Flood Cleanup: OSHA Fact Sheet*, OSHA, U.S. Department of Labor, 2003 [http://www.osha.gov/OshDoc/data/Hurricane\\_Facts/floodcleanup.pdf](http://www.osha.gov/OshDoc/data/Hurricane_Facts/floodcleanup.pdf)

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