

Khẩn Cấp Hạt Nhân hoặc Bức Xạ

Nuclear or Radiation Emergencies

Nuclear or radiation emergencies occur when nuclear material or radiation is released or exploded during an accident or attack. An explosion can cause blinding light, heat, fires and dangerous radiation.

During a Nuclear or Radiation Emergency

If you are near the explosion:

- Leave the area right away. If you can tell which way the wind is blowing, move in the opposite direction or upwind. If possible, drive away with the windows closed.
- Find shelter, below ground if possible, but any building or shield will help limit your exposure to radiation. Shield yourself behind thick walls or metal. The thicker the shield, the better.
- Once inside:
 - › Turn off all furnaces, air conditioners and fans.
 - › Close vents.
 - › Close and lock all doors and windows.
 - › Take off your clothes and put them in a plastic bag. Seal the bag tightly.
 - › Take a shower or wash your skin and hair well with soap and water.
 - › Put on clean clothes.
- Listen for reports on the television, radio or Internet. Stay indoors until health authorities say that it is okay to come outside.
- Seek medical care if you are hurt.

Khẩn cấp hạt nhân hoặc bức xạ xảy ra khi chất hạt nhân hoặc bức xạ bị phóng thích hoặc bùng nổ trong một tai nạn hoặc cuộc tấn công. Sức bùng nổ có thể gây ra ánh sáng chói mắt, hơi nóng, lửa và bức xạ nguy hiểm.

Khi có khẩn cấp hạt nhân hoặc bức xạ

Nếu quý vị ở gần nơi bùng nổ:

- Rời khu vực ngay. Nếu biết gió thổi hướng nào, đi ngược hướng gió hoặc về hướng đầu gió. Nếu được, lái xe hơi đi và nhớ đóng cửa sổ xe.
- Tìm nơi ẩn náu, dưới đất nếu được, do bất cứ tòa nhà hoặc tấm chắn nào cũng sẽ giúp hạn chế bị nhiễm bức xạ. Núp sau tường hoặc kim loại dày. Tấm chắn càng dày càng tốt.
- Một khi vào bên trong:
 - › Tắt tất cả lò sưởi, máy lạnh và quạt.
 - › Đóng lỗ thông gió.
 - › Đóng và khóa tất cả cửa và cửa sổ.
 - › Cởi quần áo và bỏ vào bao ny lông. Đóng chặt bao.
 - › Tắm hoa sen hoặc rửa da và tóc kỹ với xà bông và nước.
 - › Thay đồ sạch.
- Nghe báo cáo trên tivi, radio và Internet. Ở bên trong cho đến khi giới chức sức khỏe cho biết được ra ngoài.
- Tìm nơi chăm sóc y tế nếu bị thương.

If you are not close to the explosion:

Go inside and listen for reports on the television, radio or Internet. State and local officials will check the amount of radiation and tell you whether to stay inside or leave your home.

Your Health

At first, you can get hurt from the heat, fire and flying material from the explosion.

Depending on how much radiation is released, over time you may show signs of:

- Red skin
- Feeling tired
- Nausea and vomiting
- Diarrhea
- Headache
- Sore mouth or bleeding gums

It can take from a few hours to days for any signs to appear. Seek medical care if you were near the explosion. Your doctors may check for radiation effects throughout your life. Exposure to radiation can cause serious illness later in life.

Nếu không ở gần nơi bùng nổ:

Đi vào bên trong và lắng nghe báo cáo trên tivi, radio và Internet. Các viên chức tiểu bang và địa phương sẽ kiểm tra số lượng bức xạ và cho quý vị biết nên ở trong nhà hay phải rời nhà.

Sức khỏe quý vị

Ban đầu, quý vị có thể bị thương vì nhiệt, lửa và các vật bay trên trời từ nơi bùng nổ.

Tùy theo bao nhiêu bức xạ được phóng thích, dần dần quý vị có thể có triệu chứng:

- Da bị đỏ
- Cảm thấy mệt mỏi
- Buồn nôn và ói mửa
- Đi tiêu chảy
- Nhức đầu
- Miệng lở hoặc lợi chảy máu

Có thể cần vài tiếng hoặc nhiều ngày mới thấy bất cứ triệu chứng nào xuất hiện. Tìm nơi chăm sóc y tế nếu ở gần nơi bùng nổ. Bác sĩ sẽ kiểm tra ảnh hưởng của bức xạ suốt cuộc đời quý vị. Bị nhiễm bức xạ có thể gây ra bệnh nặng sau này trong đời.