



An Toàn Khi Mất Điện

Việc mất điện đột ngột có thể gây bực bội và rắc rối, đặc biệt là khi các đợt mất điện đó kéo dài. Nếu mất điện kéo dài 2 giờ trở xuống, quý vị không cần lo ngại về thiệt hại đối với các thực phẩm dễ hỏng của mình. Với các đợt mất điện kéo dài, quý vị có thể thực hiện các bước để giảm thiểu thiệt hại về thực phẩm và giữ cho các thành viên trong gia đình quý vị thoải mái nhất có thể.

Hội Chữ Thập Đỏ Bay Area Hoa Kỳ cung cấp các thông tin sau để giúp quý vị đối phó với mất điện:

Lập Kế Hoạch

Đưa các đồ sau đây vào kế hoạch an toàn mất điện của quý vị.

- **Các Đồ Tiếp Liệu Bảo Quản Thức Ăn:**
 - **Một hay nhiều dụng cụ ướp lạnh** - Các dụng cụ ướp lạnh stiron bọt không tốn kém mà lại hoạt động rất tốt.
 - **Đá** - Việc bọc đá xung quanh thực phẩm của quý vị trong một dụng cụ ướp lạnh hoặc tủ lạnh sẽ giữ thực phẩm lạnh hơn trong khoảng thời gian dài hơn trong một đợt mất điện kéo dài.
 - **Một nhiệt kế kỹ thuật số hiện nhiệt độ nhanh** - Với những nhiệt kế này quý vị có thể nhanh chóng kiểm tra nhiệt độ bên trong của thực phẩm để chắc chắn thực phẩm đủ lạnh để sử dụng an toàn. Thực phẩm dễ hỏng không nên được để cao hơn 40 độ trong hơn 2 giờ mỗi lần.
- **Các Nguồn Điện Thay Thế:** Nếu trong gia đình quý vị có ai đó phụ thuộc vào thiết bị duy trì sự sống mà chạy bằng điện, hãy nhớ đưa cả nguồn cấp điện dự phòng vào kế hoạch sơ tán của quý vị. Nếu quý vị đang xem xét việc mua một máy phát điện, hãy tham vấn chuyên gia, chẳng hạn như một thợ điện. Chắc chắn rằng máy phát điện mà quý vị mua có định mức cho nguồn điện mà quý vị cho rằng mình sẽ cần.



- **Lắp Đặt Hệ Thống Báo Động Ôxít cacbon:** Các hiểm họa chính cần tránh khi sử dụng các nguồn năng lượng thay thế cho điện, sưởi ấm hay nấu ăn đó là nhiễm độc ôxít cacbon, điện giật và hỏa hoạn. Lắp đặt hệ thống chuông báo động tại các vị trí trung tâm của mỗi tầng trong nhà quý vị.

Chuẩn Bị Sẵn Một Bộ Vật Dụng

- **Thực Phẩm Lâu Hông:** Đóng gói các đồ vật như thanh năng lượng, súp hoặc bơ đậu phộng đóng hộp.
- **Một Galông Nước Mỗi Người Mỗi Ngày**
- **Bộ Vật Dụng Sơ Cứu và Thuốc Men**
- **Đèn Pin, Radio Quay Tay hoặc Chạy Bằng Pin, Các Dụng Cụ Cần Thiết và Bản Đồ** (Chú Ý: Không dùng nến khi mất điện vì rủi ro cháy cực kỳ cao)
- **Quần Áo Và Giày Chắc Chắn**
- **Các Vật Dụng Cá Nhân Và Đồ Dùng Vệ Sinh:** Đóng gói các giấy tờ quan trọng, đồ dùng vệ sinh và những đồ vật giải khuây như sách và đồ chơi.
- **Tiền Mặt Các Loại Mệnh Giá Nhỏ**
- **Thông Tin Người Liên Hệ Khẩn Cấp**

Cập Nhật Thông Tin

Tìm hiểu cách bảo vệ bản thân và người khác trước, trong và sau khi mất điện.

Điều Phải Làm Trong Trường Hợp Mất Điện

- **Giữ Thực Phẩm An Toàn.** Giữ cửa tủ lạnh và tủ ướp lạnh kín hết sức có thể. Sau đó tiêu thụ thực phẩm của quý vị theo trình tự sau: trước tiên dùng thực phẩm dễ hỏng từ tủ lạnh; sau đó là thực phẩm từ ngăn đá; rồi đến các thực phẩm và các nhu yếu phẩm lâu hỏng.
- **Tắt Và Rút Phích Cắm Điện Tất Cả Các Thiết Bị Điện Không Cần Thiết:** Ngắt kết nối bất kỳ thiết bị gia dụng nào (như bếp lò), thiết bị hay đồ điện tử quý vị đang sử dụng khi mất điện. Khi có điện trở lại, các đợt sốc điện hoặc biến đổi điện đột



ngột có thể làm hư hại thiết bị. Để một bóng đèn bật để quý vị có thể biết khi nào có điện trở lại.

- **Nếu Chuông Báo Động Ôxít Cacbon Kêu:** Nhanh chóng di chuyển ra khu vực có không khí trong lành ngoài trời hoặc tới gần cửa sổ hoặc cửa chính đang mở. Kêu gọi giúp đỡ từ vị trí này.
- **Sử Dụng Máy Phát Điện An Toàn:** Khi sử dụng một máy phát điện di động, hãy kết nối thiết bị quý vị muốn cấp điện trực tiếp với máy phát điện. Chú ý: Không kết nối một máy phát điện tới một hệ thống điện gia đình.

Điều Phải Làm Khi Có Điện Trở Lại

- **Không Chạm Vào Bất Kỳ Đường Dây Điện Nào:** Giữ gia đình quý vị cách xa khỏi các đường dây đó. Thông báo các đường dây điện bị đứt với các quan chức thẩm quyền trong vùng của quý vị.
- **Vứt Bỏ Thực Phẩm Không An Toàn:** Vứt bỏ bất kỳ thực phẩm nào đã tiếp xúc trực tiếp với nhiệt độ 40° F (4° C) trong 2 giờ trở lên hoặc thực phẩm có mùi, màu hay bề ngoài không bình thường. Khi nghi ngờ, hãy bỏ vật đó đi! Không bao giờ nếm thực phẩm hay dựa vào vẻ bề ngoài hoặc mùi để xác định độ an toàn của thực phẩm. Nếu thực phẩm trong ngăn đá lạnh hơn 40 độ F và có các tinh thể đá ở trên, quý vị có thể tái làm đông thực phẩm đó. Dùng nhiệt kế để kiểm tra nhiệt độ của thực phẩm.