

## 準備應急套件

如果您的家人或朋友有特定需要，請提前準備以滿足這些需要。此外，請準備包含下列物品的應急套件：

- 兩週不易腐壞的食物供應及手動開罐器
- 兩週供水（每人每天一加侖水）
- 便攜式電池供電收音機或電視及額外電池
- 手電筒及額外電池
- 急救包
- 衛生用品（洗手液、消毒濕巾及衛生紙）
- 防水包裝的火柴
- 口哨；額外的衣物和毛毯
- 眼鏡、隱形眼鏡和護理液
- 嬰兒用品，如配方奶粉、尿布、奶瓶和橡皮奶嘴
- 工具、寵物用品和當地地圖

### 殘障人士需特別考慮的事項：

- 制定符合特定需要的應急計劃/套件
- 額外眼鏡、電池、助聽器及助行器（以免設備損壞）
- 如果有溝通困難，請準備一份重要資訊清單（包括您使用的特殊設備及說明）
- 準備一份詳盡的應急聯絡清單，包括家人、朋友及醫師
- 處方藥物清單，包括劑量、說明及醫師姓名

## 資源

洛杉磯郡  
Department of Mental Health

資源中心熱線  
1-800 854-7771

或

562-651-2549 聽障人士專線 (TDD/TTY)  
(包括假日在內的全天候服務)

洛杉磯郡  
Department of Public Health  
1-800-427-8700 或 <http://ph.lacounty.gov>

洛杉磯郡  
Community and Senior Services  
213-738-2600 或 <http://dcss.co.la.ca.us>

洛杉磯市 Department on Disability  
213-202-2764 或 213-202-2755 聽障人士專線 (TTY)  
或 <http://www.lacity.org/dod>

洛杉磯郡  
Department of Animal Care and Control  
562-728-4882 或 <http://animalcare.lacounty.gov>

洛杉磯郡資訊熱線  
撥打 211 或 <http://www.211la.org>

洛杉磯市資訊熱線  
撥打 311 或 <http://www.lacity.org/LAFD/311.htm>

## 洛杉磯郡 Board of Supervisors



Hilda L. Solis  
第一區

Mark Ridley-Thomas  
第二區

Sheila Kuehl  
第三區

Janice Hahn  
第四區

Kathryn Barger  
第五區

Sachi A. Hamai  
首席執行長

洛杉磯郡 Department of Mental Health  
Community and Government Relations Division  
公共資訊主任

550 South Vermont Avenue, 11th Floor  
Los Angeles, CA 90020  
213-738-2908  
<http://dmh.lacounty.gov>

T-CH

## 洛杉磯郡 Department of Mental Health



### 炭疽緊急情況



孕育希望、促進健康和支援復原

### Emergency Outreach Bureau Disaster Services

550 South Vermont Avenue, 10th Floor  
Los Angeles, CA 90020  
213-738-4919  
<http://dmh.lacounty.gov>

Jonathan E. Sherin, M.D., Ph.D.  
主任



洛杉磯郡

Department of Mental Health

## 使命陳述

透過合作關係來增強社區復原力和承受力的能力，共創豐富的人生。

## 甚麼是炭疽緊急情況？

炭疽是一種由孢形成的炭疽桿菌所造成的急性傳染病。這種疾病在野生動物和家畜（牛、羊、山羊、駱駝、羚羊以及其他草食動物）中最為常見，但是，人類在接觸受感染的動物時，也會患上這種疾病

## 有哪些接觸方式？

### 來自動物的炭疽

人類在處理受感染動物製品或吸入來自受感染動物製品（如羊毛）的炭疽孢子時可能會感染炭疽。人們在食用未煮熟的受感染肉類時，還可能感染胃腸炭疽。

### 炭疽用作武器

粉末狀炭疽可用作一種武器。



## 您是否已接觸？

炭疽症狀視乎感染類型而異。炭疽可以透過三種方式傳播：

### 皮膚接觸 — 皮膚

初始症狀是疼痛，然後會惡化成直徑通常為 1-3 cm 的水泡。水泡又會惡化成為皮膚潰瘍，中心處有一個黑色區域。疼痛、水泡和潰瘍均不會感覺疼痛。

### 吸入 — 肺

吸入性炭疽的初始症狀是普通感冒。數天後，症狀可能惡化成嚴重呼吸問題和休克。如果吸入而不用抗生素及時治療，炭疽通常會致命。

### 胃腸 — 消化

在食用受污染的肉類後，您可能出現急性噁心、食慾不振、嘔吐、發燒後腹痛、嘔血以及嚴重腹瀉。症狀還包括喉嚨損傷和疼痛、吞嚥困難、頸部以及局部淋巴腺明顯腫脹。

## 減少接觸

### 預防

**接觸後預防：**對於接觸了炭疽而尚未患病的人而言，治療會有所不同。醫療保健提供者會使用抗生素（如環丙沙星、左氧氟沙星、四環黴素或盤尼西林）結合炭疽疫苗來預防炭疽感染。

### 治療

**感染後治療：**治療通常需要使用 60 天抗生素。能否收效視乎炭疽類型和治療及時性。

**疫苗接種：**有一種疫苗可以預防炭疽，但尚未向大眾開放。接觸炭疽的任何人，包括某些美國武裝部隊成員、實驗室工作人員以及可能進入或反覆進入受污染區的工作人員可獲取此疫苗。如果發生將炭疽作為武器的攻擊，接觸者可獲得此疫苗。

## 反應

常見反應：

- 害怕看不見的感染媒介
- 對犯罪者或政府生氣
- 對社會機構失去信心
- 與社會隔離或社會退縮
- 過度擔心
- 絕望和傷心
- 睡眠障礙
- 受感染時怕因此而死去

長期影響：

若您或您的親人在此不確定期間難以應對，可以考慮尋求專業幫助。

承受力：

大多數人在經歷災難後都會找到某種方式復原。要做到這一點，通常採用以下方法：

- 理解您的反應是正常的
- 堅持有規律的日常生活
- 找到某種方式放鬆、善待自己
- 參加自己喜歡的活動
- 認識到您無法控制一切
- 與有類似經歷的人交談
- 求助於家人、朋友、神職人員或信任的人以獲得支援
- 瞭解自己甚麼時候需要專業服務

## 應對建議

您可以為您的小孩和青少年做些甚麼：

- 就災難事件給予適合其年齡的坦誠解釋
- 幫助兒童和青少年表達他們的感受
- 聆聽他們的經歷
- 規劃他們的生活，並維持有規律的日常生活
- 向他們提供藝術途徑（如繪畫）來表達情感
- 限制接觸媒體

成人應對策略：

- 談論您的感受
- 與其他災難受害者分享經歷
- 與朋友和家人保持定期聯絡
- 記住，對災難表現出身體和情緒反應是正常的
- 避免看過多電視
- 參與災難復原流程；幫助他人減輕痛苦對自己復原亦有益

## 瞭解最新資訊

- 收聽電台或電視上的指示。
- 如果官員命令撤離，請迅速配合，並遵照有關撤離路線及避難地點的指示。
- 可能會通知您「就地避難」(shelter in place)，這表示呆在家中或辦公室；或可能會通知您轉移到另一地方。
- 在接到有關當局通知之前，請勿離開避難地點或家。