

Alert.seattle.gov/heat (ការជូនដំណឹង.seattle.រដ្ឋាភិបាល/កំដៅ)

ការណ៍ពិត ៖ តំបន់ Seattle នាពេលបច្ចុប្បន្ន កំពុងជួបប្រទះបញ្ហាសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ ដែលហៅថា រលកកំដៅ ។ នៅពេលសីតុណ្ហភាពខាងក្រៅ មានកម្រិតខ្ពស់ខ្លាំង នោះគ្រោះថ្នាក់នៃការកើតមានជំងឺពាក់ព័ន្ធនឹងកំដៅ កើតមានឡើង ។ ជាពិសេស មនុស្សធំមានវ័យចំណាស់ កុមារតូចៗ និងមនុស្សដែលមាន ជំងឺផ្លូវចិត្ត និងជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ ប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ ។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ៖

- ចំណាយពេល នៅកន្លែងដែលមានម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ។ ចូលទៅអាគារហាងទំនិញ រោងកូនដែលមានម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ឬទីកន្លែងសាធារណៈត្រជាក់ ផ្សេងទៀត ។
- គ្របបង្អួច ដែលបែរចំព្រះអាទិត្យ នៅពេលព្រឹក ឬពេលរសៀល ។
- ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ ដែលមានទម្ងន់ស្រាល ។
- ពិនិត្យមើល អ្នកជិតខាង និងសាច់ញាតិ ដែលមានវ័យចាស់ ហើយលើកទឹកចិត្តពួកគេ ឱ្យនៅកន្លែងមានសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ និងទទួលបានទឹកឱ្យបានច្រើន ជាប្រចាំ ។
- កំណត់ពេលវេលា ដែលលោកអ្នកចំណាយ នៅក្រោមកំដៅព្រះអាទិត្យផ្ទាល់ ។
- កុំទុក ទារក កុមារ សត្វចិញ្ចឹម ឬមនុស្សមានលទ្ធភាពផ្លាស់ទីមានកម្រិត ឱ្យនៅក្នុងរថយន្តនៅពេលចត ។
- ស្តាប់វិទ្យុ ដើម្បីទទួលបានបច្ចុប្បន្នភាព ពីព័ត៌មានស្តីពីគ្រោះអាសន្ន ។
- *ប្រសិនបើលោកអ្នកស្គាល់បុគ្គលដែលមិនអាច យល់ មើលឃើញ ឬដឹងព្រះអំពីសារនេះបានទេសូមជួយប្រាប់ពួកគេផង ។*

តំណបណ្តាញដែលមានប្រយោជន៍ ៖

<http://www.seattle.gov/emergency-management/what-if/hazards/excessive-heat>

<http://www.doh.wa.gov/Emergencies/EmergencyPreparednessandResponse/Factsheets/HotWeatherSafety>

<http://www.ready.gov/heat>