

Chuẩn Bị Bộ Đồ Dùng Trong Trường Hợp Khẩn Cấp

Nếu quý vị có người nhà hoặc bạn bè có nhu cầu đặc biệt, hãy chuẩn bị trước để đáp ứng các nhu cầu này. Đồng thời, hãy chuẩn bị bộ đồ dùng trong trường hợp khẩn cấp với các vật dụng sau đây

- Thực phẩm không dễ hư hỏng với số lượng đủ dùng trong hai tuần và dụng cụ mở nắp lon bằng tay
- Nước đủ dùng trong hai tuần (một ga-lông nước cho một người trong một ngày)
- Đài radio hoặc TV xách tay chạy bằng pin và pin dự phòng
- Đèn pin và pin dự phòng
- Bộ đồ sơ cứu
- Các vật dụng vệ sinh (nước rửa tay, khăn giấy ẩm và giấy vệ sinh)
- Diêm que đựng trong hộp chống thấm nước
- Còi; quần áo và chăn mền dự phòng
- Kính mắt, kính áp tròng và dung dịch ngâm
- Đồ dùng dành cho trẻ sơ sinh, ví dụ như sữa pha chế, tã, bình sữa và núm vú giả
- Các dụng cụ, đồ tiếp liệu dành cho thú nuôi, và bản đồ của khu vực địa phương

Lưu ý đặc biệt với những người khuyết tật

- Lập kế hoạch/bộ đồ dùng khẩn cấp phù hợp với nhu cầu riêng của quý vị
- Kính mắt, pin, dụng cụ trợ thính và phương tiện trợ giúp đi lại dự phòng để đề phòng trường hợp hư hỏng
- Lập một danh sách các thông tin quan trọng, trong đó bao gồm dụng cụ máy móc đặc biệt và hướng dẫn cách sử dụng nếu quý vị gặp khó khăn trong giao tiếp
- Lập một danh sách chi tiết về địa chỉ liên lạc trong trường hợp khẩn cấp, bao gồm gia đình, bạn bè và bác sĩ
- Danh sách các loại thuốc theo toa, bao gồm liều lượng, hướng dẫn cách dùng và tên bác sĩ

Các Nguồn Trợ Giúp

County of Los Angeles
Department of Mental Health
Sở Sức Khỏe Tâm Thần Quận Los Angeles
ĐƯỜNG DÂY KHẨN CẤP CỦA TRUNG TÂM TIẾP CẬN
1-800 854-7771
hoặc
562-651-2549 TDD/TTY
Làm việc 24 giờ trong ngày, 7 ngày một tuần kể cả ngày lễ

County of Los Angeles
Department of Public Health
Sở Sức Khỏe Công Cộng Quận Los Angeles
1-800-427-8700 hoặc ph.lacounty.gov

County of Los Angeles
Community and Senior Services
Các Dịch Vụ Cộng Đồng và Người Cao Niên Quận Los Angeles
213-738-2600 hoặc dcss.co.la.ca.us

Los Angeles City Department on Disability
Sở Trợ Giúp Người Khuyết Tật Thành Phố Los Angeles
213-202-2764 hoặc 213-202-2755 TTY
hoặc lacity.org/dod

County of Los Angeles
Department of Animal Care and Control
Sở Quản Lý và Chăm Sóc Thú Vật Quận Los Angeles

562-728-4882 hoặc animalcare.lacounty.gov

Đường Dây Tin Tức Quận Los Angeles
Gọi 211 hoặc 211la.org

Đường Dây Tin Tức Thành Phố Los Angeles
Gọi 311 hoặc lacity.org/LAFD/311.htm

Chương Trình Trợ Giúp Khắc Phục Trong Trường Hợp Khẩn Cấp
espfocus.org

Quận Los Angeles Ban Quản Trị



Hilda L. Solis

Phân Khu 1

Mark Ridley-Thomas

Phân Khu 2

Sheila Kuehl

Phân Khu 3

Janice Hahn

Phân Khu 4

Kathryn Barger

Phân Khu 5

Sachi A. Hamai

Tổng Giám Đốc Điều Hành

County of Los Angeles
Department of Mental Health
Community and Government Relations Division
Public Information Officer
550 South Vermont Avenue, 6th Floor
Los Angeles, CA 90020
213-738-3700
dmh.lacounty.gov

VTN

County of Los Angeles Department of Mental Health



Các Trường Hợp Khẩn Cấp về Bệnh Than



*Nuôi Dưỡng Hy Vọng, Giữ Gìn
Sức Khỏe và Giúp Phục Hồi
Sức Khỏe*

Emergency Outreach Bureau Disaster Services

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

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



County of Los Angeles Department of Mental Health

Tuyên Bố về Nhiệm Vụ

Nâng cao phẩm chất cuộc sống qua các mối quan hệ hợp tác để tăng cường khả năng trợ giúp bình phục và hồi phục của cộng đồng.

Trường hợp khẩn cấp về bệnh than là gì?

Bệnh than là một căn bệnh viêm nhiễm cấp tính do một loại vi khuẩn tạo thành bào tử gọi là *Bacillus anthracis* gây ra.

Bệnh than thường hay gặp nhất ở động vật hoang dã và gia súc (bò, cừu, dê, lạc đà, sơn dương, và các loài ăn cỏ khác), tuy nhiên bệnh này vẫn có thể xảy ra ở người nếu tiếp xúc với các loại thú vật đã nhiễm bệnh.

Tiếp xúc theo cách nào?

Bệnh than từ thú vật

Chúng ta có thể mắc bệnh than khi tiếp xúc với các sản phẩm làm từ thú vật đã nhiễm vi khuẩn bệnh than hoặc hít phải các bào tử than từ các sản phẩm thú vật đã nhiễm vi khuẩn bệnh than (ví dụ như len). Chúng ta cũng có thể mắc bệnh than qua đường tiêu hóa nếu ăn thịt đã nhiễm vi khuẩn bệnh than và chưa được nấu chín kỹ.

Bệnh than dưới dạng vũ khí

Người ta có thể sử dụng vi khuẩn than dạng bột để làm vũ khí.



Quý Vị Đã Tiếp Xúc Với Vi Khuẩn Gây Bệnh Chưa?

Các triệu chứng bệnh than thường khác nhau tùy thuộc vào cách nhiễm bệnh. Bệnh than có thể lây lan qua ba cách:

Qua Da- Da

Triệu chứng ban đầu là một nốt lờ loét nhỏ, sau đó nốt này chuyển thành nốt phỏng rộp thường có đường kính từ 1-3 cm. Sau đó nốt phỏng rộp chuyển thành một vết loét trên da có đầu đen ở giữa.

Vết lờ loét, nốt phỏng rộp và vết loét thường không gây đau.

Qua Đường Hô Hấp-Phổi

Các triệu chứng ban đầu sau khi hít phải bệnh than cũng giống như bệnh cảm lạnh thông thường. Sau vài ngày, các triệu chứng có thể chuyển thành các vấn đề hô hấp nghiêm trọng và sốt.

Bệnh than thường gây tử vong nếu hít phải qua đường hô hấp và không được chữa trị ngay bằng thuốc trụ sinh.

Qua Đường Tiêu Hóa-Ăn Vào Bụng

Sau khi ăn thịt đã nhiễm vi khuẩn bệnh than, quý vị có thể gặp tình trạng buồn nôn cấp tính, chán ăn, ói mửa, sốt sau đó là ói ra máu và tiêu chảy nghiêm trọng. Các triệu chứng cũng có thể bao gồm các vết lờ loét trong họng, khó nuốt, cổ và các hạch sưng tới mức có thể nhìn thấy được.

Giảm Mức Độ Tiếp Xúc

Ngừa Bệnh

Ngừa bệnh sau khi tiếp xúc Cách điều trị thường khác với người đã tiếp xúc bệnh than nhưng vẫn chưa mắc bệnh.

Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sẽ sử dụng thuốc trụ sinh (ví dụ như ciprofloxacin, levofloxacin, doxycycline, hoặc penicillin) kết hợp với thuốc chủng ngừa bệnh than để ngừa bệnh than.

Điều Trị

Điều trị sau khi nhiễm bệnh Bệnh nhân thường được điều trị trong 60 ngày bằng thuốc trụ sinh. Kết quả điều trị thành công sẽ tùy thuộc vào dạng bệnh than và thời điểm bắt đầu điều trị.

Chủng ngừa Có một loại thuốc chủng ngừa bệnh than, nhưng thuốc này vẫn chưa phổ biến cho công chúng. Bất kỳ ai có thể tiếp xúc với bệnh than, trong đó bao gồm một số thành viên trong quân lực Hoa Kỳ, nhân viên làm việc tại phòng thí nghiệm và các nhân viên có thể ra vào các khu vực đã nhiễm vi khuẩn lây bệnh, có thể được chích ngừa loại thuốc này. Trong trường hợp có một cuộc tấn công sử dụng bệnh than làm vũ khí, những người tiếp xúc sẽ được chủng ngừa bằng loại thuốc này.

Người ta dùng thuốc trụ sinh để chữa cả ba dạng bệnh than. Việc phát hiện và điều trị sớm là rất quan trọng.

Các Phản Ứng

Các Phản Ứng Thường Gặp

- Sợ các chất vô hình hoặc lây nhiễm
- Tức giận chính phủ hoặc những kẻ tấn công
- Mất niềm tin vào các cơ chế
- Cô lập hoặc tránh giao tiếp xã hội
- Lo lắng quá nhiều
- Tuyệt vọng và buồn chán
- Mất ngủ
- Sợ chết nếu nhiễm vi khuẩn gây bệnh

Ảnh Hưởng Lâu Dài

Nếu quý vị hoặc người thân của quý vị khó khắc phục trong giai đoạn mọi việc còn chưa rõ ràng, quý vị nên tìm chuyên gia giúp đỡ.

Phục hồi

Đa số mọi người sẽ tìm cách phục hồi sau thảm họa. Bằng cách:

- Hiểu rằng các phản ứng của quý vị là bình thường
- Giữ thói quen hàng ngày
- Cố gắng thư giãn và đối xử tốt với bản thân
- Tham gia các hoạt động mà quý vị ưa thích
- Hiểu rằng quý vị không thể kiểm soát được mọi thứ
- Nói chuyện với những người cùng hoàn cảnh với quý vị
- Nhờ gia đình, bạn bè, giới tăng lữ hoặc người mà quý vị tin tưởng giúp đỡ
- Thừa nhận khi quý vị cần chuyên gia giúp đỡ

Các Lời Khuyên Đối Phó

Những việc quý vị có thể làm cho con cái của quý vị

- Hãy trung thực và giải thích về thảm họa đó bằng ngôn ngữ phù hợp với lứa tuổi.
- Giúp trẻ em và thanh thiếu niên thể hiện cảm xúc
- Lắng nghe trải nghiệm của các em
- Lập thời gian biểu sinh hoạt hàng ngày cho các em và duy trì thói quen sinh hoạt hàng ngày
- Giúp các em có cơ hội thể hiện cảm xúc qua nghệ thuật, ví dụ như vẽ
- Hạn chế tiếp xúc với phương tiện truyền thông

Những cách thức đối phó cho người lớn

- Tâm sự về cảm xúc của quý vị
- Chia sẻ kinh nghiệm với những nạn nhân khác trong thảm họa
- Thường xuyên giữ liên lạc với gia đình và bạn bè
- Nhớ rằng các phản ứng về thể chất và tinh thần đối với thảm họa là bình thường
- Không nên coi quá nhiều TV
- Tham gia khắc phục sau thảm họa; nếu quý vị giúp đỡ những người khác phục hồi, việc đó có thể giúp bản thân quý vị phục hồi

Thường Xuyên Cập Nhật Tin Tức

- Lắng nghe hướng dẫn trên đài radio hoặc TV.
- Nếu các viên chức yêu cầu sơ tán, hãy nhanh chóng chấp hành và tuân theo các hướng dẫn của họ về lộ trình sơ tán và các địa điểm trú ẩn.
- Quý vị có thể được khuyến cáo “trú ẩn tại chỗ” (có nghĩa là ở trong nhà hoặc văn phòng); hoặc quý vị có thể được khuyến cáo chuyển tới địa điểm khác.
- Không rời địa điểm trú ẩn hoặc nhà của quý vị trước khi nhận được thông báo của các cơ quan có thẩm quyền.