Có rất nhiều tình huống mà chúng ta có thể kiểm soát được môi trường xung quanh mình. Tuy nhiên đối với thời tiết, trong đó bao gồm cả thời tiết cực nóng, tất cả những gì chúng ta có thể làm là phản ứng. Các phản ứng bất lợi của nhiệt độ cao có thể gây bệnh nghiêm trọng, và có thể làm tăng nguy cơ hỏa hoạn.

Các giai đoạn hạn hán là một phần bình thường của khí hậu tiểu bang Minnesota, và không thể dự đoán trước được khoảng thời gian hạn hán ở bất kỳ mức độ chắc chắn nào. Vào năm 2004, 90 cư dân Minnesota đã mất nhà và tài sản vì hỏa hoạn do chớp gây ra. Sáu mươi hai vụ hỏa hoạn do chớp đã xảy ra trong các căn nhà và cơ sở thương mại, gây thiệt hại $2.7 triệu.

Tuy nhiên, có các biện pháp đề phòng đặc biệt mà quý vị có thể áp dụng để bảo đảm an toàn cho gia đình và tài sản của quý vị trong khi trời khô nóng.

Tháng Bảy, 2006 là tháng Bảy nóng nhất tại thành phố Twin Cities kể từ năm 1935 và là tháng thứ ba nóng nhất trong lịch sử.

MINNEAPOLIS EMT FIRE RESCUE

www.ci.minneapolis.mn.us/fire

Cùng phối hợp với

MINNESOTA PUBLIC SAFETY STATE FIRE MARSHAL

www.fire.state.mn.us

Các vấn đề lo ngại về an toàn khi không khí khô và nóng

Chống lại Nhiệt Độ Nóng

CHỈ SỐ NHIỆT ĐỘ LÀ GÌ?

Chỉ số nhiệt độ (HI) là nhiệt độ mà cơ thể người cảm thấy do các ảnh hưởng kết hợp của nhiệt độ và độ ẩm. Đa số mọi người đều hiểu rằng khi nhiệt độ không khí tăng thì chỉ số nhiệt cũng tăng. Nhưng tại sao lại liên quan tới độ ẩm. Vì mồ hôi không thể thoát tốt khi độ ẩm cao. Do đó, các ảnh hưởng làm lạnh của mồ hôi giảm bớt khi độ ẩm tăng, và cơ thể của quý vị không thể tự làm nguội một cách tự nhiên.

BỆNH LIÊN QUAN TỚI NHIỆT ĐỘ NÓNG LÀ GÌ?

Nhiệt độ cực nóng hoặc cực lạnh có thể gây ra các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng và có thể gây tử vong. Tuy nhiên, mọi người có thể giúp ngăn ngừa bệnh tật liên quan tới nhiệt độ nóng bằng cách giữ mát và uống thật nhiều chất lỏng.

Bệnh liên quan tới nhiệt độ nóng thường là do cơ thể không thể tự làm mát. Khi các hệ thống thoát hơi và tuần hoàn giúp kiểm soát nhiệt độ của cơ thể hoạt động quá tải, hoặc khi cơ thể không thể phục hồi chất lỏng và muối bị mất qua mồ hôi, nhiệt độ của ruột bên trong cơ thể bắt đầu tăng.

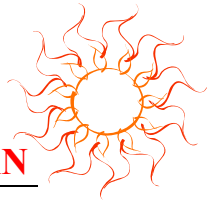
Phần lớn những người có nguy cơ bị ảnh hưởng đều là người cao niên và những người mắc các bệnh mãn tính hay bệnh đã tồn tại từ trước. Nên thường xuyên tới thăm bạn bè và gia đình những người dễ bị ảnh hưởng khi trời nóng để bảo đảm là họ có áp dụng các biện pháp thích hợp giúp tránh tình trạng kiệt sức do nóng, đột quỵ do nóng và các bệnh liên quan tới nhiệt độ nóng khác.

Tuy nhiên, ngay cả những người trẻ, khỏe cũng có thể trở thành nạn nhân. Có hai dạng bệnh căn bản liên quan tới nhiệt độ nóng. Kiệt sức do nóng không đe dọa tới tính mạng; đột quỵ do nóng có thể gây tử vong.

Các dấu hiệu ban đầu của tình trạng kiệt sức do nóng là sinh lực giảm sút, hơi chán ăn, choáng ngất, đau đầu và buồn nôn. Những người có các triệu chứng này nên tìm một nơi mát, uống nước, cởi bỏ bớt quần áo và nghỉ ngơi. Tình trạng căng thẳng do nóng cần được lưu ý, nhưng đó không phải là trường hợp cấp cứu y tế.

Các dấu hiệu nghiêm trọng cho biết đó là một trường hợp cấp cứu y tế và cần phải được chữa trị ngay là bất tỉnh, nhịp tim đập nhanh, đau nhói ở đầu, da khô, đau ngực, tâm trí lẫn lộn, cáu gắt, ói mửa, tiêu chảy, nhức mỏi cơ, loạng choạng và khó thở. Trong trường hợp khẩn cấp, hãy gọi số 911, chuyển người bị căng thẳng do nóng tới một nơi mát và cởi bỏ bớt quần áo, xịt nước lên người và quạt cho người đó cho tới khi các chuyên gia y tế tới giúp đỡ.

CÁC VẤN ĐỀ LO NGẠI VỀ HỎA HOẠN VÀ AN TOÀN



- Tránh lái xe qua cỏ khô và không bao giờ đậu xe ở đó.
- KHÔNG BAO GIỜ ném thuốc hút ra khỏi cửa sổ xe, cho dù là đang cháy hay không cháy.
- Tra mỡ cho bánh xe của xe moóc, kiểm tra lốp xe và bảo đảm là các xích an toàn không chạm đất.
- Đối với các động cơ cháy trong của các loại xe địa hình, phải có bộ phận chặn tia lửa đã được chính quyền liên bang chấp thuận.
- Kiểm tra và lau chùi sạch bộ phận chặn tia lửa.
- Mang theo một chiếc xẻng và bình dập lửa trong xe hoặc OHV/ATV.
- Không bao giờ nghịch diêm quẹt, quẹt ga, các loại chất lỏng dễ cháy hoặc lửa.
- Hướng dẫn bạn bè của quý vị về cách phòng ngừa hỏa hoạn.
- Biết các qui chế về đốt lửa ngoài trời tại quận của quý vị và không bao giờ đốt rác một cách bất hợp pháp.
- Kiểm tra địa điểm cắm trại của quý vị khi quý vị rời đi để bảo đảm là lửa trại đã tắt.
- Không bao giờ lấy các que củi đang cháy ra khỏi đám cháy.
- Không bao giờ sử dụng bất kỳ dạng pháo hoa nào khi trời khô.
- Cất giữ các loại chất lỏng dễ cháy trong các hộp đựng được thông hơi thích hợp, ở trên cao và ngoài tầm với của trẻ em.