

|  |
| --- |
| การกลับบ้านหลังน้ำท่วม |
| ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีอยู่อย่างปลอดภัยหลังน้ำท่วม |
| Thai | ภาษาไทย  OFFICIAL |

เมื่อคุณกลับบ้านหลังหลังน้ำท่วม ให้อ่านข้อมูลนี้ เพื่อป้องกันตัวคุณเองและครอบครัวของคุณจากการบาดเจ็บหรือความเจ็บป่วย

# **วิธีกลับบ้านอย่างปลอดภัย**

* อย่าเดิน ว่ายน้ำหรือขับรถฝ่าน้ำท่วมถึงแม้ว่ามันจะตื้น อย่าให้เด็กและสัตว์เลี้ยงกลับบ้านจนกว่าจะปลอดภัยที่จะกลับ
* การที่ผิวหนังสัมผัสน้ำจากน้ำท่วมและโคลนสามารถทำให้เกิดความเจ็บป่วยและการติดเชื้อได้ หลีกเลี่ยงการสัมผัสน้ำจากน้ำท่วมและใช้สบู่ล้างมือสม่ำเสมอ
* สวมรองเท้าบูทกันน้ำและถุงมือทำจากยางพาราหรือหนังเมื่อทำความสะอาด
* ปิดรอยบาดหรือแผลต่าง ๆ ที่อาจสัมผัสกับน้ำจากน้ำท่วม หากคุณบาดเจ็บหรือถูกอะไรบาด ทำความสะอาดบาดแผลและติดต่อแพทย์ของคุณทันที
* ระวังสิ่งเหล่านี้ก่อนที่คุณจะเข้าไปในบ้านของคุณ
* น้ำท่วมสามารถนำของโสโครกเข้ามาในบ้านของคุณได้
* แหล่งจ่ายแก๊สและกระแสไฟฟ้าอาจเสียหาย
* โครงสร้างของบ้านของคุณอาจเสียหาย
* งูและสัตว์อื่น ๆ อาจเข้ามาหลบภัยในบ้าน โรงเก็บของหรือสวนของคุณ
* เทน้ำนิ่งที่ขังแช่อยู่ในภาชนะต่าง ๆ ในสนามหญ้าของคุณทิ้งไปเพราะยุงวางไข่ในนั้น
* หากบ้านของคุณขึ้นรา คุณต้องจัดการทำความสะอาดบ้านก่อนที่คุณจะย้ายกลับเข้าบ้าน
* หากบ้านคุณไม่มีไฟฟ้า ตรวจเช็คอาหารหรือยาที่อยู่ในตู้เย็น คุณอาจจำเป็นต้องโยนมันทิ้ง
* อย่าใช้เครื่องปั่นไฟแบบยกเคลื่อนที่ได้ เพราะมันสามารถผลิตคาร์บอนมอนน็อกไซต์ ซึ่งสามารถทำให้คุณเจ็บป่วยรุนแรงได้
* น้ำท่วมสามารถทำให้น้ำดื่มของคุณสกปรกปนเปื้อน เช็คกับบริษัทจำหน่ายน้ำให้คุณ ว่าน้ำประปาของคุณปลอดภัยดื่มได้หรือไม่   
  หากคุณไม่ได้ใช้น้ำประปาและคิดว่าแหล่งน้ำส่วนตัวของคุณได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม กรุณาติดต่อเทศบาลท้องที่ของคุณ
* อย่าลงว่ายน้ำในสายน้ำ ทะเลหรือสระว่ายน้ำเพราะมันอาจสกปรกปนเปื้อน
* น้ำท่วมสามารถทำให้ส่วนต่าง ๆ ของบ้านของคุณ เช่นท่อน้ำ แผ่นซีเมนต์หรือกระเบื้องเคลื่อนที่ หากคุณพบแร่ใยหิน อย่าแตะต้องมันและติดต่อเทศบาลท้องที่ของคุณ
* หากระบบน้ำเสียของคุณได้รับผลกระทบ ให้ลดการใช้น้ำของคุณและติดต่อช่างประปา

# **ดูแลตัวคุณเอง**

* เป็นเรื่องปกติที่มีจะอารมณ์หลากหลาย ขอให้ใช้เวลาสักนิดที่จะดูแลตัวเองและขอความช่วยเหลือจากคนที่คุณรัก
* หากคุณกำลังรู้สึกอัดอั้นตันใจจนทนไม่ไหว คุณสามารถโทรขอความช่วยเหลือจากศูนย์กลางสุขภาพจิตและความเป็นอยู่ที่ดี (Mental Health and Wellbeing Hubs) ที่หมายเลข 1300 375 330
* หากคุณกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของคุณ ให้พบแพทย์จีพีของคุณ โทร 000 ในกรณีฉุกเฉิน หากคุณไม่สามารถโทรศัพท์ได้ คุณควรเดินทางไปโรงพยาบาลใกล้บ้านคุณที่สุด
* หากคุณหรือคนที่คุณรู้จักตกอยู่ในภาวะวิกฤติ โทรถึงไลฟไลน์ (Lifeline) หมายเลข 13 11 14 หรือบียอน บลู (Beyond Blue) หมายเลข 1300 224 636

# **รับความช่วยเหลือด้านการเงิน**

* หากบ้านของคุณได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม คุณอาจมีสิทธิ์ได้รับเงินช่วยเหลือยามฉุกเฉินที่จ่ายครั้งเดียว สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม ไปที่ <https://emergencypayments.dffh.vic.gov.au>
* อาจมีความช่วยเหลือในการตั้งต้นใหม่ (Re-establishment Assistance) ให้ หากคุณไม่สามารถอยู่ในบ้านของคุณได้เพราะมันถูกทำลายเสียหาย   
  หรือคุณไม่สามารถเข้าถึงบ้านของคุณได้เป็นเวลามากกว่า 7 วัน สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม ไปที่ <https://services.dffh.vic.gov.au/personal-hardship-assistance-program>
* มีเงินช่วยเหลือฟื้นฟูภัยพิบัติ (Disaster Recovery Allowance)ให้สำหรับพนักงานลูกจ้างและผู้ประกอบการค้าคนเดียวซึ่งสูญเสียรายได้เพราะภัยพิบัติครั้งใหญ่   
  คุณสามารถได้รับเงินข่วยเหลือสูงถึง 13 สัปดาห์หลังจากเกิดภัยพิบัติ ไปที่ <https://www.servicesaustralia.gov.au/natural-disaster-events?context=60042> เพื่อดูข้อมูลเพิ่มเติม
* คุณอาจมีสิทธิ์ได้รับเงินช่วยเหลือฟื้นฟูภัยพิบัติของรัฐบาลออสเตรเลีย (Australian Government Disaster Recovery Payment)   
  หากคุณได้รับความบาดเจ็บร้ายแรงหรือบ้านเรือนของคุณถูกน้ำท่วมทำลายเสียหายร้ายแรง ผู้ใหญ่สามารถได้รับเงิน $1,000 และเด็กสามารถได้รับเงิน $400   
  ไปที่ <https://www.servicesaustralia.gov.au/victorian-floods-october-2022-australian-government-disaster-recovery-payment> เพื่อดูข้อมูลเพิ่มเติม
* โทรถึงสายด่วนฟื้นฟูน้ำท่วม (Flood Recovery Hotline) ที่หมายเลข 1800 560 760 เพื่อขอความช่วยเหลือเกี่ยวกับที่อยู่ชั่วคราวและความช่วยเหลืออย่างอื่น
* หากคุณต้องการความช่วยเหลือเกี่ยวกับการประกันภัย โทรถึงสายด่วนเกี่ยวกับภัยพิบัติของสภาประกันภัยออสเตรเลีย (Insurance Council Australia) ที่หมายเลข 1800 734 621

ขอรับสิ่งพิมพ์เผยแพร่นี้ในรูปแบบที่เข้าถึงได้โดยอีเมลไปที่ [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

