

Alert.seattle.gov/heat ຄວາມຮ້ອນ

ຄວາມຈິງ: ປັດຈຸບັນ ທົ່ວເມືອງຊີອາດໂຕ້ ກຳລັງປະສົບກັບບັນຫາອຸນຫະພູມສູງ ທີ່ເອີ້ນວ່າຄືນຄວາມຮ້ອນ. ເມື່ອມີອຸນຫະພູມທາງນອກສູງຫຼາຍ ກໍເກີດຄວາມບໍ່ສະບາຍຈາກພ້ອມອັນຕະລາຍຄວາມຮ້ອນສູງຂຶ້ນ. ຜູ້ເຖົ້າ ຜູ້ໜຸ່ມ ເດັກນ້ອຍ ແລະຄົນທີ່ມີພິການຈິດ ແລະ ມີໂຮກຊຳເຮື້ອເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ.

ສິ່ງທີ່ຕ້ອງເຮັດ:

- ໄປຢູ່ໃນບ່ອນທີ່ມີອາຍເຢັນ. ໄປ mall(ສູນການຄ້າ)ທີ່ມີອາຍເຢັນ ໄປໂຮງໝັງ ຫຼື ບ່ອນສາທາລະນະທີ່ເຢັນ.
- ກັ່ງປ່ອງຢ້ຽມທີ່ມີແດດສ່ອງຍາມເຊົ້າ ຫຼື ຍາມສວາຍ.
- ນຸ່ງເຄື່ອງບາງໆ.
- ກວດເບິ່ງຜູ້ເຖົ້າຄົນຂ້າງບ້ານ ແລະ ພີ່ນ້ອງ ແລະບອກໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໄປຢູ່ບ່ອນທີ່ເຢັນແລະດື່ມນ້ຳຫຼາຍໆເປັນປະຈຳ.
- ຈຳກັດເວລາຕາກແດດ.
- ຫ້າມປະທາຣົກ ເດັກນ້ອຍ ສັດລ້ຽງ ຫຼືຄົນທີ່ໄປມາບໍ່ສະດວກຢູ່ໃນຣົດທີ່ຈອດຢູ່.
- ຕິດຕາມຂ່າວທາງວິທະຍຸເພື່ອຟັງຂ່າວຄົບໜ້າກ່ຽວກັບຂໍ້ມູນສຸກເສີນ.
- ຖ້າວ່າທ່ານຮູ້ຈັກຜູ້ໃດທີ່ບໍ່ເຂົ້າໃຈ ບໍ່ໄດ້ເບິ່ງ ຫຼືບໍ່ໄດ້ຍິນຂ່າວສານນີ້ ໃຫ້ທ່ານບອກເຂົາເຈົ້າຕໍ່.

ສິ່ງທີ່ເປັນປະໂຫຍດ:

<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>