បន្ទាប់ពីអគ្គិភ័យ៖ ផឹកទឹកផ្ទាល់ខ្លួន និងសុវត្ថិភាពអាងទឹក

ព័ត៌មានសហគមន៍

ប្រសិនបើអ្នករស់នៅក្នុងតំបន់ដែលរងផលប៉ះពាល់ពីភ្លើងឆេះព្រៃ អាងទឹកផឹករបស់អ្នកអាចក្លាយទៅជាស្អុយ ឬកខ្វក់ដោយសារកំទេចកំទី ផេះ សត្វងាប់ ឬសារធាតុពន្យឺតអគ្គិភ័យពីលើអាកាស។

ប្រសិនបើទឹកមានរសជាតិ មើលទៅ ឬធុំក្លិនប្លែក មិនត្រូវផឹក ឬឲ្យសត្វផឹកទេ។

មិនគួរយកទឹកហូរមកពីទន្លេ ឬព្រែកមកប្រើប្រាស់សម្រាប់ទទួលទាន ឬចម្អិនម្ហូបអាហារឡើយ លុះត្រាតែបានកំចាត់មេរោគត្រឹមត្រូវ។

ទឹកដែលបានដងចេញពីអណ្តូងខួងជ្រៅ ឬអណ្តូង គួរតែមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ ។

តើខ្ញុំអាចការពារអាងទឹកផឹករបស់ខ្ញុំ កុំឲ្យស្អុយ ឬកខ្វក់បានយ៉ាងដូចម្តេច?

មុនពេលភ្លើងឆេះព្រៃ៖

- ត្រូវប្រាកដថា អាងទឹករបស់អ្នកត្រូវបានបិទជិត ហើយថែទាំឲ្យបានត្រឹមត្រូវ
- កាត់ផ្តាច់បំពង់ទឹកទៅកាន់អាងរបស់អ្នក ឲ្យបានឆាប់នៅពេលមានគ្រោះភ្លើងឆេះព្រៃ។

ក្រោយភ្លើងឆេះព្រៃ៖

- តភ្ជាប់បំពង់ទឹកឡើងវិញនៅពេលណាដែលបានលាងសម្អាតដំបូលហើយប៉ុណ្ណោះ (ទោះដោយដៃ ឬបន្ទាប់ពីមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំងក្តី)។

ចុះប្រសិនបើមានភ្លៀងធ្លាក់ មុនពេលដែលខ្ញុំអាចកាត់ផ្តាច់បំពង់ទឹក?

- មុនពេលប្រើប្រាស់ទឹករបស់អ្នក ត្រូវពិនិត្យមើលដំបូល និងទទឹករបស់អ្នក ហើយប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ត្រូវពិនិត្យមើលខាងក្នុងអាងរបស់អ្នក ដើម្បីរកមើលសញ្ញានៃទឹកស្អុយ ឬកខ្វក់។
- ការធ្វើតេស្តទឹកមិនជាចាំបាច់ទេ ដ្បិតអីតាមធម្មតា ទឹកស្អុយ ឬកខ្វក់អាចមើលឃើញជាក់ស្តែង។
- ប្រសិនបើទឹករបស់អ្នកកខ្វក់ នោះរសជាតិ ពណ៌ ឬក្លិនរបស់វានឹងផ្លាស់ប្តូរ។
- មិនគួរប្រើប្រាស់ទឹកកខ្វក់សម្រាប់ការទទួលទាន ឬចម្អិនម្ហូបអាហារឡើយ។ ប្រើប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹកផ្សេងទៀតសម្រាប់ការទទួលទាន។
- ទឹកអាងដែលមិនសមរម្យសម្រាប់ការទទួលទាន អាចប្រើប្រាស់សម្រាប់ស្រោចសួនច្បារ។

តើខ្ញុំត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើមានសត្វស្លាប់នៅក្នុងប្រព័ន្ធទឹកផឹករបស់ខ្ញុំ?

ត្រូវពាក់ស្រោមដៃដើម្បីយកសត្វដែលស្លាប់ចេញពីដំបូល និងទទឹករបស់អ្នក ឬនៅក្នុងអាងរបស់អ្នក។ បោះចោលស្រោមដៃបន្ទាប់ពីប្រើរួច ហើយសម្លាប់មេរោគក្នុងអាងទឹករបស់អ្នក មុនពេលប្រើប្រាស់ទឹកម្តងទៀត។ អ្នកអាចសម្លាប់មេរោគ ដោយដាំទឹកឲ្យពុះ ឬប្រើសារធាតុក្លរីន (ទឹកថ្នាំធ្វើឲ្យស)។

ដើម្បីដាំទឹកផឹក៖ ត្រូវដាំទឹកឲ្យពុះដោយកំដៅទឹករហូតទាល់តែចេញពពុះខ្យល់យ៉ាងលឿន ហើយជាប់ៗគ្នាចេញពីបាតឆ្នាំង ឬកំសៀវ។ គួរប្រើកំសៀវដែលមានកុងតាក់បិទដោយស្វ័យប្រវត្តិប៉ុណ្ណោះ។

ដើម្បីសម្លាប់មេរោគក្នុងអាងទឹករបស់អ្នកដោយប្រើក្លរីន ត្រូវអនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំដូចខាងក្រោមនេះ។

សម្រាប់ទឹក 1,000 លីត្រនៅក្នុងអាងរបស់អ្នក អ្នកអាចបន្ថែមដោយសុវត្ថិភាពនូវ៖

- ប្រមាណជា 125 មីលីលីត្រ ឬ 125 ក្រាមនៃ 4 ភាគរយនៃទឹកថ្នាំធ្វើឲ្យសដែលមានសារធាតុក្លរីន (ជៀសវាងថ្នាំធ្វើឲ្យសដែលមានសាប៊ូ ឬទឹកអប់)

- ប្រមាណជា 40 មីលីលីត្រ ឬ 40 ក្រាមនៃ 12.5 ភាគរយនៃទឹកក្លរីនសម្រាប់អាងហែលទឹក ឬក្លរីនសម្រាប់រោងចក្រផលិតទឹកដោះគោ ឬ
- ប្រមាណជា 8 មីលីលីត្រ ឬ 8 ក្រាមនៃ 65 ភាគរយគ្រាប់ថ្នាំក្លរីនសម្រាប់ 'អាងហែលទឹក' ។

កំណត់ចំណាំ៖ មួយស្លាបព្រាកាហ្វេ ប្រហែលស្មើនឹង 5 ក្រាម។

រង់ចាំយ៉ាងហោចណាស់២៤ម៉ោង មុននឹងប្រើប្រាស់ទឹកដើម្បីទុកពេលឲ្យវាបំផ្លាញអតិសុខុមប្រាណ។

បន្ទាប់ពីដាក់សារធាតុក្លរីន អ្នកគួររង់ចាំយ៉ាងហោចណាស់២៤ម៉ោង មុននឹងប្រើប្រាស់ទឹកដើម្បីទុកពេលឲ្យវាបំផ្លាញអតិសុខុមប្រាណ។

តើរយៈពេលយូរប៉ុណ្ណាបន្ទាប់ពីអគ្គិភ័យ ទើបខ្ញុំអាចប្រើប្រាស់អាងទឹកផឹករបស់ខ្ញុំ?

ប្រសិនបើទឹកនៅក្នុងអាងរបស់អ្នកមិនស្អុយ ឬកខ្វក់ទេ អ្នកគួរទទួលទានទឹកនោះបានដោយសុវត្ថិភាព។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ មិនត្រូវតភ្ជាប់ បំពង់ទឹកភ្លៀងរបស់អ្នកឡើងវិញទេ រហូតទាល់តែអ្នកបានលាងសម្អាតដំបូលផ្ទះរបស់អ្នក ឬបន្ទាប់ពីមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង។

- ត្រូវលាងសម្អាតតែផេះ និងកំទេចកំទីពីដំបូល និងទទឹករបស់អ្នកប៉ុណ្ណោះ នៅពេលមានសុវត្ថិភាពក្នុងការធ្វើដូច្នេះ។
- មិនជាចាំបាច់ដើម្បីលាងសម្អាតអាងរបស់អ្នកឡើយបន្ទាប់ពីអគ្គិភ័យ លុះត្រាតែអាងវាស្អុយ ឬកខ្វក់ទាំងស្រុង ឬធុំក្លិន ហើយមានរសជាតិប្លែក ដោយសារតែសារធាតុពន្លឺតអគ្គិភ័យពីលើអាកាស។
- ប្រសិនបើអ្នកចង់លាងសម្អាតអាងទឹករបស់អ្នក យកល្អគួរតែជួលអ្នកជំនាញ។ ការធ្វើការនៅទីកន្លែងតូចចង្អៀតបិទជិតអាចមានគ្រោះថ្នាក់។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

- សម្រាប់អ្នកជំនាញលាងសម្អាតធុង ឬអាងទឹកក្នុងតំបន់ សូមទាក់ទងផ្នែកសុខភាពបរិស្ថាននៅសាលាសង្កាត់របស់អ្នក។

អនុញ្ញាត និងបោះពុម្ពផ្សាយដោយរដ្ឋាភិបាលវិចតូរីយ៉ា 1 Treasury Place, Melbourne។
© រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា Department of Health ខែកុម្ភៈ ឆ្នាំ២០១៦។