

비상용품 준비

특별한 도움이 필요한 가족이나 친지가 있는 경우, 그러한 필요에 부응하도록 사전에 준비를 해야 합니다. 또한 비상사태에 대비하여 다음과 같은 비상세트를 준비하십시오

- 2주 분량의 장기 보존용 식품 및 수동식 캔 오프너
- 2주 분량의 물 (하루 1인당 1갤런의 물)
- 건전지를 사용하는 휴대용 라디오나 텔레비전 그리고 충분한 여분의 건전지
- 손전등과 충분한 여분의 건전지
- 구급 약품 상자
- 소독 및 위생 용품 (손 소독 제품, 물티슈 및 화장지)
- 호각, 여분의 옷, 담요
- 안경, 콘택트 렌즈 및 세정액
- 아기분유, 기저귀, 젖병, 젖꼭지와 같은 유아용품
- 공구, 애완동물 용품 및 주변지역의 지도

장애인을 위한 구체적 고려사항

- 특수 필요에 부응하는 구체적인 비상사태 계획/비상세트를 마련한다
- 장비의 파손에 대비해 여분의 안경, 전지, 보청기 및 장애인 이동 보조 장비를 준비한다.
- 의사소통에 어려움이 있는 경우, 사용하는 특수 장비 및 사용법에 관한 중요한 정보의 목록을 준비한다.
- 가족, 친지 및 담당의사를 포함한 상세한 비상사태 연락처 목록을 준비한다.
- 복용량, 사용법 및 담당의사의 이름을 포함한 처방 약품 목록을 준비한다.

지원 정보

로스앤젤레스 카운티
정신 보건국

Department of Mental Health
정보 지원 센터 직통 전화
1-800 854-7771
562-651-2549 청각 장애인 전화
휴일 포함 24시간/7일 운영

로스앤젤레스 카운티 공중 보건국
Department of Public Health
1-800-427-8700 ph.lacounty.gov

로스앤젤레스 카운티
지역사회 및 노인 복지 서비스
Community and Senior Services
213-738-2600 dcss.co.la.ca.us

로스앤젤레스시 장애인과
Department on Disability
213-202-2764
213-202-2755 TTY
lacity.org/dod

로스앤젤레스 카운티
동물 보호 관리과
Department of Animal Care and Control
562-728-4882
animalcare.lacounty.gov

로스앤젤레스 카운티 정보 안내 전화
전화 211
211la.org

로스앤젤레스시 정보 안내 전화
전화 311
lacity.org/LAFD/311.htm

비상사태 생존 프로그램
espfocus.org

로스앤젤레스 카운티

행정 집행 위원회

(Board of Supervisors)



Hilda L. Solis

제1지구

Mark Ridley-Thomas

제2지구

Sheila Kuehl

제3지구

Janice Hahn

제4지구

Kathryn Barger

제5지구

Sachi A. Hamai

최고 경영 책임자

로스앤젤레스 카운티 정신 보건국

Department of Mental Health
지역사회 및 정부 관계 지원국

Community and Government Relations Division

공보 담당관 Public Information Officer

550 South Vermont Avenue, 6th Floor

Los Angeles, CA 90020

213-738-3700

dmh.lacounty.gov

로스앤젤레스 카운티
정신 보건국



화학 물질 비상사태



희망 양성, 건강 증진

회복 지원

Emergency Outreach Bureau

비상사태 구제국

Disaster Services 재해 서비스

550 South Vermont Avenue, 10th Floor

Los Angeles, CA 90020

213-738-4919

dmh.lacounty.gov

Jonathan E. Sherin, M. D., Ph. D.

사회복지학 박사

국장



로스앤젤레스 카운티 정신 보건국

사명 선언

회복과 복원을 지원하고자 지역사회의 능력을 강화하는 협력을 통해 풍요로운 삶을 실현한다

화학 물질 비상사태란 무엇인가?

화학물질 비상사태는 대중 및 환경을 오염시킬 수 있는 독성 가스, 액체 또는 고체가 방출되는 경우 발생합니다. 머스타드 가스, 사린 가스, 비소 등은 화학 물질의 몇가지 예입니다. 화학 물질의 방출은 산업 재해와 같이 비의도적일 수도 있으나 테러 사태와 같이 의도적일 수도 있습니다.

일반 정보

테러 사태나 유해 물질 유출과 같은 일부 화학 재해의 경우 "그 장소에 머무르는 것"이 위험할 수 있습니다

- 그러한 경우, 대피하거나 근접한 지역을 떠나는 것이 더욱 안전할 수 있다
- 비상사태 피신처로 갈 필요가 있을 수 있다

증상은 화학 물질의 종류에 따라 다양합니다

- 피부가 따끔거리고, 호흡이 곤란하고, 눈물이 흐를 수 있다.
- 일부 화학 물질은 효과가 신속하고 즉시 사람들과 동물들을 오염시킬 수 있다.
- 어떤 화학 물질은 효과가 몇시간 내지 며칠이 지나서 나타난다.
- 이상한 것이 보이지 않거나 냄새가 나지 않는 경우에도 화학 물질에 노출될 수 있다.

화학 물질에 노출된 경우

화학 물질에 노출된 경우 노출을 최소화하기 위해 다음과 같은 조치를 취하십시오

- 가능한 경우 응급 의료 조치를 받으도록 한다.
- 즉시 옷을 벗고 샤워를 하여 비누로 씻는다.
- 샤워를 할 수 없는 경우, 호스, 음료수대 또는 어떤 종류의 물이라도 찾아 화학 물질이 피부 안으로 침투하지 않도록 문지르지 않으면서 조심스럽게 씻는다.
- 화학 물질이 건물 내에 있는 경우, 오염 지역을 통과하지 않으면서 건물을 빠져 나가도록 한다.
- 건물을 빠져나갈 수 없는 경우, 가능한 한 멀리 떨어진 곳으로 이동해 현위치 대기하는 것이 바람직 할 수 있다.



반응

일반적인 반응

- 재해에 몰두, 정신집중
- 절망과 슬픔
- 불안 심리
- 과도한 걱정
- 수면 장애
- 눈에 보이지 않는 화학 물질이나 오염에 대한 두려움
- 환경의 안전에 대한 우려
- 식습관의 변화
- 죽음에 대한 두려움

장기적 영향

자신이나 사랑하는 사람이 이러한 불확실한 기간 중 대처하기 힘들어 하는 경우 전문가에게 도움 요청을 고려할 수 있습니다.

복원

대부분의 사람들은 스스로 대처할 수 있습니다. 회복은 흔히 다음 방법으로 성취됩니다:

- 정서적 및 신체적 반응이 정상적이고 예상되는 현상이라는 점을 이해한다
- 긴장을 풀고 자신에 대해 친절한 태도를 갖는다
- 즐거운 활동에 참가한다
- 모든 것을 통제하는 것이 불가능하다는 사실을 인정한다
- 유사한 경험을 가진 사람들과 대화한다
- 가족, 친지, 성직자 또는 신뢰하는 사람에게 지원을 요청한다
- 전문적인 도움이 필요한 상황을 인식한다

대처하는 요령

아동과 10대 청소년을 위해 할 수 있는 일

- 충격적인 상황에 대해 연령에 적합한 방법으로 정직하게 설명해 준다.
- 아동과 10대 청소년이 감정을 표현하도록 한다
- 그들의 경험에 대해 듣는다
- 일과의 체계를 잡아주고 일상 활동을 유지하도록 한다
- 감정을 표현하는 방법으로 그림을 그리도록 장려한다
- 정보 매체의 사용을 제한한다

성인을 위한 대처 전략

- 자신의 느낌에 대해 이야기 한다
- 다른 재해 피해자들과 경험담을 나누는 것은 자신의 회복 과정에 유익할 수 있다
- 친지들 및 가족들과 정기적 접촉을 유지한다
- 재해에 대한 신체적 및 정서적 반응이 정상적이라는 사실을 유념한다
- 정보 매체의 사용을 제한한다
- 자신의 강점과 능력에 집중한다
- 필요한 경우 도움을 요청한다
- 라디오나 텔레비전을 통한 지침사항에 귀를 기울인다.
- 당국자들이 대피 명령을 내리는 경우, 신속히 협력하고 대피 경로 및 피신처 위치에 관한 지

정보 입수

침사항을 따른다.

- 집이나 사무실에 머무는 것을 의미하는 "현위치 대기" 권고를 받을 수도 있고; 아니면 다른 장소로 이동하라는 권고를 받을 수도 있다.
- 당국자들의 통보가 있기 전에 피신 장소나 집을 떠나서는 안된다.