



Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

Xin xem cả mục **Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Chuẩn Bị Sẵn Sàng Chống Bão** (www.bt.cdc.gov/hurricanes/vi/pdf/hurricanereadiness.pdf).

CDC cung cấp những lời khuyên quan trọng này để giúp quý vị phục hồi sau cơn bão. Để tìm hiểu thêm về bão, xin tới trang mạng điện toán về Các Cơn Bão và Các Tình Trạng Thời Tiết Khẩn Cấp (www.cdc.gov/ncch/emergency/hurricanes) của CDC.

Cách Cất Giữ Thực Phẩm Một Cách An Toàn

Khi mất điện, tủ lạnh có thể giữ lạnh cho thực phẩm trong khoảng 4 tiếng đồng hồ nếu quý vị không mở cửa tủ lạnh. Thêm đá tảng hoặc khí CO2 đông lạnh (dry ice) vào tủ lạnh nếu mất điện lâu hơn bốn giờ đồng hồ.

Thực phẩm đã được làm tan giá thường vẫn có thể ăn được nếu vẫn "lạnh như được giữ trong tủ lạnh", hoặc được tái đông lạnh nếu vẫn còn các tinh thể đá. Vứt bỏ thực phẩm đã ở nhiệt độ hơn 40 độ F trong 2 tiếng đồng hồ hoặc hơn, và thực phẩm có mùi, màu, hoặc kết cấu bất thường.

Khi mất điện, đóng cửa tủ lạnh và tủ làm đông đá càng chặt càng tốt để giữ cho thực phẩm lạnh càng lâu càng tốt.

Nếu mất điện lâu hơn 4 giờ đồng hồ, hãy làm theo các chỉ dẫn dưới đây:

- Dùng khí CO2 đông lạnh (dry ice), nếu có. 25 pounds khí CO2 đông lạnh sẽ có thể giữ một chiếc tủ làm đông đá có dung tích mười foot khối dưới nhiệt độ đông lạnh trong từ 3 tới 4 ngày. Thận trọng khi cầm khí CO2 đông lạnh (dry ice), và đeo bao tay loại dày, khô để tránh thương tích.
- Đối với ngăn làm đông đá: Một tủ làm đông đá mới đầy một nửa sẽ có thể giữ thực phẩm an toàn tới 24 giờ đồng hồ. Tủ làm đông đá đã đầy sẽ có thể giữ thực phẩm an toàn trong 48 giờ đồng hồ. Không mở cửa tủ làm đông đá nếu không thật cần thiết.
- Đối với ngăn giữ lạnh: Để sữa, các sản phẩm khác làm từ sữa, thịt, cá, trứng, nước sốt gravy, và thức ăn thừa có thể bị hư vào thùng giữ lạnh (cooler) có đá xung quanh. Vứt bỏ nếu đã để thực phẩm này ở nhiệt độ hơn 40 độ F trong hơn 2 giờ đồng hồ.
- Sử dụng nhiệt biểu kế dạng số, cho biết kết quả ngay để kiểm tra nhiệt độ thực phẩm ngay trước khi quý vị nấu hoặc ăn thực phẩm đó. Vứt bỏ những thực phẩm có nhiệt độ trên 40 độ F.

Để biết các hướng dẫn về việc làm tái đông lạnh thực phẩm khi có điện trở lại, xin xem mục **Giữ Thực Phẩm An Toàn Trong Trường Hợp Khẩn Cấp** (www.fsis.usda.gov/OA/pubs/pofcature.htm) tại trang mạng điện toán của Cơ Quan Thanh Tra và An Toàn Thực Phẩm (Food Safety and Inspection Service).

Làm thế nào để Bảo Đảm rằng Nước Của Quý Vị là An Toàn

Các cơn bão, đặc biệt các cơn bão có kèm theo hiện tượng thủy triều lên hoặc lũ lụt, có thể làm nhiễm bẩn nguồn cung cấp nước công cộng. Quý vị có thể mắc bệnh nếu uống nước bị nhiễm bẩn. Quý vị không thể cho rằng nước tại khu vực chịu ảnh hưởng của bão là an toàn để uống.

Nghe các thông báo công cộng về tình trạng an toàn của nguồn cung cấp nước cho thành phố. Dùng nước đóng chai để uống hoặc nấu thức ăn. Nếu quý vị không có sẵn nước đóng chai, và không biết chắc là nước từ vòi có an toàn hay không, xin làm theo các chỉ dẫn sau đây để lọc nước vòi:

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

(tiếp theo trang trước)

- Đun nước thật sôi (nước phải sôi sùng sục và sủi bọt) trong vòng 1 phút.
- Nếu quý vị không thể đun nước, hãy thêm 6 giọt dung dịch thuốc tẩy gia dụng không mùi, mỗi mua vào mỗi gallon nước, khuấy kỹ, sau đó để nguyên trong 30 phút rồi mới dùng nước. Xin lưu ý rằng thuốc tẩy sẽ không có tác dụng diệt các sinh vật ký sinh.
- Quý vị cũng có thể sử dụng các viên lọc nước mua tại tiệm thuốc tây hoặc tiệm bán đồ thể thao trong vùng.

Nếu là bão có kèm theo cả lũ lụt, nước lũ có thể chứa chất phân từ hệ thống xử lý nước thải tràn ra ngoài và chất thải nông nghiệp và công nghiệp. Mặc dù nếu chỉ có da tiếp xúc với nước lũ sẽ không gây rủi ro nghiêm trọng cho sức khỏe, nhưng quý vị có thể sẽ mắc bệnh do ăn hoặc uống những thực phẩm bị nhiễm nước lũ.

Không cho trẻ em chơi đùa ở các khu vực có nước lũ. Thường xuyên rửa tay cho trẻ (luôn luôn rửa tay trước bữa ăn), và không để trẻ chơi với các đồ chơi đã nhiễm nước lũ và chưa được tẩy trùng. Quý vị có thể tẩy trùng cho các đồ chơi này bằng cách dùng dung dịch được pha chế theo nồng độ một ly thuốc tẩy với 5 gallons nước.

Để biết thêm chi tiết về việc lọc nước sau cơn bão hoặc tình trạng thời tiết khẩn cấp khác, xin xem mục Bão và Tình Trạng Sức Khỏe và An Toàn của Quý Vị (www.cdc.gov/nceh/emergency/hurricanes/healthandsafety.htm) tại trang mạng lưới điện toán của CDC.

Cách Sơ Cứu Khi Bị Thương

Việc sơ cứu là đặc biệt quan trọng khi quý vị tiếp xúc với các nguồn nước có thể đã bị nhiễm bẩn bởi chất thải của người, động vật hoặc rác thải độc hại.

- Rửa sạch ngay tất cả các vết thương và vết cắt hở miệng bằng xà bông và nước sạch.
- Thoa thuốc mỡ trị sinh để tránh nhiễm trùng.
- Nếu vết thương bắt đầu tấy đỏ, sưng, hoặc chảy mủ, quý vị phải đi khám ngay.
- Nếu quý vị bị thương, hãy liên lạc với một bác sĩ để xác định biện pháp điều trị cần thiết (thí dụ quý vị cần phải chích ngừa bệnh uốn ván).

Cách Làm Sạch Nấm mốc trong Nhà Quý Vị

Sôi aam thắp quau Đoa trong nhau lạu moatt vieac Đaung quan taam vì nou giuùp cho cauc loaõi vi sinh vaatt nhõ meo moac sinh soãi naay nou. Bõuì vì meo moac coù thea gaây nên cauc beaanh ò òung hoaec laum traam troing theam moatt soá cauc chõung beaanh nhõ beaanh suycañ, cho nên chũng ta caan aùp duing nhõõng bieañ phaùp Đeạ dcíp boù chũng vaụ ngaen khoang cho chũng sinh soãi naay nou.

Tờ Thông Tin: Dọn Dẹp Sau Lũ Lụt: Tránh Các Vấn Đề Về Phẩm Chất Không Khí Trong Nhà (www.epa.gov/iaq/pubs/flood.html) của EPA trình bày về các bước cần thực hiện khi dọn dẹp và sửa chữa nhà sau lũ lụt. Tờ thông tin này cung cấp những lời khuyên để tránh gây ra các vấn đề về phẩm chất không khí khi dọn dẹp. Để biết thêm chi tiết về nấm mốc và tình trạng sức khỏe, xin xem mục Nấm Mốc Trong Môi Trường (www.cdc.gov/nceh/airpollution/mold/moldfacts.htm) tại trang mạng lưới điện toán của Trung Tâm Quốc Gia về Môi Sinh (National Center for Environmental Health) (NCEH).

Cách Phòng ngừa Thương Tích sau Cơn Bão

Khi gió ngừng và nước lũ rút, dân chúng trong các khu vực chịu ảnh hưởng của bão sẽ tiếp tục phải đối mặt với nhiều hiểm họa liên quan tới công việc dọn dẹp. Viện Quốc Gia về An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (National Institute for Occupational Safety and Health) (NIOSH) (www.cdc.gov/niosh) cung cấp các hướng dẫn sau đây để phòng ngừa thương tích:

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

(tiếp theo trang trước)

Mang Dụng Cụ Bảo Vệ

Đối với đa số các công việc tại những khu vực bị lụt, hãy mang mũ cứng, kính bảo vệ, bao tay loại dành cho việc nặng, và ủng không thấm nước, có mũi và đế trong bằng thép (không chỉ có phần đế sau bọc thép).

Mang nút bịt lỗ tai hoặc tai nghe bảo vệ để giảm rủi ro do tiếng ồn từ thiết bị gây ra. Các thiết bị, thí dụ như cửa xích, máy xúc có cần cầu, và máy sấy có thể gây ù tai và thường tổn về sau cho thính giác.

Biết Các Mối Nguy Hiểm Liên Quan Tới Điện

- Nếu có nước gần các mạch điện và thiết bị điện, hãy tắt nguồn điện tại cầu dao chính hoặc ngắt cầu chì trên bảng điện. Không bật điện lại cho tới khi thiết bị điện đó đã được kiểm tra bởi một thợ điện có trình độ.
- Không bao giờ đi vào các khu vực ngập nước lủ hoặc chạm vào thiết bị điện khi mặt đất đang ướt, trừ khi quý vị chắc chắn rằng nguồn điện đã được ngắt. KHÔNG BAO GIỜ cầm dây điện bị rơi xuống đất.
- Khi sử dụng máy phát điện chạy bằng xăng hoặc dầu diesel để cung cấp điện cho một tòa nhà, hãy tắt cầu dao chính hoặc cầu chì trên bảng điện rồi mới bắt đầu khởi động máy phát điện.
- Nếu quý vị phải dọn dẹp hoặc làm công việc khác gần nơi có dây điện bị rơi xuống đất, xin liên lạc với hãng cung cấp điện để bàn về việc ngắt điện, tiếp đất hoặc che chắn cho các đường dây điện. Cần phải đặc biệt lưu ý khi di chuyển thang và các thiết bị khác gần các dây điện phía trên đầu để tránh chạm phải dây điện do bất cẩn.

Nếu quý vị đang làm việc với các đường dây điện hoặc gần các đường dây điện, hãy xem thêm các lời khuyên cáo trong mục Các Mối Nguy Hiểm Khi Dọn Dẹp Sau Cơn Bão (www.cdc.gov/niosh/flood.html) của NIOSH.

Tránh Tiếp Xúc Với Khí Carbon Monoxide

Carbon monoxide là một loại khí không mùi, không màu và gây ngộ độc khi hít phải. Khi dọn dẹp sau lũ lụt, hãy vận hành tất cả các thiết bị chạy bằng khí gas như máy bơm, máy phát điện, và máy rửa bằng áp suất ở ngoài trời và không bao giờ mang các máy này vào trong nhà. Việc này sẽ giúp bảo đảm là quý vị không bị nhiễm độc khí carbon monoxide.

Xin xem mục Các Câu Hỏi và Giải Đáp Về Việc Nhiễm Độc Khí Carbon Monoxide

(www.cdc.gov/nceh/airpollution/carbonmonoxide/cofaq.htm) tại trang mạng lưới điện toán của Trung Tâm Quốc Gia về Môi Sinh của CDC (CDC's National Center for Environmental Health) để biết thêm chi tiết về khí carbon monoxide.

Phòng Ngừa Thương Tích Liên Quan Tới Cơ và Xương

Quý vị cần đặc biệt chú ý để tránh thương tích ở lưng khi dùng tay nâng vật nặng và xử lý các mảnh vụn và vật liệu xây dựng.

Để giúp phòng ngừa thương tích:

- Chỉ di chuyển các đồ vật cồng kềnh khi có hai người hoặc hơn.
- Tránh nâng các vật nặng quá 50 pounds (một người)
- Sử dụng các thiết bị nâng tự động thích hợp

Biết Các Cấu Trúc Không Vững Chắc

Quý vị không bao giờ nên cho rằng mặt đất hoặc các kết cấu bị nước làm hư hỏng là vững chắc. Các tòa nhà đã bị ngập nước hoặc bị nước lủ tấn công có thể bị hư hỏng về cấu trúc và có thể gây nguy hiểm.

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

(tiếp theo trang trước)

- Không làm việc trong hoặc quanh các tòa nhà bị hư hỏng do lũ lụt cho tới khi tòa nhà đó đã được kiểm tra và chứng nhận là an toàn để làm việc bởi một kỹ sư hoặc kiến trúc sư chuyên nghiệp có đăng ký hành nghề.
- Cứ coi như là toàn bộ cầu thang, tầng lầu, và mái nhà là không an toàn cho tới khi chúng được kiểm tra.
- Rời khỏi khu vực đó ngay nếu thấy nghiêng ngả hoặc nghe thấy những tiếng động bất thường báo hiệu nhà có thể đổ.

Tránh Các Vật Liệu Gây Nguy Hiểm

Nước lũ có thể làm trôi các thùng chứa, thùng vại, các đường ống nước, và thiết bị có chứa các vật liệu nguy hiểm, thí dụ như thuốc trừ sâu hoặc khí propane.

- Không tìm cách di chuyển các thùng chứa bị cuốn trôi và không rõ nguồn gốc khi chưa liên lạc với nha cứu hỏa hoặc toán thu dọn vật liệu nguy hiểm tại địa phương.
- Nếu làm việc trong các khu vực có thể bị nhiễm bẩn, tránh để da tiếp xúc hoặc tránh hít phải hơi nước bằng cách mặc quần áo bảo hộ thích hợp và mang mặt nạ phòng độc.
- Thường xuyên rửa kỹ các vùng da có thể đã tiếp xúc với thuốc trừ sâu và các hóa chất nguy hiểm khác.
- Liên lạc với NIOSH để biết thêm chi tiết về các thiết bị an toàn thích hợp.

Chuẩn Bị Sẵn Sàng cho Trường Hợp Hỏa Hoạn

Hỏa hoạn có thể đe dọa đáng kể tới khu vực vốn đã bị hư hại nặng do lũ lụt vì một số lý do như:

- Các hệ thống phòng ngừa hỏa hoạn không hoạt động.
- Nha cứu hỏa gặp trở ngại trong việc tới tiếp ứng.
- Nguồn cung cấp nước chữa cháy không sử dụng được.
- Hệ thống phòng ngừa hỏa hoạn bị hư hại do lũ lụt.

Mỗi nơi dọn dẹp phải được cung cấp ít nhất hai bình dập lửa, mỗi bình có chỉ số UL thấp nhất là 10A.

Phòng Ngừa Chết Đuối

Khi vào luồng nước đang chảy, quý vị có nguy cơ bị chết đuối, cho dù quý vị có bơi giỏi tới đâu. Vì những người ngồi trong xe dễ có nguy cơ chết đuối nhất, nên điều quan trọng là phải tuân theo tất cả các biển cảnh báo nguy hiểm trên đường và tránh lái xe hoặc thiết bị lớn vào vùng nước mà quý vị không biết rõ độ sâu. NIOSH khuyến cáo rằng quý vị nên tránh làm việc một mình và nên đeo áo cứu hộ đã được Vệ Binh Duyên Hải (Coast Guard) chấp thuận khi làm việc trong nước lũ hoặc gần nước lũ.

Giảm Nguy Cơ Bị Căng Thẳng Do Nhiệt

Khi dọn dẹp sau cơn bão, quý vị có nguy cơ gặp phải các vấn đề về sức khỏe do làm việc trong môi trường nóng hoặc lạnh.

Để giảm các nguy cơ liên quan tới nhiệt:

- Cứ 15 tới 20 phút một lần lại uống một ly nước.
- Mặc loại quần áo rộng và có màu nhạt
- Làm việc vào những giờ mát hơn trong ngày.

Để giảm các rủi ro do lạnh khi đứng hoặc làm việc trong nước có nhiệt độ lạnh hơn 75 độ F (24 độ C):

- Mang ủng (giày bốt) bằng cao su.

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

(tiếp theo trang trước)

- Bảo đảm rằng quần áo và ủng (giày bột) được cách nhiệt thích hợp.
- Thường xuyên ra khỏi nước để nghỉ giải lao.
- Thay quần áo khô khi có thể.

Để biết thêm chi tiết về việc đối phó với các rủi ro này, xin xem mục Các Mối Nguy Hiểm Khi Dọn Dẹp Sau Lũ Lụt (www.cdc.gov/niosh/flood.html) tại trang mạng điện toán của NIOSH.

Phòng ngừa Các Thương Tích Do Mệt Mỏi

Làm việc nhiều giờ liên tục, cộng với tình trạng kiệt sức, có thể gây tình trạng rất căng thẳng khi dọn dẹp. Những người dọn dẹp sau cơn bão và lũ lụt có thể giảm bớt nguy cơ mắc bệnh hoặc thương tích bằng một số cách sau đây:

- Sắp xếp các nhiệm vụ dọn dẹp theo thứ tự ưu tiên và thực hiện từng bước công việc. Tránh để cơ thể kiệt sức.
- Trở lại lịch ngủ bình thường càng sớm càng tốt.
- Lưu ý để tránh tình trạng mệt mỏi hoặc căng thẳng về tinh thần. Hỏi ý kiến người nhà, bạn bè hoặc các chuyên gia để được trợ giúp về tinh thần.

Cách Đối Phó với Tâm Trạng Căng Thẳng sau Cơn Bão

Thời gian sau cơn bão sẽ rất khó khăn. Ngoài vấn đề sức khỏe thể chất, quý vị cũng cần dành đôi chút thời gian để quan tâm đến tình trạng sức khỏe tâm thần của mình. Xin nhớ rằng việc mất ngủ, tâm trạng lo lắng, giận dữ, hoạt động quá nhiều, trầm cảm nhẹ, hoặc trạng thái thờ ơ là bình thường, và có thể sẽ hết sau một thời gian. Nếu quý vị cảm thấy rõ bất kỳ triệu chứng nào trong số này, hãy tìm nơi cố vấn.

Các sở y tế tiểu bang và địa phương sẽ giúp quý vị tìm các nguồn trợ giúp tại địa phương, gồm có các bệnh viện hoặc các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe mà quý vị có thể cần tới.

Phản ứng của mỗi người khi gặp một sự kiện đe dọa hoặc có nguy cơ gây chấn thương có thể khác nhau. Các phản ứng về cảm xúc có thể là cảm giác sợ hãi, đau buồn và chán nản. Các phản ứng về thể chất và hành vi có thể bao gồm buồn nôn, chóng mặt, và thay đổi khẩu vị và thói quen ngủ, cũng như rút lui khỏi các sinh hoạt hàng ngày. Các phản ứng đối với chấn thương có thể kéo dài hàng tuần hoặc hàng tháng rồi người đó mới bắt đầu cảm thấy bình thường trở lại.

Đi khám nếu quý vị bị thương, đau bệnh, hoặc căng thẳng và lo lắng.

Có nhiều việc mà quý vị có thể làm để đối phó với các sự kiện gây chấn thương, thí dụ như:

- Cố gắng đưa càng nhiều sinh hoạt bình thường của quý vị vào kế hoạch ứng phó trước thảm họa càng tốt, cả các những hoạt động giúp trẻ em bớt sợ hãi.
- Biết rằng quý vị có thể có ít nguồn trợ giúp hơn để giải quyết các khó khăn thường ngày, vì vậy tốt nhất là nên giải quyết trước những việc quý vị có thể.
- Sử dụng các mối liên lạc gia đình, bạn bè, và các mối liên lạc xã hội và tín ngưỡng quan trọng để lập mạng lưới trợ giúp để giúp đối phó với các nguyên nhân có thể gây căng thẳng.
- Cho con quý vị biết rằng sẽ không có vấn đề gì nếu em cảm thấy buồn khi có điều tệ hại hoặc đáng sợ xảy ra.
- Khuyến khích con quý vị bày tỏ cảm xúc và suy nghĩ, mà không chỉ trích.

Đối Phó Với Động Vật Hoang Dã và Gia Súc trong trường hợp có Thảm Họa

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão

(tiếp theo trang trước)

Thận trọng với các động vật hoang dã hoặc gia súc bị lạc. Chúng có thể bị mất phương hướng và có thể gây nguy hiểm sau những trận bão hoặc lũ lụt. Tìm cách giam giữ động vật đó lại nhưng phải tránh nguy cơ bị chúng cắn. Gọi cho cơ quan Kiểm Soát Động Vật (Animal Control) tại quận của quý vị.

Các động vật hoang dã và gia súc có thể sống ra ngoài hoặc bị giết chết trong các trường hợp có thảm họa. Các động vật bị sống ra ngoài có thể đi lang thang vào vùng đất nơi chúng có thể:

- làm nhiễm bẩn các nguồn nước
- làm phân tích tụ
- ăn quá nhiều cỏ làm ảnh hưởng xấu tới hệ sinh thái nhạy cảm
- gây hại cho hoa màu

Xác động vật thối rữa sẽ tạo ra rác thải sinh học và thu hút ruồi và các loài gặm nhấm, là những loài có thể truyền bệnh. Chúng cũng có thể làm nhiễm bẩn nguồn nước ngầm và gây mùi khó chịu.

Nên vớt bỏ xác động vật càng sớm càng tốt để tránh gây nguy hiểm cho sức khỏe của người và động vật.

Liên lạc với cơ quan kiểm soát động vật hoặc sở y tế tại địa phương của quý vị để được hướng dẫn cụ thể về việc vớt bỏ xác động vật.

Rửa Tay Khi Xảy Ra Tình Huống Khaყa Caყp

Sau khi xảy ra một tình huống khẩn cấp, có thể sẽ khó tìm ra nước máy. Tuy nhiên, quý vị vẫn cần phải rửa tay kỹ lưỡng để tránh nhiễm bệnh. Tốt nhất là rửa tay với nước và xà phòng nhưng khi không có nước thì quý vị có thể dùng những sản phẩm có chứa cồn (an-côn) dùng để rửa tay. Để biết những mẹo về việc rửa tay bằng xà phòng và nước và bằng những sản phẩm có chứa cồn, xin xem tài liệu Những Điều Cần Biết Về Việc [Rửa Tay](#) của chúng tôi.

Các Đường Liên Kết và Tài Nguyên Trợ Giúp Thêm

Từ CDC

- Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Chuẩn Bị Sẵn Sàng Chống Bão (www.bt.cdc.gov/hurricanes/vi/pdf/hurricanereadiness.pdf)
- Lũ Lụt Ồ Hướng Dẫn Phòng Ngừa Để Nâng Cao An Toàn và Sức Khỏe Cá Nhân của Quý Vị (www.cdc.gov/nceh/emergency/flood)
Từ Trung Tâm Quốc Gia về Môi Sinh của CDC (NCEH)
- Tiếp ng và Chuẩn Bị Sẵn Sàng để đối phó với trường hợp Chấn Thương Hàng Loạt (www.cdc.gov/masstrauma)
Từ Trung Tâm Quốc Gia về Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Thương Tích của CDC (NCIPC)
- Đối Phó với Một Sự Kiện Gây Chấn Thương (www.cdc.gov/masstrauma/factsheets/public/coping_with_trauma.htm)
Từ Trung Tâm Quốc Gia về Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Thương Tích của CDC (NCIPC)
- Dọn Dẹp Sau Bão và Lũ Lụt (www.cdc.gov/niosh/topics/flood)
Từ Viện Quốc Gia về Sức Khỏe và An Toàn Nghề Nghiệp của CDC (NIOSH)
- Hướng Dẫn Gọi Ý cho các Giám Thị tại các Địa Điểm Giải Cứu Trong Trường Hợp Có Thảm Họa (www.cdc.gov/niosh/emhaz2.html)
Từ Viện Quốc Gia về Sức Khỏe và An Toàn Nghề Nghiệp của CDC (NIOSH)

Các Thông Tin Quan Trọng Về Việc Phục Hồi Sau Cơn Bão
(tiếp theo trang trước)

Các Đường Liên Kết tới các Tổ Chức Bên Ngoài

- Trung Tâm Bão của Nha Khí Tượng Quốc Gia (www.nhc.noaa.gov)
- Trang Mạng Điện Toán về Bão của FEMA (www.fema.gov/hazards/hurricanes)
- Hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ (www.redcross.org)