

ຂ່າວສານສໍາຄັນ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງໄພພິບັດ



ສາລະບານ

ແຜນການປ້ອງກັນໄພອັນຕະລາຍໃນຄົວເຮືອນ:.....	2
ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄພແຫ້ງແລ້ງ:.....	19
ຂ່າວສານສໍາຄັນສະລັບໄພແຜ່ນດິນໄຫວ:.....	25
ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄພນໍ້າຖ້ວມ:.....	38
ຂ່າວສານສໍາລັບພະຍາດລະບາດຮຸນແຮງ:	48
ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍລັບລົມພະຍຸ:.....	55
ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄຟໄໝ້:.....	60
ຂ່າວສານສໍາຄັນກ່ຽວກັບພາຍຸໝາກເຫັບ:.....	67
ຂ່າວສານສໍາຄັນກ່ຽວກັບສັດຕູພືດ ແລະ ສັດ:.....	71
ຂ່າວສານສໍາຄັນກ່ຽວກັບດິນເຈື່ອນ ແລະ ການໄຫລຂອງເສດຊາກຫັກພັງ:.....	80

ແຜນການປ້ອງກັນຈາກໄພອັນຕະລາຍໃນຄົວເຮືອນ

- ຫາຂໍ້ມູນວ່າແມ່ນຫຍັງແຕ່ສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ ແລະ ຕິດຕາມຂໍ້ມູນເປັນປະຈຳ
- ສ້າງແຜນຂອງຄົວເຮືອນເພື່ອຮັບມືກັບໄພພິບັດ ແລະ ເຫດການສຸກເສີນ, ໂດຍພະຈາລະນາເອົາສະມາຊິກທຸກຄົນໃນຄົວເຮືອນ
- ຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງທີ່ເປັນໂຄງສ້າງ ແລະ ບໍ່ເປັນໂຄງສ້າງ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມຢູ່ອ້ອມເຮືອນຂອງທ່ານ
- ຮຽນຮູ້ທີ່ຈະຕອບໂຕ້ ແລະ ຝຶກສ້ອມແຜນຂອງທ່ານ
- ກະກຽມເຄື່ອງອຸກະກອນເພື່ອຢັ້ງຊື່ໃນໄລຍະໜຶ່ງອາທິດ, ກຽມພ້ອມຖືງເຄື່ອງເພື່ອຍົກຍ້າຍ
- ເຮັດວຽກຮ່ວມກັນກັບບ່ອນທີ່ທ່ານເຮັດວຽກ, ໂຮງຮຽນ, ເພື່ອບ້ານ ແລະ ຊຸມຊົນໃນທ້ອງຖິ່ນເພື່ອປະເມີນຄວາມສ່ຽງຂອງທ່ານ, ສ້າງແຜນເພື່ອຫລຸດຜ່ອນສິ່ງເຫລົ່ານັ້ນ, ກະກຽມເພື່ອຕອບໂຕ້

1. ແຜນການ ຄວາມອັນຕະລາຍທັງໝົດໃນຄົວເຮືອນ

ປະເມີນສະພາບ & ວາງແຜນການ

ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ປະເມີນຄວາມສ່ຽງໃນບ່ອນຢູ່ອາໄສ, ບ່ອນເຮັດວຽກ, ບ່ອນຮຽນ ແລະ ບ່ອນຫຼິ້ນ ຂອງທ່ານ.	• ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບໄພອັນຕະລາຍທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ, ແຜນການຕອບໂຕ້ສຸກເສີນຂອງທ້ອງຖິ່ນ, ລະບົບການສື່ສານ ແລະ ການເຕືອນໄພ ລ່ວງໜ້າ ໃນຊຸມຊົນຂອງຕົນ • ກຳນົດບັນດາໄພອັນຕະລາຍ ແລະ ຄວາມສ່ຽງໃນເຮືອນ ແລະ ບໍລິເວນອ້ອມແອ້ມຂອງຕົນ • ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບ ຂໍ້ມູນໃນການຕິດຕໍ່ພົວພັນ, ພາລະບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ ຂອງອົງ

	ການຈັດຕັ້ງຂອງລັດໃນການປະເມີນ ແລະ ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ, ປະກາດການເຕືອນໄພລ່ວງ ໜ້າ ແລະ ວາງແຜນການເພື່ອຕອບໂຕ້
1.2. ສ້າງແຜນ	• ລວມເອົາໝົດທຸກຄົນໃນຄອບຄົວ ແລະ ຍາດພີ່ນ້ອງເຂົ້າໃນຂັ້ນຕອນການວາງແຜນການຂອງຕົນ • ປຶກສາຫາລືກັບສະມາຊິກໃນຄົວເຮືອນ ແລະ ໃນຄອບຄົວເພື່ອສົນທະນາເຖິງຄວາມອ່ອນແອຂອງຕົນ ແລະ ສ້າງແຜນການຂອງຕົນຕໍ່ຄວາມສ່ຽງສະເພາະທີ່ທ່ານປະເຊີນຢູ່ • ກຳນົດກິດຈະກຳທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ເຮັດເພື່ອລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ ແລະ ກຳນົດຊັບພະຍາກອນ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອ ທີ່ທ່ານຕ້ອງການ. • ວາງແຜນການບາດກ້າວຕ່າງໆ ໃນການປ້ອງກັນຕົນເອງ, ການສື່ສານ, ການເຕົ້າໂຮມກັນຄືນ ແລະ ການຟື້ນຕົວຄືນ • ແບ່ງຄວາມຮັບຜິດຊອບໃຫ້ແຕ່ລະບຸກຄົນ., ຝຶກສ້ອມ ແລະ ປັບປຸງແຜນຂອງທ່ານເປັນປະຈຳ, ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງທ່ານ ແລະ ເພື່ອກະກຽມສຳລັບຜູ້ທີ່ບໍ່ສາມາດຈະປ່ອຍປະໄດ້.
1.3. ໃຫ້ມີການຕິດຕໍ່ພົວພັນໃນພາວະສຸກເສີນ ແລະ ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສຸຂະພາບ	• ເຮັດບັດສະເພາະໃຫ້ສະມາຊິກພາຍໃນຄອບຄົວ, ເພື່ອສະດວກໃສ່ການຕິດຕໍ່ພົວພັນໃນເວລາເກີດເຫດການສຸກເສີນ ແລະ ຕ້ອງການຂໍ້ມູນຂ່າວສານ

	(ໂດຍສະເພາະແມ່ນເດັກນ້ອຍ ໃນເວລາທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າອອນນອກເຮືອນ ຫຼືໄປໂຮງຮຽນ), • ຕິດ ຮູບພາບໃສ່ບ່ອນທີ່ພົບເຫັນງ່າຍ ແລະ ແຈກຢາຍໃຫ້ເຄື່ອຄ້າຍຂອງທ່ານໃນການຊ່ວຍຕິດຕາມ.
1.4.ຮູ້ຈັກເສັ້ນທາງອອກຈາກອາຄານ ຂອງທ່ານ	• ຊອກຫາທາງອອກ, ແລະພິຈາລະນາທາງອອກປອດໄພທີ່ສຸດ ໃນກໍລະນີມີຄວາມອັນຕະລາຍຫຼາຍປະເພດ • ເຮັດໃຫ້ແລວທາງ ທາງອອກ ບໍ່ມີຫ້ຍງກົດຂວາງ • ກຳນົດເສັ້ນທາງທີ່ປອດໄພສຳລັບເຫດການສຶກເສີນເພື່ອໜີຈາກອາຄານຂອງທ່ານ(ຢູ່ບ້ານ, ຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ ແລະ ຢູ່ໂຮງຮຽນ)
1.5.ຮຽນຮູ້ ແລະ ເຂົ້າຮ່ວມໃນລະບົບ ເຕືອນໄພລ່ວງໜ້າ ໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານ	• ຮຽນຮູ້ລະບົບສັນຍານເຕືອນໄພລ່ວງໜ້າໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານ. ຖ້າຫາກວ່າຊຸມຊົນຂອງທ່ານບໍ່ມີ, ຈົ່ງຊ່ວຍພວກເຂົາເຈົ້າສ້າງລະບົບຂຶ້ນມາ, ໂດຍຮັບປະກັນວ່າວ່າ ໝົດທຸກຄົນ ຕ້ອງໄດ້ຮັບ ແລະ ເຂົ້າໃຈຕໍ່ຂ່າວສານຕ່າງໆ -ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ຜູ້ທີ່ມີຄວາມອ່ອນແອ ກ່ວາໝູ່ໝົດ. • ຖືເອົາ ການເຕືອນໄພ ຢ່າງຈິງຈັງ, ເຖິງແມ່ນວ່າມັນຈະເກີດຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ກໍຕາມ, ຈົ່ງມີສະຕິລະວັງຕົວຕໍ່ ການປ່ຽນແປງຂອງສະພາບການຕ່າງໆ, ຍ້ອນວ່າ ຄວາມສ່ຽງອາດຈະເພີ່ມທະວີຂຶ້ນ ນັບຈາກການປະກາດເຕືອນໄພລ່ວງໜ້າຄັ້ງທຳອິດ.

	- ປະຕິບັດຕາມການຂໍ້ແນະນຳເພື່ອກ່ຽວກັບການຍົກຍ້າຍຢ່າງເຂັ້ງຂັດ. - ບໍ່ຄວນກັບຄືນມາເຮືອນອີກຈົນກ່ວາ ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນຈະປະກາດວ່າປອດໄພແລ້ວ.
1.6. ສ້າງແຜນການການອົບພະຍົບ: ຕ້ອງຮູ້ສະຖານທີ່ພັກເຊົາ, ເສັ້ນທາງ ແລະ ພາຫະນະທີ່ຈະໃຊ້ໃນການອົບພະຍົບ	- ຄົ້ນຫາ ບ່ອນທີ່ປອດໄພ ທີ່ທ່ານສາມາດໄປເຖິງຖ້າທ່ານຕ້ອງການທີ່ພັກເຊົາ ຫຼືວ່າຈຳ ເປັນຕ້ອງອົບພະຍົບອອກໄປ. ພົດທຸກຄົນໃນຄົວເຮືອນຕ້ອງຮູ້ບ່ອນທີ່ຈະໄປ, ແລະ ຈຸດນັດພົບກັນ ຖ້າຫາກວ່າພວກເຂົາເຈົ້າຕ້ອງອອກໄປ. - ວາງແຜນກ່ຽວກັບເສັ້ນທາງທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ແລະ ຝຶກຊ້ອມວິທີການອົບພະຍົບ ເຮັດວຽກຮ່ວມກັບເຄືອຄ່າຍຂອງຕົນ ເພື່ອກຳນົດພາຫະນະເດີນທາງຖ້າຫາກວ່າຈຳເປັນຕ້ອງອົບພະຍົບອອກໄປ. - ປະສານງານກັບຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງໄພພິບັດໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ ກ່ຽວກັບແຜນ ຮັບມືກັບເຫດການສຸກເສີນ ແລະ ທາງເລືອກ ແລະ ພາຫະນະໃນການອົບພະຍົບອອກໄປ. ເດີນທາງ
1.7. ຮັກສາສຳເນົາເອກກະສານສຳຄັນຂອງສ່ວນຕົວ	ຮັກສາເອກກະສານສຳຄັນສ່ວນຕົວໄວ້ໃນຖົງເຄື່ອງເພື່ອອົບພະຍົບອອກໄປ, ບ່ອນຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບພາຍນອກ, ໄວ້ໃນກ່ອງນີລະໄພ ແລະ ເປັນເອເລັກໂຕຣນິກ (ຍົກຕົວຢ່າງ ເຊັ່ນ: ໃນcloud, hard disk ຫຼື memory stick)

2. ແຜນການປ້ອງກັນໄພອັນຕະລາຍຂອງຄອບຄົວ ຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງສິ່ງປຸກສ້າງ ຫລື ສະພາບແວດລ້ອມຮອບຕົວ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
2.1. ການປຸກສ້າງເຮືອນຂອງທ່ານໃນບ່ອນທີ່ປອດໄພໂດຍສອດຄ່ອງຕາມລະບຽບການ	• ພິຈາລະນາ ໄພອັນຕະລາຍທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນ ກ່ອນທີ່ທ່ານຈະເລືອກສະຖານທີ່ປຸກສ້າງເຮືອນ • ສຶກສາລະບຽບການປຸກສ້າງການທີ່ທ່ານຈະເລີ່ມເຮັດການກໍ່ສ້າງ • ອອກແບບປຸກສ້າງ ແລະ ຮັກສາເຮືອນຂອງຕົນໂດຍປະຕິບັດຕາມ ລະບຽບການປຸກສ້າງ ເພື່ອປ້ອງກັນການເຄື່ອນເພັງຂອງໜ້າດິນ, ລົມ, ນໍ້າ ແລະ ອາກາດຮ້າຍແຮງ.
2.2. ຝຶກສ້ອມການປ້ອງກັນອັກຄີໄພໃນເຮືອນ	• ບໍ່ ໃຫ້ສູບຢາເທິງຕຽງນອນ ຫຼື ເວລານອນລົງ • ເກັບມ້ຽນວັດຖຸໄວໄຟທີ່ຕິດໄຟງ່າຍເຊັ່ນ: ກັບໄຟ, ໄຟແຊັດ, ນໍ້າມັນ ແລະ ທາດລະເທີຍອາຍທີ່ໄວຕໍ່ໄຟໃຫ້ຫ່າງຈາກເດັກ. • ບໍ່ຕ້ອງຕ້ອງໄຕ້ທຽນ, ຕະກຽງ ຫລື ກໍ່ກອງໄຟປະໄວໂດຍບໍ່ມີຄົນເຝົ້າ. • ຫຼີກລຽງການຕິດຕັ້ງ ວົງຈອນໄຟຟ້າເກີນຂະໜາດ • ກວດກາລະບົບສາຍໄຟໃນເຮືອນ, ສ້ອມແປງສາຍໄຟເກົ່າທີ່ເຊື່ອມໂຊມ ຫຼື ຫຼັດຫຽນ ຫຼື ຫົວປັກສຽບຫຼວມ. ບໍ່ໃຫ້ວາງແລ່ນສາຍໄຟຟ້າໄປຕາມພື້ນພົມປູເຮືອນ, ສາດຢາງ.

	• ຮັກສາເຕົາໄຟພ້າ ແລະ ເຄື່ອງທຳຄວາມເຢັນໃຫ້ທ່າງໄກຈາກສິ່ງທີ່ຕິດໄຟງ່າຍ • ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກວດຈັບຄວນໄຟພາຍໃນເຮືອນມອດຂີ້ເທົ່າໄຟໃສ່ສິ່ງບັນຈຸທີ່ເປັນໂລຫະ ແລະ ແຊ່ນ້ຳ • ນຳໃຊ້ ເຄື່ອງທຳຄວາມອຸ່ນທີ່ມີໃບຮັບຮອງຄວາມປອດໄພ ຫລື ຄູ່ມືການນຳໃຊ້ • ບໍ່ນຳໃຊ້ເຄື່ອງປັ່ນໄຟພ້າທີ່ໃຊ້ເຊື້ອໄຟພາຍໃນເຮືອນ. • ບໍ່ນຳໃຊ້ຈັກປັ່ນໄຟພ້າທີ່ແລ່ນດ້ວຍນ້ຳມັນພາຍໃນເຮືອນ
2.3.ເກັບມ້ຽນວັດສະດຸອຸປະກອນທີ່ເປັນອັນຕະລາຍໄວ້ຢ່າງປອດໄພ	• ຈຳກັດ, ແຍກປ່ຽວ, ລົບລ້າງຫລືທຳລາຍຖິ້ມ ແລະ ແຍກປະເພດບັນດາອຸປະກອນທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ • ເກັບມ້ຽນຜະລິດຕະພັນທີ່ເປັນທາດເບື້ອ ແລະ ໄວໄຟ ໄວ້ບ່ອນທີ່ປອດໄພ
2.4.ປະຕິບັດຕົວຈິງດ້ານອະນາໄມ ແລະ ສຸຂະພິບານ	• ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ໃຊ້ສະບູ ແລະນ້ຳ ຫຼື ຂີ້ຊາຍ • ໃຊ້ວິດຖ່າຍ ຫຼື ວິທີການທີ່ຖືກຕາມຫຼັກອະນາໄມໃນການກຳຈັດອາຈົມ • ບໍ່ໃຫ້ຖ່າຍຊະຊາຍ ຫຼື ຖ່າຍຢູ່ໄກ້ແຫຼ່ງນ້ຳ • ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ການຈັດຫນ້າ ແລະ ສະບຽງອາຫານໃຫ້ມີການປົນເປື້ອນ

ແຜນການປ້ອງກັນໄພອັນຕະລາຍໃນຄົວເຮືອນ

3. ການກຽມພ້ອມເພື່ອຕອບໂຕ້ການສ້າງຄວາມສາມາດ :

ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
3.1. ຮຽນຮູ້ວິທີການປະຕິບັດເວລາເກີດອັກຄີໄພ	- ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ຍົກຍ້າຍທຸກຄົນອອກຈາກ ຈຸດອັນຕະລາຍ - ຮັບປະກັນວ່າປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມຖືກປິດລົງເພື່ອຈຳກັດໄຟ ແລະ ຄ້ວນໄຟ - ຮ້ອງເຕືອນຜູ້ອື່ນໆກ່ຽວກັບອັກຄີໄພ ແລະ ເປີດເຄື່ອງເຕືອນໄພໃຫ້ເຮັດວຽກ - ໃຫ້ໂທຫາໜ່ວຍບໍລິການດັບເພີງສຸກເສີນ ເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ - ພະຍາຍາມດັບເພີງຂະໜາດນ້ອຍດ້ວຍການໃຊ້ເຄື່ອງມືດັບເພີງ ທີ່ເໝາະສົມ
3.2. ຮູ້ວິທີການຈະເຮັດແນວໃດ ຖ້າຫາກວ່າເຫັນໄຟໄໝ້ ຫຼື ຄ້ວນໄຟ ຂະໜາດນ້ອຍ	- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານໄດ້ກິນໄຟໄໝ້ ຫຼື ເຫັນໄຟໄໝ້, ຈົ່ງຮ້ອງເຕືອນຜູ້ອື່ນ, ອອກຈາກຈຸດນັ້ນຢ່າງຮີບດ່ວນ, ແລະ ຮ້ອງຂໍການຊ່ວຍເຫຼືອ. - ຖ້າຫາກວ່າໃນເຮືອນມີຄ້ວນໄຟ, ຈົ່ງປະຕິບັດຕາມຄໍາແນະນໍາ "ໝູບຕົວລົງຕໍ່າ, ແລະ ອອກໜີໄປ". ການສູບດົມຄ້ວນ ຫຼື ແກ້ສ ມີພຶດເຮັດໃຫ້ຄົນເສຍຊີວິດ ຫຼາຍກວ່າຖືກໄຟ ໄໝ້ອີກ. ໃຊ້ມື ລູບຄໍາ ເພື່ອຊອກຫາລູກປິດບານປະຕູ ແລະ ບໍລິເວນປະຕູ, ແຕ່ຢ່າເປີດປະຕູ ຖ້າຮູ້ສຶກວ່າລູກປິດ ຫລື

	ບານປະຕູຮ້ອນ. ເມື່ອອອກຈາກບ່ອນໃດກໍຈົ່ງປິດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມຕາມຫຼັງ ແລະ ປິດເຄື່ອງໃຊ້ຕ່າງໆໄວ້. - ເອົາເສື້ອຜ້າປິດດັງ ແລະ ປາກເພື່ອລຸດຜ່ອນການສູບດົມເອົາຄວນເຂົ້າໃນເວລາທີ່ຈະອອກຈາກບ່ອນເກີດເຫດ ແລະ ລໍຖ້າການກູ້ໄພ. - ຖ້າຫາກວ່າໄຟໄໝ້ຕົວທ່ານເອງ, ຈົ່ງ "ຢຸດ, ນອນລົງ ແລະ ກຶ້ງເກືອກໄປມາ". ຖ້າຫາກວ່າໄຟໄໝ້ຕົວຜູ້ອື່ນ ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຮັດແບບດຽວກັນນີ້. - ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານບໍ່ສາມາດອອກມາໄດ້, ຈົ່ງປິດປະຕູໄວ້, ກົມຕົວລົງຕ່ຳ , ເປີດປ່ອງຢ້ຽມໜ້ອຍໜຶ່ງ ແລະ ສົ່ງສັນຍານຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ. ປ້ອງກັນມື ແລະ ໃບໜ້າ ຂອງຕົນເອງດ້ວຍຜ້າປຽກນ້ຳ. ວາງຜ້າປຽກໃສ່ຊ່ອງຫ່ວາງຕົນປະຕູ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຄວນໄຟເຂົ້າມາໃນຫ້ອງ
3.3. ການປະຕິບັດເມື່ອມີສັນຍານເຕືອນໄພຫລ່ວງໜ້າ	- ຈົ່ງມີສະຕິລະວັງຕົວຕໍ່ ສັນຍານເຕືອນໄພ, ແລະ ຕອບໂຕ້ ຢ່າງຮີບດ່ວນ - ຮູ້ລະບົບສັນຍານເຕືອນໄພ ທີ່ນຳໃຊ້ ແລະ ຝຶກສ້ອມ ການຕອບໂຕ້ຂອງຕົນ. ຮູ້ທາງອອກສຸກເສີນຂອງຕົນ.

	• ຖ້າຫາກວ່າໄດ້ຮັບຄໍາແນະນໍາໃຫ້ອົບພະຍົບອອກໄປ, ຈົ່ງອອກໄປຢ່າງຮີບດ່ວນ • ເອົາສັດລ້ຽງໃນເຮືອນ ແລະ ສັດລ້ຽງໃນຄອກອອກໄປ, ຖ້າຫາກເປັນໄປໄດ້ • ຢ່າລືມເອົາຖົງເຄື່ອງສໍາລັບສໍາຄັນທີ່ກຽມພ້ອມອົບພະຍົກ ພ້ອມດ້ວຍເອກະສານສໍາຄັນຕ່າງໆໄປນໍາ • ຈັດແຈງຊັບສົມບັດຂອງຕົນຢູ່ໃນຄວາມປອດໄພ ຖ້າຫາກວ່າມີເວລາ.
3.4. ຮຽນຮູ້ ການປະຖົມພະຍາບານ	• ຮຽນຮູ້ທັກສະການປະຖົມພະຍາບານ. ຕ້ອງຮັບປະກັນວ່າ ໜຶ່ງໃນສະມາຊິກຄອບຄົວໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ດ້ານການປະຖົມພະຍາບານ. • ຝຶກຊ້ອມ ແລະ ຍົກລະດັບຄວາມຮູ້ຄອງຕົນ ກ່ຽວກັບ ການປະຖົມພະຍາບານ ຢ່າງເປັນປະຈຳໃນທຸກໆປີ.
3.5. ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫລືອແກ່ສັດລ້ຽງຂອງທ່ານຕາມຄວາມເໝາະສົມ	• ຖ້າຫາກວ່າມີສັດລ້ຽງ, ຈົ່ງອົບພະຍົບພວກມັນອອກໄປນໍາ ຫຼື ຮັບປະກັນວ່າສັດລ້ຽງຢູ່ນອກເຮືອນ, ຢູ່ຕາມທັງຫຍ້າ ຫຼື ຢູ່ໃນນໍ້າ ໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງ. • ຖ້າຫາກວ່າ ຈຳເປັນຕ້ອງ ອົບພະຍົບອອກໄປ ໂດຍປະລະພວກມັນໄວ, ຈົ່ງຢ່າມັດຕົວ ຫຼື ຂັງໄວ້ໃນອາຄານ. ຈົ່ງປະອາຫານແຫ້ງໄວ້ໃຫ້ພວກມັນ

3.6. ຮັກສາລາຍລະອຽດ ຂອງການຕິດຕໍ່ສື່ສານ	• ຮັບປະກັນວ່າ ປ້າຍຖະໜົນ ແລະ ເລກທີເຮືອນ ແມ່ນເຫັນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຮັດການ ຕອບໂຕ້ຕໍ່ ເຫດການສຸກເສີນ ສາມາດຊ່ວຍທ່ານ ໄດ້
3.7. ຕິດຕາມຂ່າວສານ ຕະຫລອດເວລາ	• ຮັບຟັງ ວິທະຍຸໃຊ້ແບັດເຕີຣີ ທີ່ສາມາດພົກຕິດຕົວ ໄດ້ ຫຼື ໂທລະພາບ ກ່ຽວກັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເຫດການສຸກເສີນ ແລະ ຂໍ້ແນະນຳກ່ຽວກັບ ຄວາມປອດໄພ. • ຮູ້ຄື້ນຄວາມຖີ່ ຂອງສະຖານທີ່ວິທະຍຸ ສັນຍານ ເຄື່ອນໄພໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງຕົນ.
3.8. ພາຍຫຼັງເກີດອັນ ຕະ ລາຍຂຶ້ນແລ້ວ, ຊ່ວຍເຫຼືອ ເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ	• ກ່ອນອື່ນໝົດ, ກວດກາເບິ່ງຄວາມໝັ້ນຄົງ ແລະ ຄວາມປອດໄພ ຂອງຕົນເອງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນຈຶ່ງ ກວດກາເບິ່ງຜູ້ທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງຕົນເອງ, ກ່ອນໜ້າ ກ້າວເຂົ້າໄປ ຫຼື ໃຫ້ການ ຊ່ວຍເຫຼືອແກ່ຜູ້ອື່ນໆ • ກວດກາເບິ່ງຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆວ່າ ໄດ້ຮັບ ບາດເຈັບບໍ່. ຈົ່ງຢ່າພະຍາຍາມເຄື່ອນຍ້າຍ ຜູ້ທີ່ ໄດ້ຮັບບາດເຈັບໜັກ ນອກຈາກວ່າ ພວກເຂົາເຈົ້າ ຢູ່ໃນຄວາມອັນຕະລາຍໂດຍກົງເຖິງຄວາມຕາຍ ຫຼື ໄດ້ຮັບບາດເຈັບຕື່ມອີກ • ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງເຄື່ອນຍ້ານຜູ້ທີ່ໝົດ ສະຕິ, ກ່ອນອື່ນໝົດເຮັດໃຫ້ຄໍ ແລະ ສັນຫຼັງຄົນ

	ນັ້ນໃນທ່າໝັ້ນຄົງ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນຈຶ່ງຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ. • ຖ້າຫາກວ່າ ຄົນຜູ້ນັ້ນບໍ່ຫາຍໃຈ, ຈຶ່ງວາງຕົວຄົນຜູ້ນັ້ນຢ່າງລະມັດລະວັງເພື່ອໃຫ້ລາວຢູ່ໃນທ່ານອນທາງາຍ ເຊັດຄາງຂຶ້ນເລັກນ້ອຍ, ເຮັດໃຫ້ທາງເດີນຫາຍໃຈລ່ວງດີ, ປິດດັງ, ແລະ ຈັດການຊ່ວຍຫາຍໃຈ ດ້ວຍປາກທີ່ມີການປ້ອງກັນເປັນຢ່າງດີ. • ຮັກສາອຸນະພູມປົກກະຕິຂອງຮ່າງກາຍ (ບໍ່ເຢັນເກີນໄປ ແລະ ບໍ່ຮ້ອນເກີນໄປ) ແລະ ຍົກຂາຂຶ້ນສູງກວ່າລະດັບຫົວໃຈປະມານ 20-30 ຊມ (7-12 in). • ຫ້າມເລືອດ ດ້ວຍການນຳໃຊ້ ການບີບກົດ ຫຼື ຍົກໃຫ້ສູງຂຶ້ນ, ບໍ່ແມ່ນດ້ວຍສາຍຫັດຫ້າມເລືອດ
3.9.ພາຍຫຼັງເກີດອັນຕະລາຍຂຶ້ນແລ້ວ, ຈຶ່ງກວດກາເບິ່ງ ຄວາມເສຍຫາຍ	ຕາມສະພາບການຕ່າງໆຄວນປະຕິບັດດັ່ງລຸ່ມນີ້: • ແກ້ດສ: ກວດກາເບິ່ງ ການຮົ່ວໄຫຼ. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານໄດ້ກິນອາຍແກັສ, ໄດ້ຍິນສຽງລະເບີດ ຫຼື ສຽງຟິວ ຫຼືເຫັນສາຍສົ່ງແກັສຂາດ ໃຫ້ເປີດປ່ອງຢ້ຽມ ແລະ ໃຫ້ໝົດທຸກຄົນອອກໄປນອກເຮືອນ ແລະຫ່າງຈາກເຂດນັ້ນຢ່າງໄວທີ່ສຸດ. ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນທັນທີ. ດັບມອດທຸກແປວໄຟ, ແລະ ບໍ່ໃຫ້ຈຸດໄຟ ບໍ່ວ່າປະເພດໃດກໍຕາມ. ຢ່າແຕະຕ້ອງສະວິດເປີດປິດໄຟ.

- ໄຟຟ້າ: ຖ້າຫາກວ່າ ຮ່າງກາຍຂອງທ່ານຫຼື ອຸປະກອນໃດໜຶ່ງ ຖືກນ້ຳ ຈົ່ງຢ່າແຕະຕ້ອງ ວົງ ຈອນໄຟຟ້າ ຫຼືເຄື່ອງມືໄຟຟ້າ. ຢ່າແຕະຕ້ອງ ສາຍໄຟ ຫຼື ເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າ ທີ່ຊຸດໂຊມ ທີ່ສູງບ ຕິດຕໍ່ກັບສາຍໄຟນັ້ນ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້ ກໍຈົ່ງປິດ ໄຟ ທີ່ຕັ້ງໄຟ ແລະກວດກາຄວາມເສຍຫາຍ. ຖ້າ ຫາກວ່າໄຟດັບ, ຈົ່ງຖອດປັກສູບໄຟເພື່ອປ້ອງ ກັນຄື້ນໄຟຟ້າຂຶ້ນລົງບໍ່ເປັນປົກກະຕິ ເມື່ອໄຟຟ້າ ກັບຄືນມາ. ຖ້າຫາກວ່າມີສະພາບທີ່ບໍ່ປອດໄພດ ຈົ່ງອອກໄປ ແລະ ຮ້ອງຂໍການຊ່ວຍເຫຼືອ.
- ຮ່ອງລະບາຍນ້ຳເສຍ. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານສົງໄສວ່າ ລະບົບຮ່ອງລະບາຍນ້ຳເປ່ເພ, ຈົ່ງຫຼີກລຽງການ ໃຊ້ວິດຖ່າຍ ແລະ ກ້ອນນ້ຳ. ໃຫ້ໜ່ວຍບໍລິການ ບຳບັດນ້ຳເສຍຈາກຖັງເກັບນ້ຳເສຍຢ່າງເປັນ ປະຈຳທຸກປີ.
- ນ້ຳ. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານສົງໄສວ່າມີການເປ່ເພ, ຈົ່ງປິດວາວນ້ຳເຂົ້າ. ຫຼີກລຽງການໃຊ້ນ້ຳ, ນອກ ຈາກການໃຊ້ນ້ຳຈາກ ເຄື່ອງເຮັດນ້ຳອຸ່ນທີ່ບໍ່ເປ່ເພ ຫຼືນ້ຳ ກ້ອນ ທີ່ເຮັດໄວ້ກ່ອນໜ້າຜົນກະທົບ ຂອງ ຄວາມອັນຕະລາຍ.

	ເຄື່ອງດູດອາກາດ. ທຳຄວາມສະອາດ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ຢ່າງລະມັດລະວັງ. ວາງໄວ້ບ່ອນທີ່ມີອາກາດຖ່າຍເທ. ເອົາທາດແຫຼວໄວໄຟ ໃຫ້ຫ່າງອອກຈາກແຫຼ່ງທຳຄວາມຮ້ອນ. ເອົາໃຈໃສ່ເປັນພິເສດ ຕໍ່ທາດແຫຼວໄວໄຟ ເຊັ່ນ: ນ້ຳມັນແອັດຊັງ, ທາສີດ້ວຍທາດແຫຼວ ທີ່ມີຄວາມເປົາ ແລະ ຄວາມບາງ
3.6. ຮັກສາລາຍລະອຽດຂອງການຕິດຕໍ່ສື່ສານ	ຮັບປະກັນວ່າ ບ້າຍຖະໜົນ ແລະ ເລກທີ່ເຮືອນ ແມ່ນເຫັນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຮັດການຕອບໂຕ້ຕໍ່ ເຫດການສຸກເສີນ ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້
3.10. ການຮັກສາສຸຂະພາບພາຍຫຼັງທີ່ເກີດໄພອັນຕະລາຍ	- ຮັກສາຂໍ້ມູນຂ່າວສານທີ່ສຳຄັນຕໍ່ສຸຂະພາບ ໄວ້ກັບຕົນເອງ - ໂດຍສະເພາະຖ້າຫາກວ່າທ່ານມີພະຍາດປະຈຳຕົວ ເຊັ່ນເປັນເປົາຫວານ, ພະຍາດຫົວໃຈ ຫຼື ຕ້ອງການໃຫ້ມີການຊູຊົບຢ່າງເປັນປະຈຳ ຫຼື ມີຢາປະຈຳ - ຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງດ້ວຍການອອກກຳລັງກາຍ ແລະ ພັກຜ່ອນໃຫ້ພຽງພໍ. - ດື່ມນ້ຳສະອາດທີ່ສະອາດ. ກິນອາຫານທີ່ ເໝາະສົມຕາມສະພາບແວດລ້ອມຈະອຳນວຍ. - ໃສ່ເກີບ, ເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມ ແລະ ຖົງມື ເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງ

	ຖ້າຫາວ່າທ່ານເຮັດວຽກໃນບ່ອນທີ່ມີສາກສະລັກ ທັກພັງ, ຈົ່ງລ້າງມືໃຫ້ສະ ອາດ ຢ່າງລະອຽດ ດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດ.
ແຜນປ້ອງກັນໄພອັນຕະລາຍ ໃນຄົວເຮືອນ 4. ກຽມພ້ອມເພື່ອຕອບໂຕ້: ການຈັດຫາ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
4.1. ກວດກາເບິ່ງ ໂທລະສັບຂອງທ່ານ	ຮັບປະກັນວ່າ ຢ່າງໜ້ອຍ ທ່ານມີ ໂທລະສັບມືຖື ໜຶ່ງໜ່ວຍທີ່ສາມາດໃຊ້ໄດ້, ສຳລັບໂທລະສັບ, ຈົ່ງກະກຽມແບັດເຕີຣີເສີມ ແລະ ບັດເຕີມມູນຄ່າ
4.2. ເກັບກັກຮັກສານ້ຳ ແລະ ອາຫານ	- ກະກຽມອາຫານ, ນ້ຳດື່ມໃຫ້ໄດ້ 1 ອາທິດ ແລະ ມີຢາປົວພະຍາດ ເຊັ່ນ: ອາຫານແຫ້ງ, ໝີ່ແຫ້ງ, ປາກະປ່ອງ, ຊີ້ນແຫ້ງ. - ຮັກສານ້ຳໃຫ້ສະອາດ ແລະ ເອົາຝາປິດຖັງ
4.3. ກຽມພ້ອມຮັບມື ແລະ ກັບສະຖານະການ ສຸກເສີນສຳລັບຄົວເຮືອນ, ບ່ອນເຮັດວຽກ ແລະ ໂຮງຮຽນ	ກຽມພ້ອມອຸປະກອນໃນການຕອບໂຕ້ເຫດການສຸກເສີນ ເຊັ່ນ: - ຂໍ້ມູນບ່ອນຕິດຕໍ່ພົວພັນໃນພາວະສຸກເສີນ ແລະ ເອກະສານສຳຄັນ - ເກັບຮັກສານ້ຳດື່ມ 25 ລິດ (7 ແກນລອນ) ຕໍ່ ຄົນ/ອາທິດໂດຍອີງຕາມການຄິດໄລ່ 2 ລິດເພື່ອ ດື່ມກິນ ແລະ 2 ລິດເພື່ອໃຊ້ໃນການອານະໄມສຳ ລະລ້າງ ລວມທັງຈັດຫາສຳລັບສັດລ້ຽງໃຫ້ປ່ຽນ ຖ່າຍນ້ຳໃນທຸກໆ 6 ຊົ່ວໂມງ. ຄວນເອົາໃຈໃສ່

	ອາຫານສຳລັບເດັກອ່ອນ ແລະ ອາຫານເສີມສຳລັບສັດລ້ຽງ (ຄວນເບິ່ງວັນໝົດອາຍຸຂອງອາຫານທີ່ໃຊ້) • ຊຸດປະຖົມພະຍາບານ ແລະ ຢາທີ່ຈຳເປັນຄວນມີໄວ້ເປັນປະຈຳ • ກະກຽມໄຟສາຍ/ໂຄມໄຟສັນຍານ- ອາດຈະໃຊ້ພະລັງແສງຕາເວັນ ຫຼື ພະລັງລົມ ຫຼື ມີແບັດເຕີຣີສຳຮອງເພີ່ມເຕີມ. • ຖົງຢາງແລະເຊືອກມັດສຳລັບກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອສ່ວນບຸກຄົນ • ນ້ຳຢາເພື່ອຟອກໃຫ້ນ້ຳສະອາດ (ຫິນສົ້ມ, ຄໍຣລິນ) • ຜ້າຢາງ ແລະ ທໍ່ປລາສະຕິກ ເພື່ອປິດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອປິດອຸປະກອນທີ່ເປັນຄວາມອັນຕະລາຍ • ເຈ້ຍຂາວ ແລະ ບິກເຟີດ • ມີດນ້ອຍ ອະເນກປະສົງຂະໜາດພົກພາ • ກັບໄຟ • ໝາກຫວິດ ເພື່ອສົ່ງສັນຍານຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ • ໂທລະສັບພ້ອມແບັດເຕີຣີ ສຳຮອງ • ເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມແລະເຄື່ອງອາບນ້ຳຊຳລະຮ່າງກາຍ, ລວມທັງເສື້ອກັນຝົນ, ເຄື່ອງນຸ່ງຊ້ອນໃນເພື່ອປ່ຽນ
--	--

	ຖ່າຍ, ເກີບທີ່ມີຄວາມທົນທານ ແລະຖົງມືເພື່ອເຮັດວຽກ. • ເຄື່ອງນອນໝອນມຸ້ງ ແລະ ຜ້າເຊັດຕົວ • ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວເພື່ອຕອບສະໜອງຕາມຄວາມຕ້ອງການຂອງສະມາຊິກແຕ່ລະຄົນໃນຄອບຄົວໝວມທັງອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້ເຊັ່ນ: ເຄື່ອງສາຍຮູບພາບ
4.4.ກະກຽມ "ຖົງເຄື່ອງເພື່ອເອົາໄປນຳ" ສຳລັບການອົບພະຍົກ	ກະກຽມຖົງເຄື່ອງເພື່ອການອົບພະຍົກອອກໄປມືດັ່ງນີ້: • ນ້ຳດື່ມສຳລັບພາວະສຸກເສີນ ແລະ ອາຫານໃຫ້ພະລັງງານສູນ • ອຸປະກອນການສື່ສານ ເຊັ່ນ: ວິທະຍຸຕິດຕົວໄປໄດ້ (ແບັດເຕີຣີ ສຳຮອງ) • ຊຸດປະຖົມພະຍາບານ ແລະ ຢາ ຕາມແພດໝໍສັ່ງ • ເຄື່ອງມື ລວມທັງໄຟສາຍ/ໄຟສັຍານ (ພະລັງແສງຕາເວັນ, ພະລັງລົມ ຫຼືແບັດເຕີຣີ ສຳຮອງ) • ເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມ ລວມທັງເສື້ອກັນຝົນ, ເຄື່ອງນຸ່ງຊ້ອນໃນເພື່ອປ່ຽນຖ່າຍ, ເກີບທີ່ມີຄວາມທົນທານ ແລະຖົງມືເພື່ອເຮັດວຽກ • ຜ້າທີ່ມີຖົງນອນ ສຳລັບພາວະສຸກເສີນ • ເຄື່ອງອາບນ້ຳຊຳລະຮ່າງກາຍ ແລະ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວ • ຂໍ້ມູນບ່ອນຕິດຕໍ່ພົວພັນໃນພາວະສຸກເສີນ ແລະ ສຳເນົາເອກະສານສຳຄັນ

	ເງິນສົດ ນຳເອົາຖົງນີ້ໄປນຳ ໃນເວລາອົບພະຍົບອອກໄປ.
4.5.ບຳບັດນ້ຳ ໃຫ້ ສະອາດ	ເຖິງແມ່ນວ່ານ້ຳທີ່ເບິ່ງດ້ວຍຕາເປົ່າວ່າໃສສະອາດ ແຕ່ ວ່ານ້ຳນັ້ນອາດຈະມີການປົນ ເປື້ອນ. ຖ້າຫາກວ່າ ບໍ່ສາມາດບຳບັດນ້ຳໃຫ້ສະອາດ, ຈົ່ງປະຕິບັດດັ່ງນີ້: - ເອົາຂອງແຂງອອກ ດ້ວຍການຕອງນ້ຳຜ່ານຜ້າ ຫຼື ປະໃຫ້ຕະກອນຈົມລົງພື້ນ ແລະ ຄ່ອຍໆຖອກນ້ຳ ໃສ່ໃສ່ພາສະນະສະອາດ. - ຕົ້ມນ້ຳໃຫ້ຟົດ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ນາທີ ຫຼື ປະໃຫ້ນ້ຳ ຟົດຈົນເດືອດແຮງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນປະໄວ້ໃຫ້ເຢັນລົງ - ໃສ່ຢາຄໍຣລິນ, ຄົນໃຫ້ທົ່ວ, ແລະ ປະໄວ້ປະມານ 30 ນາທີ (ຢາຄໍຣລິນ 1 ຢອດ ຕໍ່ນ້ຳ 1 ລິດ, 8 ຢອດ ຕໍ່ນ້ຳ 1 ແກນລອນ, ຫຼື 1 ຝາ ເຕັມຕໍ່ຖົງສຸ ລິການ 20 ລິດ) - ຫຼືຖ້າຫາກມີທາງເລືອກ-ໃຫ້ເອົານ້ຳໃສ່ຖົງຢາງ ປລາສະຕິກໃສ, ຂວດປຣາສະຕິກໃສ ຫຼື ແກ້ວໃສ ແລະ ວາງໃສ່ບ່ອນມີແສງແດດ ເປັນເວລາ 6 ຊົ່ວ ໂມງ. - ໃນທຸກກໍລະນີ, ຈົ່ງເກັບຮັກສານ້ຳໃນພາສະນະທີ່ ສະອາດ

ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄພແຫ້ງແລ້ງ



1. ໄພແຫ້ງແລ້ງ: ປະເມີນສະພາບ & ການວາງແຜນ

ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ວາງແຜນການເພື່ອ ປັບປຸງການຮັບປະກັນ ສະບຽງອາຫານ ໃນຄົວ ເຮືອນ ຂອງທ່ານ ໃຫ້ດີຂຶ້ນ	• ຊີ້ປະກັນໄພ ຜົນລະປູກ • ເຮັດສວນຄົວ ໃສ່ຍໍລິເວນຫຼັງບ້ານ • ສ້າງຕັ້ງທະນາຄານ ແນວພັນພືດພັນ • ເກັບກັກສະບຽງອາຫານເພື່ອນໍາໃຊ້ໃນເວລາຂາດເຂີນ • ສ້າງລາຍຮັບເພີ່ມເຕີມເພື່ອຮັບປະກັນໃນເວລາຂາດແຄນອາຫານ • ຕິດຕາມກວດກາສະພາບຂອງທົ່ງຫັຍາ ແລະ ຫຍ້າແຫ້ງສໍາລັບສັດລ້ຽງ

2. ໄພແຫ້ງແລ້ງ: ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ: ທາງດ້ານວັດຖຸ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ

ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
---------------	-------------------------

2.1. ເຂົ້າຮ່ວມການຈັດການ ແລະ ຄຸ້ມຄອງນ້ຳຂອງຊຸມຊົນ	• ປົກປັກຮັກສາ ບໍລິເວນແຫຼ່ງນ້ຳ ບໍ່ໃຫ້ນ້ຳລະເຫີຍອາຍ ແລະ ປົນເປື້ອນຈາກສານເຄມີ ເຊັ່ນ:: ຢາຂ້າແມງໄມ້
2.2. ປ້ອງກັນການຕັດໄມ້ຖາງປ່າ ແລະ ດຳເນີນການປູກຕົ້ນໄມ້ຄືນໃໝ່	• ປ້ອງກັນ ບໍລິເວນແຫຼ່ງນ້ຳ ບໍ່ໃຫ້ມີການປົນເປື້ອນຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ • ປູກຕົ້ນໄມ້ຄືນໃໝ່ ໃສ່ ບໍລິເວນແຫຼ່ງນ້ຳ
2.3. ຮັກສານ້ຳ ໃນພື້ນດິນດ້ວຍການປະຕິບັດ ດ້ານກະສິກຳ ແລະ ດ້ານພູມມີປະເທດ ແບບຍືນຍົງ	• ປູກຕົ້ນໄມ້ - ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ສາຍພັນໄມ້ທີ່ຕ້ອງການນ້ຳ ໜ້ອຍ - ແລະ ມີໃບໄມ້ເປື້ອຍເໜົາເປັນຝຸ່ນ ຕາມບໍລິເວນອ້ອມແອ້ມ • ນຳໃຊ້ ໄປໄມ້ເໜົາເປື້ອຍ ຂອງ ຂອງພືດພັນອື່ນໆ ເພື່ອ ເກັບກັກຮັກສານ້ຳ ແລະ ລຸດຜ່ອນການລະເຫີຍອາຍນ້ຳ • ນຳໃຊ້ນ້ຳໃນຊົນລະປະທານໃຫ້ຖືກຕ້ອງ ແລະ ເໝາະສົມ • ຫຼີກເວັ້ນ ການນຳໃຊ້ນ້ຳໃນປ່ອຍໃຫ້ນ້ຳໃນຊົນລະປະທານເສຍໄປໂດຍບໍ່ເກີດຜົນປະໂຫຍດຍ້ອນຄອງຊົນລະປະທານບໍ່ມີຄຸນນະພາບ ພັງເພ ເກັບກ່ຽວຜົນລະປູກທີ່ສຸກກ່ອນ, ແລະ ທົນທານຕໍ່ຄວາມແຫ້ງແລ້ງ • ຫລຸດຜ່ອນການໄຫຼໜີ ແລະ ຊຶມລົງດິນ ຂອງນ້ຳຝົນ ດ້ວຍການປູກສິ່ງກົດຂວາງເຊັ່ນ: vetiver, ຫົວສິງໄຄ ແລະ ຫ້ວນຫາງແຂ້

- ປູກຝັງພືດແບບຫຼາກຫຼາຍສາຍພັນ ແບບປະສົມປະສານ ເພື່ອປັບປຸງຜົນລະປູກ ໃຫ້ສົມບູນຂຶ້ນດ້ວຍການໃຫ້ພືດຊ່ວຍໃນການປັບຕົວຂອງພືດເອກງ.
- ຫຼີກລຽງກະສິກຳແບບຖາງປ່າເຮັດໄຮ່ປະຕິບັດການກະສິກຳແບບອານຸລັກຮັກສາສິ່ງແວດລ້ອມລວມມີດັ່ງນີ້:
- ຮັບປະກັນວ່າບໍ່ໃຫ້ດິນເຊື່ອມໂຊມດ້ວຍການໃຊ້ເຄື່ອງຈັກໃນການກຽມດິນ ແລະ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ດິນເຊາະເຈື່ອນ
- ປົກປັກຮັກສາ ແລະ ການຄຸ້ມຄອງ ຊັ້ນໜ້າດິນ ເພື່ອເປັນການຮັກສາດິນດ້ວຍຊີວະພາບ ແລະ ປູກຝັງແບບຊີວະພາບ ປະຕິບັດ ການປູກພືດໝູນວຽນ ຫຼາຍກ່ວາ 2 ຊະນິດພືດພັນຂຶ້ນໄປ
- ເພີ່ມທະວີ ຝຸ່ນໃນດິນ ແລະ ການຮັກສານ້ຳຂອງດິນດ້ວຍການນຳໃຊ້ຝຸ່ນບົ່ມ ຈາກຂີ້ສັດ ແລະ ໃບໄມ້ ເພື່ອເພີ່ມທາດບຳລຸງ ແລະ ຊີວະພາບໃຫ້ດິນ
- ປ່ຽນລະບົບການນຳໃຊ້ນ້ຳໃຫ້ແບບ ສະບັງເກີ (ຫົວຊີດ) ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ສິ້ນເປືອງນ້ຳ ປູກຫຍ້າໃສ່ທາງເຂົ້າບ້ານ ແລະ ປູຢາງຕາມທາງ ແທນຄອນກຣີດ

2.4.ປົກປ້ອງຕົນເອງຢູ່ໃນເຮືອນຊານຂອງທ່ານ	• ປົດປະຕູແລະປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຄວາມຮ້ອນຈາກພາຍນອກເຂົ້າມາ • ສ້າງໃຫ້ມີລົມຕາມທຳມະຊາດພັດເປົ່າພາຍໃນເຮືອນ • ດື່ມນ້ຳໃຫ້ຫຼາຍທີ່ສຸດ • ຈຳກັດການໃຊ້ເຕົາໄຟ ແລະ ໝໍ້ໄຟ
2.5. ປະຢັດນ້ຳ ດ້ວຍການລຸດຜ່ອນການໃຊ້ນ້ຳນອກເຮືອນໃຫ້ໜ້ອຍລົງ	• ກວດກາທໍ່ນ້ຳ ແລະ ກ່ອກນ້ຳນອກເຮືອນເບິ່ງວ່າມີການຊຶມຮົ່ວໄຫລ ແລະ ສ້ອມແປງໃຫ້ດີ • ເກັບຮັກສານ້ຳໄວ້ໃນລະດັບຄົວເຮືອນ • ປົກປິດນ້ຳສ້າງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ນ້ຳ ລະເທີຍອາຍ • ເກັບຮັກສານ້ຳຝົນໃສ່ຖັງໄວ້ເທິງຫ້າດິນ ຫຼືໃຕ້ດິນ (ໝາຍເຫດ: ອາດຈຳ ເປັນຕ້ອງກັ່ນຕອງນ້ຳ ກ່ອນເພື່ອໃຫ້ປອດໄພສຳລັບດື່ມ) • ນຳໃຊ້ສິ່ງທົດແທນນ້ຳ ທີ່ເປັນທາງເລືອກ (ຍົກຕົວຢ່າງ: ໃຊ້ດິນຊາຍ ເພື່ອພັດລ້າງ) • ຫຼີກລຽງການຕັດຖາງຫຍ້າຫຼາຍເກີນໄປ ແລະ ຈັດການຄຸ້ມຄອງ ອັດຕາສ່ວນການຕັດກ່ຽວຫຍ້າ • ນຳໃຊ້ຄືນໃໝ່ “ນ້ຳສີເທົາ” ເພື່ອລ້າງ ວິດຖ່າຍ, ເພື່ອເປັນຂ້າຊົນລະປະທານ ແລະ ທົດສວນອອ້ມບ້ານ. ນຳໃຊ້ນ້ຳລ້ຽງປາ ເພື່ອເອົາໄປທົດຕົ້ນໄມ້.

	• ຫລຸດຜ່ອນການບໍລິໂພກນໍ້າ ດ້ວຍການຈັດສັນດິນ ປູກພືດທີ່ບໍ່ຕ້ອງການນໍ້າຫຼາຍ ແລະ ຕົບແຕ່ງສວນຫີນແທນ. ຮັກສານໍ້າອກເຮືອນດ້ວຍການທຳຄວາມສະອາດທາງເຂົ້າເຮືອນດ້ວຍຟອຍປັດ (ບໍ່ແມ່ນເອົານໍ້າສົດໃສ່), ລ້າງລົດດ້ວຍການຕັກນໍ້າໃສ່ຄູ, ແລະປົກປິດສະລອຍນໍ້າເພື່ອບໍ່ໃຫ້ນໍ້າລະເຫີຍອາຍ • ບ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ນໍ້າຮ້ອນດ້ວຍການຝັງທໍ່ນໍ້າລົງດິນ • ແຫ່ລງນໍ້າທີ່ຄົນ ແລະ ສັດໃຊ້ນໍ້າຮ່ວມກັນ ໃຫ້ຊອກຫາທາງເລືອກອື່ນແທນ
2.6. ປະຢັດນໍ້າ ດ້ວຍການລຸດຜ່ອນການໃຊ້ນໍ້າ ພາຍໃນເຮືອນໃຫ້ໜ້ອຍລົງ	• ກວດກາທໍ່ນໍ້າ ແລະ ກ້ອນນໍ້າ ແລະ ວິດຖ່າຍເບິ່ງວ່າມີການຊຶມຮົ່ວ ຫຼືບໍ່, ແລະ ສ້ອມແປງໃຫ້ດີ • ປະຢັດນໍ້າປະປາໃນເຮືອນ. ຍົກຕົວຢ່າງເຊັ່ນ: • ປັດກ້ອນນໍ້າໃນເວລາ ຖູແຂ້ວ ຫຼືແຖໜວດ • ໃຊ້ເວລາອາບນໍ້າໃຫ້ສັ້ນລົງ • ຕິດຕັ້ງກອກນໍ້າມີອາກາດຜ່ານໄດ້ ແລະ ຫົວຟັກບົວອາບນໍ້າ ທີ່ມີປະ ລິມານນໍ້າໄຫຼຕ່ຳ ແທນການອາບນໍ້າດ້ວຍການຕັກດວ້ຍໂອ • ລ້າງຜັກໃສ່ຊາມ ແທນທີ່ການເປີດກ້ອນນໍ້າໄຫຼຜ່ານ • ຕິດຕັ້ງວິດຖ່າຍຊຸມ ຫຼືວິດຖ່າຍ ດ້ວຍບໍລິມາດຖັງນໍ້ານ້ອຍ, ຫຼື ວາງກ້ອນດິນຈີ່ ຫຼືຖົງນໍ້າປິດແຈບ

	ໄວ້ໃນຖັງນ້ຳສູ່ລ້າງຂອງວິດຖ່າຍ ເພື່ອລຸດ ຜ່ອນ ປະລິມານນ້ຳລົງ • ລ້າງຖ້ວຍຈານ ດ້ວຍການເອົານ້ຳໃສ່ 2 ຊາມ ແທນທີ່ການເປີດກ້ອນນ້ຳໄຫຼຜ່ານ • ໃນຈັກຊັກເຄື່ອງ, ຕັ້ງລະດັບນ້ຳໃຫ້ເໝາະສົມກັບ ປະລິມານເຄື່ອງຊັກ, ຫຼື ຊັກເຄື່ອງກໍຕໍ່ເມື່ອມີ ເຄື່ອງຊັກເຕັມຖັງເທົ່ານັ້ນ
--	---

ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄພແຜນດິນໄຫວ



1. ໄພແຜ່ນດິນໄຫວ: ປະເມີນສະພາບ ແລະ ການວາງແຜນ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ກຳນົດເອົາສະຖານທີ່ທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດ	• ຊອກຫາບ່ອນປອດໄພທີ່ສຸດໃນອາຄານເຮືອນຂອງທ່ານ, ແລະໃນແຕ່ລະຫ້ອງ. ບ່ອນດັ່ງກ່າວຕ້ອງຫ່າງໄກຈາກ ຝາດ້ານນອກ, ຝາກັ້ນພາຍໃນທີ່ບໍ່ປອດໄພ, ປ່ອງ ຍັງມ, ແກ້ວກະຈົກ ແລະ ສິ່ງຂອງໃຫຍ່ແລະໜັກ ທີ່ສາມາດລົ້ມລົງມາໄດ້, ລິ້ນໄຫຼ ຫຼື ປະທະກັນເອງ, ຫຼືສິ່ງຂອງຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ເຄື່ອງທຳຄວາມອຸ່ນ ແລະ ເຕົາຝັງທີ່ສາມາດສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໄພໄໝ້ • ຢູ່ນອກເຮືອນຂອງທ່ານ, ບ່ອນປອດໄພທີ່ສຸດແມ່ນບ່ອນທີ່ຫ່າງໄກຈາກຄວາມອັນຕະລາຍຈາກສິ່ງຂອງດ້ານເທິງຈະຕົກໃສ່ຫົວຫົວ
1.2. ກຳນົດລາຍການທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານເສຍຊີວິດ ຫລື ໄດ້ຮັບບາດເຈັບ ແລະ ຫາວິທີ	• ກຳນົດສິ່ງຂອງພາຍໃນອາຄານ ແລະບໍລິເວນອ້ອມແອ້ມ ທີ່ສາມາດລົ້ມລົງມາໄດ້, ລິ້ນໄຫຼ ຫຼື ປະທະກັນເອງ ໃນເວລາເກີດ ແຜ່ນດິນໄຫວ.

ເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມປອດໄພ ຈາກສິ່ງເຫລົ່ານັ້ນ	ຍົກຍ້າຍ ອອກໄປ ຫຼື ຊອກຫາຊ່ອງທາງທີ່ມີ ຄວາມປອດໄພທີ່ສຸດ ຍົກຍ້າຍ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ມີຄວາມປອດໄພ ແກ່ສິ່ງ ຂອງທີ່ອາດຈະລົ້ນຕົກລົງມາ ແລະ ຕົ້ນທາງອອກ
1.3. ຢ່າຫົລງເຊື້ອຂ່າວ ທີ່ບໍ່ມີມູນຄວາມຈິງ	ອີງໃສ່ ຂໍ້ມູນຄວາມປອດໄພ ທີ່ມີຫຼັກຖານດ້ານ ວິທະຍາສາດ. ຢ່າເຜີຍແຜ່ ສູງໆຊຸບຊິບ ຫຼື ຄຳຊ່າ ລື ກ່ຽວກັບສາເຫດ ຫຼືຜົນກະທົບ ຂອງຄວາມ ອັນຕະລາຍ. ມີຫຼາຍຂໍ້ມູນ ຊຶ່ງບໍ່ເປັນທີ່ຍອມຮັບ
2. ແຜ່ນດິນໄຫວ: ການຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ: ສິ່ງປຸກສ້າງ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	
2.1 ຄັດເລືອກ ທີ່ຕັ້ງຢ່າງ ປອດໄພ ສຳລັບເຮືອນ ຂອງທ່ານ	- ຮ່ວມກັບອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນກຳນົດຈຸດ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງສຸດ ຕໍ່ເຫດການແຜ່ນ ດິນໄຫວ ໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງຕົນ. - ປຸກເຮືອນໃສ່ພື້ນທີ່ທີ່ມີຄວາມແຂງແກ່ນ(ຫຼືເວົ້າໄດ້ ວ່າ ໃສ່ບ່ອນທີ່ມີດານຫີນແຂງໃນພື້ນທີ່ເລິກ ແລະ ບໍ່ມີຮອຍແຕກແຫງຂອງດິນ) - ຫລີກລ່ຽງໄພອັນຕະລາຍໄກ້ຕົວໂດຍການອອກໄປ ຢູ່ສະຖານທີ່ທີ່ເປົ່າຫວ່າງຂອງຕຶກອາຄານ, ຊຶ່ງບໍ່ ສາມາດກົດກັນຜູ້ອື່ນໃນເວລາມີການສັ່ນສະເທືອນ ຂອງເຫດການແຜ່ນດິນໄຫວ. - ຄັດເລືອກທີ່ຕັ້ງເຮືອນຂອງທ່ານໃນສະຖານທີ່ທີ່ ປອດໄພ, ຫຼີກລຽງການປຸກສ້າງເຮືອນໃສ່ດິນຄ້ອຍ ຊັນ ທີ່ບໍ່ໝັ້ນຄົງ ຫຼືຕາມທີ່ຕັ້ງທີ່ນ້ຳຊຶມ, ທີມະຖະ

	ລົມ ຫຼື ນ້ຳຖ້ວມລົ້ນ ຈາກຄື້ນສູນາມີ, ຈາກໄພນ້ຳຖ້ວມ ຫຼື ເຂື່ອນແຕກພັງ • ຫຼີກລຽງການປຸກສ້າງເຮືອນໃສ່ຈຸດ ເທິງ ຫລື ຢູ່ໃນໄລຍະ 15 ແມັດ ຈາດບ່ອນທີ່ຮູ້ວ່າມີຮອຍແຕກແຫງຂອງຈຸດແຜ່ນດິນໄຫວ
2.2 ສ້າງ ແລະ ສ້ອມແປງ ເຮືອນຂອງທ່ານໂດຍ ຄຳນຶງເຖິງຄວາມສ່ຽງ ຈາກແຜ່ນດິນໄຫວ	• ການເຫັນຖິງຂອງເຮືອນ ໃນເວລາເກີດແຜ່ນດິນໄຫວ ແມ່ນຂຶ້ນກັບ ຖານທີ່ຕັ້ງ, ຮູບຮ່າງ, ການອອກແບບລະບົບໂຄງສ້າງ, ອຸປະກອນການກໍ່ສ້າງ, ແລະ ລະບຽບໃນການກໍ່ສ້າງ. ດີທີ່ສຸດເຮືອນຕ້ອງມີຄວາມແຂງແຮງ ແລະ ມີຄວາມຍືດຍຸ່ນ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີການເປ່ເພເມື່ອມີການສັ່ນສະເທືອນຈາກແຜ່ນດິນໄຫວ • ປະຕິບັດຕາມບັນດາຫຼັກການ ການກໍ່ສ້າງແບບຕົ້ນທານກັບ ແຜ່ນດິນໄຫວ • ປະຕິບັດກົດລະບຽບການກໍ່ສ້າງອາຄານຢ່າງເຂັ້ມຫງວດ ໃນພື້ນທີ່ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ແຜ່ນດິນໄຫວ • ຄັດເລືອກເອົາສະຖານທີ່ຕັ້ງ ທີ່ເໝາະສົມ ຕາມໂຄງສ້າງຂອງດິນ, ສະພາບ ດິນ ແລະ ປະເພດການກໍ່ສ້າງ • ຄັດເລືອກເອົາຊົງເຮືອນ 4 ຫຼ່ຽມແບບງ່າຍໆ (ຊຶ່ງຕາມປົກກະຕິແລ້ວແມ່ນ ຊົງ 4 ແຈສາກ)

	• ຮັບປະກັນວ່າ ພາກສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງລະບົບ ໂຄງສ້າງ (ເຊັ່ນເສົາ, ຄານ, ຂີ້, ຂ້າວແລະ ຝາ ເຮືອນ) ຕິດຕໍ່ກັນ ຢ່າງສະເໝີ ເປັນຢ່າງດີ • ນຳໃຊ້ວັດສະດຸກໍ່ສ້າງ ທີ່ເໝາະສົມ ທັງປະລິມານ ແລະ ຄຸນນະພາບ • ປ້ອງກັນເຮືອນຂອງຕົນ ຈາກຄວາມເສຍຫາຍ ຍ້ອນນ້ຳ ແລະ ຄວາມຊຸ່ມ • ກວດສອບຄືນ ຄວາມປອດໄພລວມຂອງ ອາຄານ ເຮືອນຂອງທ່ານ ເປັນແຕ່ລະໄລຍະ
2.3 ສ້ອມແປງ ແລະ ກອບກູ້ຊີວິດ	• ບໍ່ວ່າທ່ານຈະເປັນເຈົ້າຂອງເຮືອນຫຼືຜູ້ເຊົ່າເຮືອນກໍຕາມ, ມີຫຼາຍສິ່ງທີ່ທ່ານສາ ມາດ ເຮັດໄດ້ເພື່ອ ປັບປຸງ ໂຄງສ້າງຂອງເຮືອນໃຫ້ດີຂຶ້ນ. ບໍ່ວ່າສິ່ງໃດກໍຕາມ ທີ່ທ່ານເຮັດເພື່ອເສີມສ້າງຄວາມ ເຂັ້ມແຂງ ຂອງເຮືອນ ກໍລ້ວນແຕ່ເປັນການຫລຸດ ຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕາຍ ແລະ ການໄດ້ຮັບ ບາດເຈັບ. • ບ່ອນໃດທີ່ເປັນໄປໄດ້, ຈົ່ງປຶກສາກັບນັກວິຊາວະ ກອນທີ່ມີຄຸນນະວຸດ ຫຼື ນັກອາ ຊີບທີ່ມີຄວາມ ຊຳນານເພື່ອຊ່ວຍຊອກຫາຈຸດອ່ອນຂອງອາຄານ, ເຮືອນຂອງຕົນ ແລະ ສ້ອມແປງຄືນ. • ກວດກາເບິ່ງດັ່ງນີ້: • ຖານທີ່ຕັ້ງຖືກຕ້ອງ

	• ຝາ ບໍ່ມີຄວາມໜາແໜ້ນ • ເສົາ ແລະ ຄານ ບໍ່ຕໍ່ເນື່ອງກັນ • ຄວາມເສຍຫາຍຂອງຄອນກຣີດ • ໄມໂດກ • ທີ່ຊຸດໂຊມບໍ່ໄດ້ມາດຕະຖານ • ຊ່ອງຫວ່າງຄານ ແລະ ເສົາຂອງອາຄານມີການຄ້ຳຊູກັນຢ່າງແໜ້ນໜາ • ກວດກາເບິ່ງວ່າມີການດັດແປງ ຫຼື ແກ້ໄຂ ອາຄານທີ່ອາດຈະມີຜົນກະທົບໃນທາງລົບ ຕໍ່ຄວາມປອດໄພ ຂອງໂຄງສ້າງ • ປະຕິບັດການສ້ອມແປງຄືນ. ແມ່ນແຕ່ການສ້ອມແປງຄືນໃໝ່ ພຽງເລັກນ້ອຍ ກໍມີປະສິດທິຜົນຕໍ່ການປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ໂຄງສ້າງທັງໝົດພັງທະລາຍລົງ, ແລະ ເຮັດໃຫ້ຊີວິດມີຄວາມປອດໄພ.
2.4 ໃນເວລາປັບປຸງຄືນໃໝ່, ສ້ອມແປງໂຄງຂອງເຮືອນຂອງທ່ານໃຫ້ມີຄວາມທົນທານຕໍ່ແຜ່ນດິນໄຫວ	• ດຳເນີນການປັບປຸງ ໂດຍປະຕິບັດຕາມ ລະບຽບການປຸກສ້າງຂອງທ້ອງຖິ່ນ, ໃນການກໍ່ສ້າງດ້ວຍນັກວິຊາວະກອນທີ່ມີຄວາມຊຳນວນ. • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານປ່ຽນແປງ ໂຄງສ້າງ, ຈຶ່ງເອົາໃຈໃສ່ ບໍ່ຍົກຍ້າຍ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ ສ່ວນໃດກໍຕາມທີ່ຮັບນ້ຳໜັກເກີນ (ເຊັ່ນ: ເສົາ, ຄານ, ຂີ້, ຂ້າວແລະ ຝາເຮືອນ). ມັນສາມາດເຮັດໃຫ້ໂຄງ

	ສ້າງເຮືອນ ອ່ອນແອລົງ ແລະເປັນຜົນກະທົບຕໍ່ ທຸກຄົນໃນອາຄານເຮືອນ
3. ໄພແຜນດິນໄຫວ: ການກຽມພ້ອມເພື່ອຕອບໂຕ້: ການສ້າງທັກສະ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
3.1. ຝຶກຊ້ອມເຫດການໜີ ຈາກແຜນດິນໄຫວຢູ່ໃນ ສະຖານທີ່ຕ່າງໆ	• ຝຶກສ້ອມການໜີຈາກເຫດການແຜ່ນດິນໄຫວ, ນັບທັງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ຄວາມຄິດຕາມສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ແລະ ພິຈາລະນາເຖິງຜົນກະທົບຂອງການສັ່ນສະເທືອນ ແລະ ຊອກຫາສະຖານທີ່ປອດໄພ (ໃນເຮືອນ, ບ່ອນເຮັດ ວຽກ ແລະ ໂຮງຮຽນ).
3.2. ປະຕິບັດການຢ່າງຮີບ ດ່ວນ	• ເຊື່ອໝັ້ນຕໍ່ສະຕິຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຕົນວ່າມີການສັ່ນສະເທືອນຈາກແຜ່ນດິນໄຫວໃນຄັ້ງທໍາອິດ. ອອກຫ່າງຈາກປ່ອງຢ້ຽມ, ແກ້ວກະຈົກ ແລະ ຝາພາຍນອກ ແລະ ສິ່ງຂອງໃຫຍ່ບໍ່ມີຄວາມໝັ້ນຄົງ ແລະ ໜັກ • ຖ້າຫາກວ່າເກີດມີໄຟໄໝ້ຕ້ອງດັບໄຟທີ່ໄໝ້ໃຫ້ໝົດ • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃກ້ປະຕູ, ຈຶ່ງເປີດໄວ້ນ້ອຍໜຶ່ງເພື່ອຮັບປະກັນວ່າ ເມື່ອມັນຜິດຮູບຊົງປະຕູຈະບໍ່ປິດຕາຍ • ຢຸດ, ໝູບລົງ, ຈັບແໜ້ນ ແລະ ປົກຄຸມຕົນເອງ

3.3.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນເຮືອນ, ໃຫ້ນັ່ງຄູ່ເຂົ້າລົງ, ເອົາມືໂອບຫົວແລະ ຄໍ, ແລະ ປົກຄຸມຮ່າງກາຍຂອງຕົນເອງ

- ນັ່ງຊູ່ເຂົ້າລົງ ແລະຫຍໍ້ຕົວໃຫ້ນ້ອຍລົງ, ຄຸມຫົວ ແລະຄໍ, ແລະຮັກສາ ໃບໜ້າຂອງຕົນເອງໄວ້. ຈັບສິ່ງທີ່ຄຸມຕົນເອງໄວ້ແໜ້ນ, ຫຼື ຖືມັນ ເຄື່ອນຍ້າຍໄປນຳ, ຈົນກວ່າການສິ້ນສະເຫຼີອນຢຸດຕິລົງ. ຢ່າພະຍາຍາມແລ່ນ
- “ໝູບລົງ, ປົກຄຸມຕົນເອງ ແລະ ຈັບແໜ້ນ”. ປ້ອງກັນຕົນເອງ ຈາກ ການໄດ້ຮັບບາດເຈັບ ໂດຍສະເພາະແມ່ນປ້ອງກັນຫົວ ແລະ ຄໍ ທົດຕົວ,ແຂນ ແລະ ຂາເຂົ້າໃຫ້ນ້ອຍທີ່ສຸດ ແລະ ຄານໄປບ່ອນທີ່ປອດໄພ.
- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃກ້ໂຕະທີ່ມີຄວາມແໜ້ນໜາ ໃຫ້ເຂົ້າໄປຫລົບຢູ່ກ້ອງໂຕະ.ມີໜຶ່ງຈັບຂາໂຕະໄວ້ແໜ້ນແລະ ອີກມືໜຶ່ງປ້ອງກັນຕາຂອງຕົນໄວ້
- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ເທິງຕຽງ ໃຫ້ເອົາໝອນປ້ອງກັນປ້ອງກັນຫົວຂອງຕົນໄວ້
- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃກ້ໂຊຟາ, ໝູບລົງໃກ້ມັນ ແລະ ໃຊ້ໝອນອີງປ້ອງກັນຫົວແລະ ຄໍຂອງຕົນ
- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານນັ່ງໃນໂຮງຮູບເງົາ ຫຼືເດິນກິລາ, ກອດເອິກຕົນເອງ ແລະ ປ້ອງກັນຫົວ ແລະ ຄໍຂອງຕົນ

	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານນັ່ງ ຢູ່ລື້ເຄື່ອນ, ລັອກມັນໄວ້. • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານບໍ່ສາມາດໝູບລົງ, ປ້ອງກັນຫົວຂອງຕົນໄວ້ດ້ວຍແຂນທັງສອງຂ້າງ • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ບໍ່ສາມາດໝູບລົງພື້ນ, ຢຸດຢູ່ບ່ອນເກົ່າ, ກອດແຂນຕົນເອງໄວ້ • ຢູ່ໃນເຮືອນຈົນກວ່າການສັ່ນສະເກືອນຢຸດລົງແລະ ທ່ານແນ່ໃຈວ່າ ມັນປອດໄພແລ້ວ
3.4. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນເຮືອນຊັ້ນ ລຸ່ມ, ມີຫຼັງຄາທີ່ໜັກ, ຈົ່ງອອກຈາກບ່ອນນັ້ນຢ່າງຮີບດ່ວນ	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ຢູ່ໃນເຮືອນ, ຢູ່ຊັ້ນລຸ່ມຂອງເຮືອນ ທີ່ມີຫຼັງຄາເຮືອນໜັກແໜ້ນ, ແລະ ຖ້າຫາກວ່າທ່ານສາມາດອອກໄປນອກຫາບ່ອນໂລ່ງກ້ວາງ, ຈົ່ງອອກໄປຢ່າງຮີບດ່ວນ ແລະ ລະມັດລະວັງ ເມື່ອຮູ້ສຶກວ່າມີການສັ່ນສະເກືອນໃຫ້ໝູບຕົວລົງເອົາມືກັນຫົວ ແລະ ຄໍໄວ້ ແລະ ຫຍັບອອກຈາກອາຄານສູງ ຫລື ສິ່ງທີ່ຢູ່ສູງກວ່າຫົວຂອງທ່ານທີ່ອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍໄດ້. • ໝາຍເຫດ: ຍົກເວັ້ນຖ້າຫາກເຮົາຢູ່ໃນເຮືອນທີ່ມີຫລັງຄາເບົາ ແລະ ແຂງແຮງໃຫ້ຢູ່ໃນເຮືອນ.
3.5. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ນອກເຮືອນ, ຈົ່ງຊອກຫາບ່ອນໂລ່ງ, ນັ່ງຄູ່ເຂົ້າລົງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ລົມ	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ຢູ່ນອກເຮືອນ, ຊອກຫາບ່ອນໂລ່ງ ບໍ່ໃຫ້ມີຫຍັງ ເທິງຫົວທີ່ມີຄວາມອັນຕະລາຍ, ເຊັ່ນ: ອາຄານ, ຕົ້ນໄມ້, ເລົາດອກ ໄຟແຄມທາງ, ສາຍໄຟຟ້າ, ປ້ານສັນຍານແຄມທາງ, ສະພານລອຍ, ທາງລອດ

	ພື້ນ ຫຼື ທີ່ລົງອາຍແກັສເທິງໜ້າດິນ. ໝູ່ບລົງພື້ນແລະ ຢຸດຢູ່ບ່ອນນັ້ນ ຈົນກວ່າການສັ່ນສະເກືອນຢຸດລົງ. ຢູ່ນອກເຮືອນແລະ ຢູ່ບ່ອນທີ່ຫ່າງຈາກຄວາມອັນຕະລາຍ
3.6.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນອາຄານຫຼາຍຊັ້ນ, ຈົ່ງລະວັງຕົວ ທັງໃນເວລາພວມສັ່ນໄຫວ ແລະ ຫຼັງການສັ່ນສະເກືອນ	• ພາຍຫຼັງການສັ່ນສະເກືອນຢຸດລົງ, ກ່ອນຈະອອກຈາກອາຄານໃຫ້ກວດເບິ່ງຂັ້ນໃດ ແລະ ຂັ້ນໃດໜຶ່ງໄຟກ່ອນເພື່ອຄວາມປອດໄພ • ຢ່າໃຊ້ ລິຟ ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ໃນກໍລະນີໃດກໍຕາມ
3.7.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນລົດ, ຂັບໄປບ່ອນໂລ່ງແຈ້ງແລ້ວຢຸດລົດ	• ຢຸດລົດ ຢູ່ບ່ອນທີ່ປອດໄພ. ຢູ່ໃນລົດຈົນກວ່າການສັ່ນສະເກືອນ ຢຸດລົງ. ຫຼີກລຽງຂົວ, ຕົ້ນໄມ, ເສົາດອກ ໄຟແຄມທາງ, ສາຍໄຟພ້າ, ບ້ານສັນຍານ ແຄມທາງ, ສະພານລອຍ, ທາງລອດພື້ນ, ທາງລອດພູ ຫຼື ຄວາມອັນຕະລາຍລະດັບພື້ນດິນ • ເມື່ອການສັ່ນສະເກືອນຢຸດລົງ, ຂັບລົດໄປຕໍ່ດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງ. ຫຼີກ ລຽງ ຂົວ, ທາງຍົກລະດັບ, ທາງຄ້ອຍຊັນ ແລະ ທາງລອດ ພູ ທີ່ອາດຈະ ໄດ້ ຮັບຄວາມເສຍຫາຍຍ້ອນແຮງສັ່ນສະເກືອນ.
3.8. ຫຼັງຈາກການສັ່ນສະເກືອນທີ່ຮຸນແຮງຢຸດ	• ການສັ່ນສະເກືອນຕາມມາ (aftershocks) ມັກເກີດຂຶ້ນພາຍໃນບໍ່ເທົ່າໃດ ຊົ່ວ ໂມງ ທຳອິດ

ແລ້ວ, ຈົ່ງຄຳນຶງວ່າຈະມີການສັນສະເທືອນຂະໜາດນ້ອຍຕາມມາ	ຫຼື ບໍ່ເທົ່າໃດມື້ຕໍ່ມາ ແຕ່ຈະຫລຸດຜ່ອນຄວາມຖີ່ ແລະ ຄວາມຮຸນແຮງລົງເທື່ອລະໜ້ອຍ. ແຕ່ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມການສັນໄຫວຕາມມາ ອາດເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍໃຫ້ແກ່ອາຄານ ຫຼື ພັງທະລາຍລົງມາກໍ່ໄດ້. ສຳລັບ ການສັນສະເທືອນຕາມມາ ພາຍຫລັງແຜ່ນດິນໄຫວທ່ານຕ້ອງປະຕິບັດຄືກັນກັບຕອນແຜ່ນດິນໄຫວ.
3.9. ຫຼັງຈາກແຜ່ນດິນໄຫວທີ່ມີການສັນສະເທືອນຢ່າງຮຸນແຮງຢຸດລົງແລ້ວ, ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນເຮືອນໃຫ້ເຄື່ອນຍ້າຍຢ່າງລະມັດລະວັງອອກຈາກອາຄານ	- ໃສ່ເກີບທີ່ມີຄວາມທົນທານ ກ່ອນໜ້າ ທ່ານຈະເຄື່ອນຍ້າຍໄປມາ. ຖ້າຫາກ ວ່າມືດ, ຈົ່ງໃຊ້ໄຟສາຍ/ໄຟສັນຍານທີ່. ເຄື່ອນຍ້າຍໄປຫາຈຸດນັດພົບທີ່ໄດ້ ກຳນົດໄວ້ກ່ອນແລ້ວ ອາດຈະຢູ່ໃນເຮືອນຫຼື ນອກເຮືອນ, ຫ່າງຈາກເຮືອນ. ຈົ່ງຈົດຈຳທຸກບ່ອນທີ່ມີຄວາມເສຍຫາຍ ໃນຄະນະ ທີ່ທ່ານກຳລັງ ເຄື່ອນຍ້າຍ ໄປ. - ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຮູ້ສຶກວ່າມີການສັນສະເທືອນຢ່າງແຮງ, ຈົ່ງເຄື່ອນ ຍ້າຍອອກ ຈາກອາຄານໄປ ໂດຍປະຕິບັດຕາມ ກົດລະບຽບ ທີ່ເປັນມາດຕະຖານການ ຍົກຍ້າຍອອກໄປ: “ຢ່າແລ່ນ, ຢ່າປາກເວົ້າ, ຢ່າຍູ້. ຊ່ວຍຜູ້ອື່ນໃຫ້ອອກຈາກອາຄານ”

	- ເອົາເຄື່ອງທີ່ຈຳເປັນຂອງຕົນອອກໄປນຳໃນເວລາທີ່ອອກຈາກອາຄານ. - ອາຄານຂອງສາທາລະນະ ຫຼືຂອງສ່ວນຕົວ ຕ້ອງມີແຜນສຸກເສີນຂອງຕົນ, ແລະ ຄະນະຜູ້ຈັດການ ຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ ໝົດທຸກຄົນຊາບ ວ່າຄວນຈະຍົກຍ້າຍ ອອກໄປ ຫຼືບໍ່. ຖ້າຫາກວ່າການກວດກາດ້ວຍ ການເຫັນຕົວຈິງ ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າມີສັນຍານ ຄວາມເສຍຫາຍ ປານກາງ ຫຼືຮ້າຍແຮງ, ຕ້ອງຍົກຍ້າຍ ອອກໄປຈາກອາຄານ, ແລະບໍ່ຄວນກັບເຂົ້າມາຄືນ ຈົນກວ່າໄດ້ມີການກວດ ກາ ໂດຍນັກວິຊາວະກອນທີ່ມີຄຸນນະວຸດ.
3.10.ດັບໄຟທີ່ກຳລັງລຸກໄໝ້	ໄຟໄໝ້ ແມ່ນໄຟອັນຕະລາຍທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນທີ່ສຸດ ພາຍຫຼັງເກີດແຜ່ນດິນໄຫວ. ໃນເຂດທີ່ມີສິ່ງກໍ່ສ້າງດ້ວຍໄມ້, ທີ່ລົງອາຍແກສ ສາມາດເປັນສາເຫດເຮັດເກີດຄວາມເສຍຫາຍຫລາຍກ່ວາແຜ່ນດິນໄຫວອີກ.. ຈຶ່ງກວດກາເບິ່ງ ແປວໄຟຂະໜາດນ້ອຍ ແລະ ດັບທຸກໄຟທີ່ທ່ານພົບເຫັນ.
3.11.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ຕາມເຂດຊາຍຫາດ ຫຼືໃກ້ສາຂາແມ່ນ້ຳ, ໃຫ້ຍົກ	

ຍ້າຍອອກຈາກແຄມນ້ຳ ໄປບ່ອນທີ່ສູງກວ່າ	
3.12.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ ເຂດພູ ດອຍ ຈຶ່ງມີສະຕິ ລະວັງຕົວ	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ເຂດພູດອຍ ຫຼືໄກ້ ດິນລາດຊັນ ຫຼື ໄກ້ໜ້າຜາ, ຈຶ່ງມີສະຕິລະວັງຕົວ ດັ່ງນີ້: • ກ້ອນຫີນແລະສາກຊາກຫັກພັງຕ່າງໆຈະຕົກລົງມາ • ສູງແປກປະລາດ, ເຊັ່ນ: ຕົ້ນໄມ້ຈິກຂາດ • ລະດັບນ້ຳໃນຫ້ວຍນ້ຳ ເພີ່ມຂຶ້ນ ຫຼືລຸດລົງ ຢ່າງກະທັນຫັນ • ເຄື່ອນໄຟຟ້າ, ເຄື່ອນກັນນ້ຳ, ຫຼື ຄູຄັນນາ ໃນທ້ອງຖິ່ນ ທີ່ມີທ່າອ່ຽງ ວ່າຈະເກີດຄວາມເສຍຫາຍ ຫຼື ຖືກທຳລາຍ. • ເປີດວິທະຍຸໃສ່ຄື້ນ ລະບົບການເຕືອນໄພແຕ່ຫົວທີຂອງທ່ານ • ຈຶ່ງມີສະຕິລະວັງຕົວຕໍ່ດິນເຈື່ອນ ຊຶ່ງເກີດຈາກແຜ່ນດິນໄຫວ, ຊຶ່ງອາດຈະປົດກັນຫ້ວຍນ້ຳ ຫຼື ເປັນສາເຫດຂອງການຖະລັກລົ້ນຂອງນ້ຳ ໃນບຶງໜອງ. ພາຍຫຼັງ ຫຼາຍອາທິດຈາກແຜ່ນດິນໄຫວແລ້ວ ນ້ຳທີ່ຖືກປົດກັນ ສາມາດສູ້ຖ່ຽງລົງມາ ພາໃຫ້ເກີດອັນຕະລາຍຈາກນ້ຳຖ້ວມຢູ່ເຂດລຸ່ມແມ່ນ້ຳ
3.13.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ ເຂດຄ້ອຍຊັນທີ່ບໍ່ໝັ້ນຄົງ ຫຼື ໄກ້ໜ້າຜາ, ຫຼື ວ່າເປັນ	• ຈຶ່ງຄອຍພັງການເຕືອນໄພດິນເຈື່ອນ ຫຼື ນ້ຳຖ້ວມ

ເຂດດິນເຊາະເຈື່ອນ ຫຼື ເຂດເຕືອນໄພນ້ຳຖ້ວມ ໃຫ້ ອອກຈາກບ່ອນນັ້ນໄປ ເພື່ອຄວາມປອດໄພ	• ທ່ານສາມາດຕັດສິນໃຈທີ່ຈະອອກຈາກເຂດທີ່ມີຄວາມອັນຕະລາຍຖ້າຫາກວ່າມີຄວາມປອດໄພຕໍ່ຊີວິດຂອງທ່ານ • ຖ້າທ່ານໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນການເຕືອນໄພ ໃຫ້ຍົກຍ້າຍອອກທັນທີ • ຖ້າທ່ານໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນການເຕືອນໄພ ດິນເຈື່ອນ ແລະ ຝົນຕົກໜັກ, ຈົ່ງ ຍົກ ຍ້າຍອອກໄປ ຫາບ່ອນທີ່ປອດໄພທັນທີ • ເຝົ້າລະວັງ ນ້ຳຖ້ວມ ແລະ ຈົ່ງມີສະຕິລະວັງຕົວໃນເວລາຂັບລົດ ໃກ້ແຄມນ້ຳ ຫຼື ເປັນທາງລຽບຕາມສາຍນ້ຳ
--	---

ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບນໍ້າຖ້ວມ



1. ໄພນໍ້າຖ້ວມ: ການປະເມີນ ແລະ ສ້າງແຜນ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ຕ້ອງຮັບຮູ້ພື້ນທີ່ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ໄພນໍ້າຖ້ວມ	- ຮູ້ທີ່ຕັ້ງພູມສັນຖານ, ແຫຼ່ງນໍ້າ, ບ່ອນກັກເກັບນໍ້າ, ແລະ ສະພາບດິນຟ້າອາກາດຂອງທ້ອງຖິ່ນ ເພື່ອເຂົ້າໃຈຄວາມສ່ຽງໄດ້ດີກ່ວາ - ຖ້າຫາກວ່າມີການແຕ້ມແຜນທີ່ ບ່ອນນໍ້າຖ້ວມ, ຈົ່ງຄົ້ນຫາວ່າທ່ານຢູ່ໂຂງເຂດບ່ອນນໍ້າຖ້ວມ ຫຼືບໍ່, ແລະຮຽນຮູ້ ລະດັບຄວາມສູງຂອງທີ່ດິນຂອງຕົນ ແລະປູກ ສ້າງ ໂດຍຄໍານວນ ຕາມລະດັບນໍ້າຖ້ວມ - ພິຈາລະນາປັດໄຈຄວາມສ່ຽງ ເຊັ່ນ ຄາດຄະເນ ໄລຍະຫ່າງ ຈາກແມ່ນໍ້າ, ເຂື່ອນກັນນໍ້າ, ແລະ ຝັ່ງທະເລ, ການກັ່ນຄອງເໝືອງ ຫຼື ຮ່ອງນໍ້າໄຫຼ, ແລະ ພື້ນຖານໂຄງລ່າງ ຂອງຕົວເມືອງ - ມີການສື່ສານກັບ ເພື່ອນບ້ານໃກ້ຄຽງ ທີ່ຢູ່ທາງເທິງ ຫຼືທາງລຸ່ມທ່ານ - ຊອກຫາກິດຈະກຳ ດ້ານອຸສະຫະກຳ

	ທີ່ອາດຈະສ້າງຄວາມອັນຕະລາຍ ຈາກ ອຸປະກອນທີ່ຜະລິດອອກມາ ແລະ ເປັນຄວາມ ສ່ຽງຕໍ່ການປົນເປື້ອນ ໃນໄລຍະນ້ຳຖ້ວມ
1.2. ເກັບຮັກສາເຄື່ອງຂອງ ມີຄ່າ ແລະ ເປັນສິ່ງ ອັນຕະລາຍໃຫ້ສູງກ່ວາລະ ດັບນ້ຳທີ່ອາດຈະຖ້ວມໄດ້	ຮັກສາເອກະສານສຳຄັນ, ອຸປະກອນ, ພາຫະນະ ແລະ ສະບຽງອາຫານ ແລະ ສິ່ງຂອງ ມີຄ່າອື່ນໆ ຢູ່ເໜືອລະດັບທີ່ຄາດຄະເນວ່ານ້ຳທີ່ ຈະຖ້ວມຖ້ວມເຖິງ, ນຳໃຊ້ທິບ ຫຼືກ່ອງໃສ່ເຄື່ອງ ແບບກັນນ້ຳໄດ້, ໄວ້ບ່ອນໃດທີ່ປອດໄພເກັບມ້ຽນ ທາດເຄມີທີ່ມີຄວາມອັນຕະລາຍໄວ້ບ່ອນສູງເໜືອ ລະດັບທີ່ຄາດຄະເນວ່ານ້ຳຖ້ວມເຖິງ.
1.3. ພິຈາລະນາ ການ ເຄື່ອນຍ້າຍ ຫຼື ຫລຸດຜ່ອນ ຄວາມສ່ຽງເພື່ອໃຫ້ແທດ ເໝາະກັບສະພາບຕົວຈິງ.	ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ຢູ່ເຂດທີ່ມີທ່າອ່ຽງວ່າຈະມີນ້ຳ ຖ້ວມເລື້ອຍໆ ຫຼືນ້ຳຖ້ວມຮ້າຍແຮງ, ຈົ່ງ ພິຈາລະນາເຖິງການຍົກຍ້າຍທີ່ຢູ່ໃໝ່
2. ໄພນ້ຳຖ້ວມ: ການຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ: ທາງດ້ານສິ່ງປຸກສ້າງ ແລະ ສິ່ງ ແວດລ້ອມ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
2.1. ຕ້ອງເລືອກບ່ອນປອດ ໄພສຳລັບເຮືອນຂອງທ່ານ	ຫຼີກລຽງການປຸກສ້າງ ຫຼື ຢູ່ໃກ້ ແຄມນ້ຳ, ຄອງ ນ້ຳໄຫຼຫຼື ບ່ອນນ້ຳຖ້ວມ, ນອກຈາກວ່າທ່ານທ່ານ ຍົກລະດັບເຮືອນຂຶ້ນສູງ ຫຼື ເສີມສ້າງເຮືອນໃຫ້ ເຂັ້ມແຂງ (ນອກຈາກເຂດສາມຫຼ່ຽມປາກແມ່ນ້ຳ, ບ່ອນທີ່ມີຕະລົງແຄມນ້ຳສູງ

2.2 ກໍ່ສ້າງ ແລະ ປົວແປງ ເຮືອນຂອງຕົນໂດຍ ຄຳນຶງເຖິງ ໄພນ້ຳ ຖ້ວມ	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ຢູ່ເຂດບ່ອນນ້ຳຖ້ວມ, ບຸກສ້າງ ພື້ນເຮືອນຢ່າງ ເໝາະສົມ, ນຳໃຊ້ວັດສະດຸກັນ ນ້ຳ ແລະ ຍົກລະດັບເຮືອນຂຶ້ນສູງ • ຊຸດນ້ຳສ້າງ ແລະ ກໍ່ສ້າງວິດຖ່າຍໃສ່ບ່ອນທີ່ປອດ ໄພ, ສູງກວ່າລະດັບຖ້ວມເຖິງ • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານໄດ້ຄຳແນະນຳ ໃນສະພາບການ ສະເພາະຂອງທ່ານ, ຕິດຕັ້ງວາວປິດນ້ຳໃຫ້ໂປ ມນ້ຳໄຫຼກັບຄືນ ເພື່ອປ້ອງກັນນ້ຳໄຫຼເຂົ້າມາ ແລະ ລະບາຍນ້ຳອອກ(ຖ້າມີເງື່ອນໄຂ). • ໃນເວລາທີ່ທ່ານສ້ອມແປງ ຫຼື ປ່ຽນແປງແກ້ໄຂ, ຈົ່ງໃຊ້ວັດສະດຸກັນນ້ຳ. ເລືອກເອົາວັດສະດຸປ້ອງ ກັນການເສຍຫາຍຍ້ອນນ້ຳ ໃນບ່ອນໃດທີ່ມັກປຸງກ ນ້ຳ, ຍົກວົງຈອນໄຟຟ້າຂຶ້ນ 1.2m (4 ft) ຈາກລະດັບພື້ນເຮືອນ, ວາງເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າໄວ ເທິງຮ້ານ, ແລະອອກແບບຝາເຮືອນ ມີຮູໃຫ້ນ້ຳ ລອດອອກໄປ
3. ໄພນ້ຳຖ້ວມ: ກຽມພ້ອມເພື່ອຕອບໂຕ້: ສ້າງທັກສະ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
3.1. ຕິດຕາມຂໍ້ມູນ ຂ່າວສານເຊັ່ນ: ຕິດຕາມ ການພະຍາກອນອາກາດ,	• ຕິດຕາມສະພາບອາກາດຢ່າງໃກ້ສິດ. ຖ້າຫາກ ວ່າ ມີຜູ້ເຝົ້າລະວັງໄພນ້ຳຖ້ວມ, ອັນນີ້ໝາຍເຖິງ ວ່າ ມັນອາດເປັນໄປໄດ້ທີ່ຈະເກີດນ້ຳຖ້ວມ ໃນ

ຟັງວິທະຍຸ ແລະ ປະຕິບັດ ຕາມການແນະນຳ	ເຂດຂອງທ່ານ. ຖ້າຫາກວ່າ ມີການເຕືອນໄພນ້ຳ ຖ້ວມ, ອັນນີ້ໝາຍເຖິງວ່າ ມັນເກີດມີນ້ຳຖ້ວມແລ້ວ , ຫຼືວ່າໃກ້ຈະກົດແລ້ວ. • ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານໄດ້ຮັບຄຳແນະນຳໃຫ້ຍົກຍ້າຍ ອອກໄປ, ຫຼືທ່ານຄິດວ່າຕົນເອງ ຢູ່ ໃນ ອັນຕະລາຍ, ຈົ່ງຍົກຍ້າຍອອກໄປ ຢ່າງຮີບດ່ວນ • ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານຮັບຄຳແນະນຳ, ຫຼືວ່າທ່ານຍັງມີ ເວລາກ່ອນໜ້າຈະຍົກຍ້າຍອອກໄປ, ຈົ່ງຖອດປັກ ສູບເຄື່ອງທຳຄວາມອຸ່ນ ແລະ ເຕົາຄົວກິນ ຫຼື ທໍ່ ລົງແກ້ສ ແລະ ຖອດປັກສູບ ເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າທັງ ໝົດ
3.2.ໃນຊ່ວງລະດູຝົນ ແລະໃນສະພາບນ້ຳຖ້ວມ, ຈົ່ງໃສ່ນ້ຳມັນລົດໃຫ້ເຕັມຖັງ	• ຖ້າຫາກວ່າທ່ານມີລົດ, ຈົ່ງໃສ່ນ້ຳມັນໃຫ້ເຕັມຖັງ ໃນກໍລະນີທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງ ຍົກ ຍ້າຍອອກໄປ
3.3.ໃນເວລາມີນ້ຳຖ້ວມ ໃຫ້ຕ່າວກັບຄືນ ຢ່າລົງນ້ຳ ອອກຫ່າງຈາກນ້ຳຖ້ວມໃຫ້ ໄປສະຖານທີ່ອົບພະຍົບ	• ຢ່າພະຍາຍາມຢ່າງ, ລອຍນ້ຳ ຫຼື ຂີ່ລົດຜ່ານ ຜ່າ ນ້ຳຖ້ວມ. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຜ່ານ ກະແສນ້ຳໄຫຼ ຖ້ວມຂຶ້ນຮອດໜ້າແຂ່ງຂອງຕົນ, ຈົ່ງຢຸດ, ຫັນຫຼັງ ກັບແລະ ຢ່າງໄປທາງອື່ນ. ນ້ຳໄຫຼໄວ ພຽງແຕ່ ສູງປະມານ 15 ຊມ (6in) ຊຶ່ງສາມາດພັດເອົາ ຄົນ ໄປ ດ້ວຍການພັດຕົນ

	• ຈົ່ງຢ່າຄາດຫວັງວ່າ ນ້ຳຈະບົກລົງໄວ, ຍ້ອນວ່າຄວາມໄວຂອງນ້ຳໄຫຼພຽງແຕ່ 10-20 ກມ ຕໍ່ຊົ່ວໂມງ (6-12mph) • ຖ້າຫາກວ່າທ່ານບໍ່ສາມາດຍົກຍ້າຍອອກໄປຈາກເຂດດັ່ງກ່າວ, ຈົ່ງຍົກຍ້າຍ ຂຶ້ນຕາມຄວາມສູງຂອງລະດັບນ້ຳ, ເຄື່ອນຍ້າຍໄປຫາບ່ອນທີ່ສູງ ຫຼື ຊັ້ນທີ່ສູງທີ່ສຸດຂອງເຮືອນ
3.4.ໃນເວລານ້ຳຖ້ວມ, ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນລົດ, ຈົ່ງຫຼີກລຽງສະພາບ ທີ່ບໍ່ປອດໄພ	• ຢ່າພະຍາຍາມຂ້າມແລວນ້ຳໄຫຼ, ນ້ຳຖ້ວມທົນທາງຫຼືຂົວ • ຢ່າຂັບລົດຜ່ານດ່ານກົດຂວາງ: ຊຶ່ງຕັ້ງໄວ້ສໍາລັບເຕືອນຄວາມປອດໄພຂອງທ່ານ. ຈົ່ງຂັບ ລົດກັບຄືນ ແລະ ຊອກຫາທາງເສັ້ນອື່ນ ອອກຫ່າງຈາກທາງລອດພື້ນ, ເພາະວ່າ ຄວາມເລິກຂອງນ້ຳ ໃນນັ້ນ ບໍ່ຊັດເຈນ. ທາງລອດພື້ນ ສາມາດບັນຈຸນ້ຳເຖິງ 1.5-2 ແມັດ (5-6ft) • ນ້ຳຖ້ວມຂັງສາມາດເປັນບ່ອນສາກໄຟຟ້າ ຈາກສາຍໄຟໃຕ້ດິນ ຫຼືສາຍໄຟແຊ່ນ້ຳ • ຫຼີກລຽງການເດີນທາງ ຍາມກາງຄືນ • ເຄື່ອນຍ້າຍໄປບ່ອນສູງກ່ວາ, ຫ່າງອອກຈາກແມ່ນ້ຳ, ຫ້ວຍ, ຄອງນ້ຳ ແລະ ຮ່ອງລະບາຍນ້ຳ • ລະດັບນ້ຳສູງພຽງແຕ່ 20 ຊມ (6in) ເທົ່ານັ້ນ ທ່ານກໍສາມາດເສຍສູນ ການຂັບຂີ່ ລົດຂອງທ່ານ

	ແລະ ພຽງແຕ່ 50 ຊມ(2ft) ເທົ່ານັ້ນ ນ້ຳກໍສາມາດພັດ ເອົາລົດໃຫ້ ໄຫຼໄປໄດ້, ລວມທັງລົດກະບະ. • ຖ້າຫາກວ່າລົດປຽກ, ທົດລອງເບຣກລົດຂອງຕົນໃນເສັ້ນທາງດີທີ່ ແລະໃນລະດັບຄວາມໄວຕ່ຳ. ຖ້າຫາກວ່າເບຣກ ບໍ່ຢຸດຕາມທີ່ຕ້ອງການ, ເຮັດໃຫ້ມັນແຫ້ງ ດ້ວຍການແຕະເບຣກເບິາໆ ໃນຄະນະດຽວກັນທີ່ຮັກສາຄວາມໄວເທົ່າເດີມ. • ຖ້າຫາກວ່າລົດຂອງທ່ານ ຕິດຂັດ ຢູ່ກາງນ້ຳ, ຈົ່ງອອກໄປຈາກລົດ ແລະ ປິ່ນອອກ ມາບ່ອນທີ່ສູງກ່ວາ. ການເລີ່ມຕິດຈັກລົດອີກ ອາດຈະເປັນສາເຫດຂອງ ຄວາມ ເສຍຫາຍທີ່ແກ້ໄຂບໍ່ໄດ້ ຖ້າຫາກວ່າລົດຂອງທ່ານ ຈົມລົງໃຕ້ນ້ຳ, ຈົ່ງເປີດປ່ອງຢ້ຽມເພື່ອຫົວອອກໄປ
3.5.ພາຍຫຼັງນ້ຳຖ້ວມ, ເອົາໃຈໃສ່ເຂດທີ່ມີນ້ຳຖ້ວມ	• ອອກໄປຈາກເຂດນ້ຳຖ້ວມຂັ້ງເປັນເວລາຍືດຍາວ • ຢ່າດື່ມນ້ຳຈາກແຫ່ລາງນ້ຳທີ່ນ້ຳຖ້ວມ, ຢ່າງຫຼີ້ນ ຫຼື ລອຍນ້ຳທີ່ຄົງຄ້າງຈາກນ້ຳຖ້ວມ • ຈົ່ງລະວັງໆພຶດ ໂດຍສະເພາະແມ່ນຕາມຕົ້ນໄມ້ ແລະພຸ່ມຫຍ້າ. ນຳໃຊ້ໄມ້ຍາວ ຟາດ, ແທງຕາມສິ່ງສະຫຼັກຫັກພັງ. • ຫຼີກລ່ຽງການຈັບບາຍ ເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າ ທີ່ປຽກນ້ຳ ຫຼື ນ້ຳທີ່ຕິດຕໍ່ກັບສາຍໄຟຟ້າ

3.6.ພາຍຫຼັງນ້ຳຖ້ວມ, ເລີ່ມຕົ້ນທຳ ຄວາມສະອາດ ແລະ ເຮັດໃຫ້ ເຮືອນແຫ້ງ ເມື່ອຝົນເຊົາ ຕົກ ແລະ ນ້ຳບົກແຫ້ງລົງ	- ການຕາກແຫ້ງອາດໃຊ້ເວລາຫລາຍອາທິດແລະ ການຟື້ນຕົວຄືນໃໝ່ອາດໃຊ້ເວລາຫລາຍເດືອນ. ສິ່ງບົນເບື້ອງຈາກນ້ຳເສບ ແລະ ສານຜິດແມ່ນຍາກທີ່ຈະລ້າງອອກໃຫ້ໝົດ. - ເອົາທຸກສິ່ງທີ່ປຸງກອກກອນອອກເຮືອນ (ຖ້າວ່າອາກາດດີ). - ປ່ອຍນ້ຳອອກຈາກພື້ນເຮືອນ ຫລື ຕັກນ້ຳອອກ - ເປີດປະຕູແລະປ່ອງຢ້ຽມໃນມື້ທີ່ຝົນບໍ່ຕົກ. ໃນມື້ຝົນຕົກໃຫ້ປິດປ່ອງຢ້ຽມຄືເກົ່າ. - ສະລ້າງ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກສິ່ງທີ່ມີຢູ່ໃນເຮືອນທີ່ຖືກນ້ຳຖ້ວມ. ເລີ່ມຈາກສ່ວນພື້ນ ແລະ ສູງຂຶ້ນ. ເຮັດວຽກດ້ວຍອາກາດຖ່າຍເທ ໂດຍໃຊ້ຖູນ້ຳສອງໜ່ວຍ. ຄູໜຶ່ງໃສ່ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຄູໜຶ່ງໃສ່ນ້ຳສະອາດສະລ້າງ ແລະ ໃຫ້ປ່ຽນນ້ຳລ້າງເລື້ອຍໆ. ທຳຄວາມສະອາດອີກຄັ້ງໃໝ່ ຫລັງຈາກ 8 ຫາ 24 ຊົ່ວໂມງເພື່ອຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ແລະ ຫລຸດຜ່ອນກິ່ນເໝົ່າເໝັນກຳຈັດພະຍາດທີ່ມາກັບນ້ຳ
3.7.ພາຍຫຼັງນ້ຳຖ້ວມ, ລະມັດລະວັງໄວ້ກ່ອນ ດ້ານສຸຂະພິບານ	- ຕ້ອງປັບປຸງ ແລະ ອານາໄມລະບົບສຸຂະພິບານໃຫ້ໄວເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້. - ກວດກາບໍ່ນ້ຳສ້າງທີ່ເປັນນ້ຳຕື່ມເພື່ອກວດເບິ່ງສິ່ງເຈືອປົນກ່ອນທີ່ຈະໃຊ້ນ້ຳ. - ໃຊ້ອຸປະກອນປ້ອງກັນໃນການເຮັດວຽກທຸກຢ່າງ (ລວມທັງເກີບໂບກ, ໂສ້ງຂາຍາວ, ເສື້ອແຂນຍາວ, ແວ່ນຕາ ແລະ ສົບມື). - ລ້າງມືກ່ອນກິນອາຫານ, ກ່ອນດື່ມນ້ຳ ຫລືກ່ອນສູບຢາ.

	• ໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອທຳຄວາມສະອາດ. • ຂ້າເຊື້ອຕາມຮອຍບາດແຜ ແລະ ຕິດບັງປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ນ້ຳເຂົ້າບາດແຜ. • ເວລາທຳຄວາມສະອາດບາດແຜນບ່ອນໃຫ້ເດັກນ້ອຍເຂົ້າໄກ້ເອົາສິ່ງສົກກະບົກ (ລວມທັງອາຈົມ) ໄປຝັງຢ່າງໄວວາ.
3.8.ພາຍຫຼັງນ້ຳຖ້ວມ, ທຳຄວາມສະອາດດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງ	• ປະຕິບັດຕາມຂໍ້ແນະນຳເຫລົ່ານີ້ໃນການທຳຄວາມສະອາດສະເພາະ: • ເຈ້ຍ ແລະ ຮູບຖ່າຍ: ○ ເພື່ອຮັກສາເຈ້ຍ, ລ້າງໃຫ້ສະອາດ ແລະ ເຮັດໃຫ້ແຫ້ງຫລືເອົາເຂົ້າກ່ອງທີ່ປິດແໜ້ນແລ້ວເອົາສິ່ງມາຂັ້ນແຕ່ລະແຜ່ນເຈ້ຍເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຕິດກັນແລະໃສ່ຖົງຢາງ. ເປົ່າໃຫ້ແຫ້ງ ຂ້າ ບໍ່ໃຫ້ຂາດ ແລະ ຈາກນັ້ນເຈ້ຍຈະແຂງຕົວແລະແຫ້ງຄືນຕາມຫລັງ. ○ ຮູບທີ່ປຸງກຊຸ່ມໃຫ້ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລະແຍກອອກຈາກກັນ. ບໍ່ໃຫ້ວາງຮູບໃສ່ນ້ຳທີ່ໄຫລຫລືບໍ່ໃຫ້ລູບໄປພ້ອມ. ລ້າງຂີ້ຝຸ່ນແບບລູບຄ່ອຍ ໆ. ○ ຖ່າຍສຳເນົາເອກະສານຫລືຮູບໃຫ້ໄວເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້. ○ ຫລັງຈາກອະນາໄມແລ້ວ ເອົາຕາກໃຫ້ແຫ້ງໂດຍເອົາເຄື່ອງເປົ່າຫລືໃຊ້ວິທີອື່ນ. ○ ບໍ່ໃຫ້ແຍກເຈ້ຍຕອນຍັງປຸງກຢູ່ - ແຫ້ງແລ້ວຈຶ່ງແຍກໄດ້ງ່າຍ. ○ ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກຊ່ວຍຊານສຳລັບປຶ້ມທີ່ຫາຍາກ ແລະ ເປັນມູນມໍລະດົກ, ຮູບຖ່າຍແລະສະແຕັມທີ່ສະສົມ.(ຖ້າເປັນໄປໄດ້8

	● ແຜ່ນ ດິດສ໌ຕອມພົວເຕີ້: ○ ລ້າງແຜ່ນດິດສ໌ ແລ້ວເອົາເຂົ້າຖົງຢາງ ແລະ ໃສ່ຕູ້ເຢັນໄວ້ຈົນກວ່າທ່ານຈະມີຊ່ຽວຊານມາຊ່ວຍ 7 ອົງຕາມຕົວຈິງ ○ ເຄື່ອງນຸ່ງແລະເສັ້ນດ້າຍ: ○ ສັ່ນຂີ້ຕົມ ແລະສະລັ່ງສິ່ງເປື້ອນເປືອກ ແລ້ວຈົ່ງເລືອກຜ້າເຂົ້າຊັກດ້ວຍຈັກຊັກຜ້າດ້ວຍນ້ຳອຸ່ນ ແລະຢາອະເຊື້ອ. ● ເຄື່ອງເຟີນີເຈີ້ແລະເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າ: ○ ຖ້າເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າເປື້ອນ, ໃຫ້ມອດໄຟຟ້າຢູ່ບ່ອນຕັດໄຟ້າວລວມຫລືຈຸດຕັດວົງຈອນໄຟຟ້າ. ປົດສາຍປັກສຽບແລ້ວປອຍໃຫ້ເຄື່ອງໃຊ້ເຫລົ່ານັ້ນແຫ້ງ. ກ່ອນທີ່ຈະໃຊ້ຄືນໃໝ່ຕ້ອງໃຫ້ນາຍຊ່າງກວດກາສາກອ່ອນ. ○ ອະນາໄມເຄື່ອງໃຊ້ດ້ວຍນ້ຳສະອາດ. ○ ກວດເບິ່ງລະບົບໃຫ້ຄົບຖ້ວນກ່ອນທີ່ຈະໃຊ້ທ້ອງນ້ຳຫລືວິດຖ່າຍ. ○ ອາຫານທີ່ເກົ່າ ແລະ ໄດ້ສຳພັດກັບນ້ຳຖ້ວມໃຫ້ເອົາໄປຖິ້ມ. ○ ເອົາຖົງຢາງ ແລະ ສິ່ງເສດເຫລືອຂອງເຮືອນຄົວໄປຖິ້. ○ ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຕູ້ເຢັນແລະເຄື່ອງໃຊ້ທົ່ວໄປແລະ ເຄື່ອງໃຊ້ໄຟຟ້າ ໂດຍໃຊ້ນ້ຳສະອາດເຊັດຄູ ແລະ ໃສ່ຢາອະເຊື້ອ (ໃຫ້ລະວັງການໃຊ້ນ້ຳໃນການທຳຄວາມສະອາດຕູ້ເຢັນ ແລະ ເຄື່ອງຄວາມເຢັນຂະໜາດໃຫຍ່). ○ ໃຊ້ນ້ຳຮ້ອນລ້າງໝໍ້, ກະຖະ, ຈານ ແລະເຄື່ອງໃຊ້ເຮືອນຄົວ. ອະເຊື້ອແລະຕາກໃຫ້ແຫ້ງ.
--	--

	○ ຍົບສ່ວນຫລັງຂອງເຄື່ອງເຟີນີເຈີ້ໃຫ້ມີຊ່ອງ ຫວ່າງອາກາດລວງໄດ້. ○ ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ກຳລັງແຮງເປີດຫລັ້ນຊັກ ຫລື ປະຕູຂອງ ຕູ້ເຟີນີເຈີ້ທີ່ເຮັດດ້ວຍໄມ້: ປ່ອຍໃຫ້ແຫ້ງສາກອນ.
--	---

ຂ່າວສານສໍາລັບພະຍາດລະບາດຮຸນແຮງ



1. ພະຍາດລະບາດ: ການປະເມີນ ແລະ ວາງແຜນ	
ຂໍ້ມູນສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ຮັກສາແຫລ່ງນໍ້າ ສະອາດ	
1.2. ສັກຢາກັນ ພະຍາດໃຫ້ແກ່ເດັກນ້ອຍ ສໍາລັບພະຍາດທີ່ອາດເຮັດ ໃຫ້ເສຍຊີວິດ	• ເກັບຮັກສາປຶ້ມບັນທຶກການສັກຢາຂອງເດັກນ້ອຍເກີດໃໝ່ ແລະ ເດັກນ້ອຍ • ສືບຕໍ່ສັກຢາກັນພະຍາດຢູ່ຕະຫລອດເວລາ • ໂຄສະນາການສັກຢາກັນພະຍາດ • ສັກຢາກັນພະຍາດໂປລິໂອ, ພະຍາດຄໍຕິບ, ໝາກສຸກໝາກໃສ • ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວ.
1.3. ຊອກຫາການປິ່ນ ປົວພະຍາດທີ່ແຕ່ລະບາດ	• ໃຫ້ຄິດເຖິງຄົວເຮືອນຂອງທ່ານ ,ເພື່ອນບ້ານ ແລະ ຊຸມຊົນຂອງທ່ານ.
2. ພະຍາດລະບາດ: ການຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ: ທາງດ້ານວັດຖຸ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	
ຂໍ້ມູນສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ

2.1. ນຳໃຊ້ນ້ຳທີ່ສະອາດ ແລະ ປົກປັກຮັກສາ ແຫລ່ງນ້ຳ	• ນຳໃຊ້ແຫລ່ງນ້ຳດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງ ແລະ ບຳລຸງຮັກສາໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບດີຢູ່ຕະຫລອດເວລາ ປັດໃຈທີ່ເຮັດໃຫ້ມີຄວາມສູງລວມມີ: • ບໍ່ມີການປ້ອງກັນແຫລ່ງນ້ຳ • ຖັງສ້ອມ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳມີການຮົ່ວໄຫລ • ນ້ຳເປື້ອນໄຫລລົງນ້ຳສ້າງ ແລະ ບໍ່ນ້ຳ • ສັດໃຊ້ແຫລ່ງນ້ຳອັນດຽວກັນກັບຄົນ • ມີສິ່ງຂອງຕົກລົງໃນນ້ຳສ້າງ
2.2. ບຳນ້ຳໃຫ້ສະອາດ	• ຮຽນຮູ້ວິທີການບຳປັດນ້ຳທີ່ເຫັນວ່າເຊື່ອຖືໄດ້ສຳລັບ ຄອບຄົວຂອງທ່ານ
2.3. ລ້າງມືດ້ວຍສະບູໃຫ້ ສະອາດ	• ຮຽນຮູ້ການລ້າງມືໃຫ້ສະອາດດ້ວຍນ້ຳ ແລະ ສະບູ • ລ້າງມືທຸກຄັ້ງຫລັງການໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ກ່ອນ ແລະ ຫລັງຈາກການກິນອາຫານ
2.4. ປະຕິບັດການຮັກສາ ຄວາມສະອາດ	• ກຳຈັດສິ່ງຂອງທີ່ດຶງດູດແມງວັນ ແລະ ແມງໄມ້ • ທຳລາຍນ້ຳເສຍ
2.5. ຮັກສາອາຫານໃຫ້ ສະອາດ	• ຮັກສາອາຫານໄວ້ໃຫ້ປອດໄພ
2.6. ກຳຈັດຂອງເສີຍຂອງ ມະນຸດຢ່າງປອດໄພ	• ກຳຈັດຂອງເສີຍເພື່ອເຮັດໃຫ້ມະນຸດ, ສັດ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມມີຄວາມປອດໄພ • ຖ່າຍໃສ່ວິດ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ຖ່າຍຊະຊາຍເພື່ອປ້ອງກັນ ການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກ • ຖ້າໃນກໍລະນີບໍ່ມີວິດຖ່າຍ, ແມ່ນໃຫ້ຖ່າຍຫ່າງໄກ ຈາກເຮືອນ, ແຫລ່ງນ້ຳ ແລະ ສະຖານທີ່ທີ່ເດັກ

	ຫລິ້ນ. ຝັງອາຈົມທັນທີດ້ວຍດິນ, ດິນຊາຍ ຫລື ຂີ້ເຖົ້າ • ຊຸດຊຸມສ້າງວິດຖ່າຍໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກແຫລ່ງນ້ຳ (ຍົກສູງຈາກລະດັບນ້ຳ) ແລະ ຮັກສາຄວາມສະອາດ • ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າວິດຖ່າຍຈະຫມົດໄປ ຫຼື ທົດແທນເປັນປົກກະຕິໂດຍຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ແລະ ມີອຸປະກອນປ້ອງກັນ, ແທນທີ່ຈະເຮັດດ້ວຍຕົນເອງ
3. ສຳລັບພະຍາດທີ່ຕິດທາງອາກາດ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
3.1. ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ	• ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດໂດຍໃຊ້ສະບູ ແລະ ນ້ຳທີ່ສະອາດ • ມັນມີຄວາມສຳຄັນຫລາຍກ່ວນ ແລະ ຫລັງຈາກທີ່ທ່ານໄດ້ສຳພັດກັບຜູ້ປ່ວຍ
3.2. ປິດປາກ	• ປິດປາກທຸກຄັ້ງເມື່ອມີການໄອ ແລະ ຈາມ. ຄວນໃຊ້ແຂນສອກ, ກະດາດສຳລະ, ຜ້າຜັນຄໍ ຫລື ແພມົນປິດປາກເມື່ອມີການໄອ ຫລື ຈາມ. ຢ່າໄອ ຫລື ຈາມໃສ່ອາກາດ. ເມື່ອທ່ານໄອ ຫລື ຈາມໃສ່ແຂນຂອງທ່ານ ໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳທັນທີ

3.3. ກຳຈັດຂອງເສຍຂອງ ທ່ານ	• ກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຂອງທ່ານ ແລະ ອຸປະກອນທີ່ ເປເພຢ່າງປອດໄພ • ຖິ້ມ mask ແລະ ກະດາດສຳລະທີ່ໃຊ້ແລ້ວຢ່າງ ຖືກວິທີ ໂດຍນຳໄປໃສ່ຖົງແລ້ວປິດປາກໃຫ້ແທນນ ກ່ອນຈະເຜົາ ຫລື ຝັງ
3.4. ແຍກຕົວເອງອອກ ຕ່າງຫາກ ແລະ ເບິ່ງແຍງ ຕົວເອງເມື່ອເວລາເຈັບ ປ່ວຍ	• ເພື່ອຈຳກັດການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດພາຍໃນ ຄົວເຮືອນ • ແຍກສະມາຊິກຄອບຄົວທີ່ເຈັບປ່ວຍໄວ້ຫ້ອງຫນຶ່ງ ຫຼື ແຈເຮືອນ ຫຼື ນອກເຮືອນຖ້າຫາກສະພາບ ອາກາດເອື້ອອຳນວຍ. • ໃຊ້ຜູ້ເບິ່ງແຍງພຽງຄົນດຽວເພື່ອເບິ່ງແຍງ ສະມາຊິກຄອບຄົວທີ່ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ. ຜູ້ ເບິ່ງແຍງຄວນຈະນຳໃຊ້ມາດຕະການທີ່ມີຄວາມ ປອດໄພ, ຍົກຕົວຢ່າງ ການນຳໃຊ້ຜ້າອັດດັງໃນ ເວລາຢູ່ຫ່າງຈາກຜູ້ປ່ວຍ 1ມ, ສ່ວມເຄື່ອງນຸ່ງ ປ້ອງກັນເວລາຢູ່ຫ້ອງ ແລະ ແກ້ອອກກ່ອນອອກ ຈາກຫ້ອງ. ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດຫຼັງຈາກເບິ່ງແຍງຜູ້ ປ່ວຍ. • ສະມາຊິກຄົນອື່ນໆຂອງຄອບຄົວຄວນກວດກາ ຕົນເອງທຸກວັນເພື່ອຕິດຕາມອາການໄຂ້ແລະ ອາການໄອ. ຮັບປະກັນວ່າເດັກນ້ອຍ, ແມ່ຍິງ

	ຖືພາ ແລະ ຜູ້ທີ່ມີພະຍາດອື່ນໄດ້ຮັບການດູແລ ທາງການແພດຖ້າຫາກວ່າເຂົາເຈົ້າເຈັບປ່ວຍ
4.ພະຍາດຕິດຕໍ່ທີ່ມາຈາກທາດແຫລວຂອງຮ່າງການ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ເນື້ອໃນລະອຽດ
4.1 ລ້າງມືຂອງທ່ານໃຫ້ ສະອາດ	- ລ້າງມືຂອງທ່ານດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດ ແລະ ສະບູ - ການລ້າງມືກ່ອນ ແລະ ຫລັງ ສໍາພັດຄົນເຈັບທີ່ ແມ່ນມີຄວາມສໍາຄັນຫລາຍ
4.2 ການມີເພດສໍາພັນທີ່ມີ ຄວາມປອດໄພ	ບໍ່ຄວນມີເພດສໍາພັນໂດຍບໍ່ມີການປ້ອງກັນ.
5. ແມງໄມ້ທີ່ນໍາຊື້ອພະຍາດ	
ຂໍ້ມູນສໍາຄັນ	ເນື້ອໃນລະອຽດ
5.1 ຕ້ອງລະມັດລະວັງໃຈ ການຈັບ ແລະ ຂ້າສັດ	- ບໍ່ຄວນຈັບສັດທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດ ຫລື ຕາຍ ໂດຍບໍ່ມີການປ້ອງກັນ - ນອນໃນມ້ຽງເພື່ອຫລຸດຜ່ອນການຕິດເຊື້ອ ພະຍາດທີ່ຍຸງເປັນພາຫະນະ
6. ພະຍາດລະບາດ: ການກຽມພ້ອມຕອບໂຕ້, ການພັດທະນາທັກສະ	
ຂໍ້ມູນສໍາຄັນ	ເນື້ອໃນລະອຽດ
6.1 ນໍາໃຊ້ເຄື່ອງມືໃນການ ປ້ອງກັນຕົວເອງ	- ແວນຕາປ້ອງກັນ - ຖົງມື

	• ຜ້າກັນເປື້ອນ • ສະບູ ຫລື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີເຫລົ້າ
6.2 ການດູແລຕົວເອງ	• ການຮັກສາອະນາໄມສ່ວນບຸກຄົນ • ການສ້າງພູມຕຳນິບທານດ້ວຍການຫລຸດນ້ຳໜັກດ້ວຍການອອກກຳລັງກາຍໃຫ້ປົກກະຕິ ແລະ ຜັກຜ່ອນໃຫ້ພຽງພໍ • ຫລຸດຜ່ອນຄວາມກົດດັນ ແລະ ຫລືກລ້ຽງການສູບຢາ • ໃຊ້ໜ້າກາກທີ່ເໝາະສົມໃນເວລາຈະເຂົ້າໄກ້ຄົນເຈັບທີ່ມີພະຍາດຕິດຕໍ່ • ຖ້າທ່ານມີອາການພະຍາດຕິດຕໍ່ໃຫ້ພັກຢູ່ເຮືອນ
6.3 ການຄວບຄຸມໄຂ້ຫວັດ	• ເຮັດໃຫ້ຕົນຕົວເຢັນລົງ ແລະ ດື່ມນ້ຳໃຫ້ຫລາຍ
6.4 ການກະກຽມປຸງແຕ່ງນ້ຳໂອລາລິດ ເພື່ອທົດແທນນ້ຳທີ່ສູນເສຍຈາກພະຍາດຖອກທ້ອງ	• ປະລິມານນ້ຳໜຶ່ງລິດໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຕານ 8 ປ່ວງ (ປ່ວງຊາ)
6.5 ຊອກຫາບ່ອນປິ່ນປົວສຳລັບຜູ້ທີ່ບໍ່ສາມາດຮັບການປິ່ນປົວຢູ່ເຮືອນໄດ້	• ຖ້າຫາກຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງຕ້ອງການການດູແລທາງການແພດ, ໄປຫາຄລີນິກທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ ຫຼື ໂຮງໝໍເພື່ອຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອ
	6.10 ເກັບອາຫານທີ່ຈຳເປັນ

	ພິຈາລະນາສາມລະດັບຂອງການຄ້ຳປະກັນທາງດ້ານສະບຽງອາຫານ ຫຼື ຄວາມບໍ່ຫມັ້ນຄົງທີ່ທ່ານອາດຈະປະເຊີນ
6.6. ເກັບອາຫານທີ່ຈຳເປັນ ໂດຍພິຈາລະນາສາມລະດັບຂອງການຄ້ຳປະກັນທາງດ້ານສະບຽງອາຫານ ຫຼື ຄວາມບໍ່ຫມັ້ນຄົງທີ່ທ່ານອາດຈະປະເຊີນ	• ພຽງພໍສຳລັບຕົນເອງ ຮັກສາລາຍໄດ້ທີ່ຍືນຍົງ ແລະ ສິ່ງອື່ນໆສຳລັບການດຳລົງຊີວິດ, ແລະ ການເຂົ້າເຖິງສະບຽງອາຫານທີ່ພຽງພໍຢ່າງຍືນຍົງ • ການຂາດແຄນສະບຽງອາຫານ ມີລາຍໄດ້ຍືນຍົງ ແລະ ສິ່ງອື່ນໆສຳລັບການດຳລົງຊີວິດ, ແຕ່ບໍ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງອາຫານທີ່ພຽງພໍເນື່ອງຈາກການຫຍຸດສະຈັກຢູ່ໃນຕະຫຼາດ • ຄວາມບໍ່ຫມັ້ນຄົງທາງດ້ານສະບຽງອາຫານ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດ ບໍ່ມີລາຍຮັບຫມັ້ນຄົງ ແລະ ໃນຂະນະດຽວກັນກໍບໍ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງ ແລະ/ຫຼື ຊື້ສະບຽງອາຫານຢ່າງພຽງພໍ. ນີ້ແມ່ນລະດັບທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຫຼາຍທີ່ສຸດ.

ຂ່າວສານສໍາຄັນສໍາລັບໄພລົມພະຍຸ



1. ໄພລົມພະຍຸລະດູຮ້ອນ: ການປະເມີນ ແລະ ການສ້າງແຜນ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1. ຮູ້ພື້ນທີ່ຄວາມສ່ຽງຂອງ ທ່ານ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບລົມພະຍຸໄຊ ໂຄງນ, ເຮືອີ ເຄນ ຫຼື ພະຍຸ ໄຕ້ຝຸ່ນ	ສຶກສາຄວາມສ່ຽງ ແລະ ຜົນກະທົບທີ່ອາດຈະເກີດຈາກຂອງພະຍຸເຂດຮ້ອນ ທີ່ຮຸນແຮງອາດເປັນຜົນກະທົບຕໍ່ທີ່ຢູ່ອາໄສຂອງທ່ານ ເປັນຕົ້ນແມ່ນພະຍຸໄຊ ໂຄງນ, ພະຍຸເຮືອີເຄນ ຫຼື ພະຍຸໄຕ້ຝຸ່ນ ແລະ ນໍ້າຖ້ວມ).
1.2. ວາງແຜນການອົບພະຍົກ: ຮູ້ທີ່ຕັ້ງຂອງບ່ອນຫລົບໄພ, ເສັ້ນທາງໃຊ້ໃນການອົບພະຍົກ ແລະ ວິການຕ່າງໆທີ່ປອດໄພ	- ຖ້າຈໍາເປັນຕ້ອງໄດ້ຍົກຍ້າຍໃຫ້ພົວພັນກັບໜ່ວຍງານທີ່ກ່ຽວຂ້ອງເພື່ອຊອກຫາທາງເລືອກເພື່ອຍົກຍ້າຍອອກ. - ຖ້າທ່ານບໍ່ຮູ້ ໃຫ້ຖາມທີມງານຕອບໂຕ້ສຸກເສີນໃນທ້ອງຖິ່ນກ່ຽວກັບແຜນການສໍາລັບປະຊາຊົນຜູ້ທີ່ບໍ່ມີລົດສ່ວນຕົວ ຫລື ຜູ້ທີ່ຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫລືອ. - ໃຫ້ທຸກຄົນໃນຄົວເຮືອນຮູ້ວ່າຈະໄປທາງໃດຖ້າວ່າຕ້ອງໄດ້ລົບໜີຈາກພື້ນທີ່ອັນຕະລາຍ.
2. ໄພລົມພະຍຸລະດູຮ້ອນ: ການຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ: ທາງດ້ານສິ່ງປຸກສ້າງ, ວັດຖຸສິ່ງຂອງ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ

2.1.ກໍ່ສ້າງ ແລະ ຮັກສາ ເຮືອນຂອງຕົນໂດຍຄໍານຶງ ເຖິງ ລົມພະຍຸທີ່ຮ້າຍແຮງ	• ຕິດຕັ້ງສິ່ງກໍາປັງລົມໃສ່ປ່ອງຢ້ຽມ ແລະ ປະຕູເທົ່າ ທີ່ເປັນໄປໄດ້ເພື່ອປ້ອງກັນຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມານໍາລົມ. • ຮັບປະກັນຫລັງຄາມີຄວາມແໜ້ນ ແລະ ຈັບເຂົ້າ ໂຄງຫລັງຄາເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຫລັງຄາປົວໄປນໍາ ລົມ ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ຍົກເຕົາໄຟ, ເຄື່ອງຕົ້ນນໍ້າ ອຸ່ນ ແລະ ກະດານໄຟຟ້າຂຶ້ນປ່ອນສູງ. • ຕິດຕັ້ງວາວປິດນໍ້າໄປທາງທິດດຽວໃສ່ເຄື່ອງສູບນໍ້າ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ນໍ້າໄຫລກັບເຂົ້າໄປຫາຮ່ອງນໍ້າເສຍ. • ພິຈະລະນາສ້າງຫ້ອງໄຕ້ດິນທີ່ປອດໄພເພື່ອປ້ອງ ກັນອັນຕະລາຍຈາກພະຍຸ ໂທນາໂດ.
2.2.ກວດກາ ແລະ ສ້ອມແປງຫຼັງຄາເຮືອນ ຂອງຕົນ ຢ່າງເປັນຈໍາໃນ ແຕ່ລະປີ	• ກວດກາຫລັງຄາກ່ອນລະດູພະຍຸ ແລະ ສ້ອມ ແປງ, ເຊັ່ນ ກະເບື້ອງທີ່ສຸດໂຊມ. ຫລັງຄາທີ່ມີ ຄວາມສ່ຽງກ່ວາໝູ່ໃນເຮືອນ. • ຖ້າແມ່ນຫລັງຄາໄມ້ ໃຫ້ມັດແໜ້ນໃສ່ໂຄງເຮືອນ ເພື່ອຮັບປະກັນຄວາມໝັ້ນແກ່ນ. • ຖ້າຫລັງຄາທີ່ເຮັດດ້ວຍຫຍ້າ ຫລື ເພືອງໃຫ້ຫາສິ່ງ ຂອງທີ່ໜັກມາຕັ້ງໄວ້ ແລະ ມັດໃຫ້ແໜ້ນ. • ອະນາໄມຂີ້ເຫຍື້ອອອກຈາກຮາງລິນ ແລະ ທໍ່ລົງ ນໍ້າຝົນແລະ ສ້ອມແປງປ່ອນທີ່ຊຸດໂຊມ
3.ໄພລົມພະຍຸລະດູຮ້ອນ: ການກຽມພ້ອມເພື່ອຕອບໂຕ້: ການສ້າງທັກສະ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ

3.1. ຮັບຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ຕະຫຼອດເວລາ	• ຕິດຕາມຂໍ້ມູນພະຍາກອນອາກາດໃຫ້ເປັນປົກກະຕິ • ຖ້າວ່າຖືກແນະນຳໃຫ້ຍົກຍ້າຍ ຫລື ຖ້າວ່າທ່ານຢູ່ ໃນສະພາບອັນຕະລາຍໃຫ້ຍົກຍ້າຍອອກຈາກທີ່ ນັ້ນທັນທີ. • ຕ້ອງເຂົ້າໃຈລະດັບການເຝົ້າລະວັງ ແລະ ລະດັບ ເຕືອນໄພຂອງການລາຍງານສະພາບທີ່ເປັນການ ເຕືອນລ່ວງໜ້າ. • ການເຝົ້າລະວັງໝາຍເຖິງອັນຕະລາຍຂອງພະຍຸ ຫລືສະພາບຂອງພະຍຸໃຕ້ຝຸນ ພາຍໃນ 36 ຊົ່ວ ໂມງ ຊຶ່ງແມ່ນໄລຍະທີ່ສາມາດກະກຽມທັນ. • ການເຕືອນໄພແມ່ນສະພາບທີ່ຄາດວ່າຈະເກີດ ພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ.
3.2. ຮັບຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ຕະຫຼອດເວລາ	• ຟັງວິທະຍຸ ຫລື ຕິດຕາມຂ່າວທາງໂທລະພາບ • ໃສ່ເຄື່ອງກຳປັງພະຍຸຫລືສິ່ງປ້ອງກັນຢູ່ຂ້າງນອກ ຂອງປະຕູ. • ມັດເຄື່ອງຢູ່ນອກໃຫ້ແໜ້ນຫລືເອົາສິ່ງຂອງເຂົ້າໃນ ເຮືອນ. • ກະກຽມນ້ຳດື່ມ, ເຄື່ອງໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຖັງນ້ຳ ພ້ອມດ້ວຍນ້ຳສຳລັບນ້ຳກິນ, ນ້ຳໃຊ້. • ກະກຽມເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວ ລວມທັງຢາປິວພະຍາດ. • ປັບຕູ້ເຢັນໃຫ້ເຢັນທີ່ສຸດແລ້ວປິດຝາຕູ້ເຢັນໄວ້ຮັກສາ ຄວາມເຢັນດົນ.

3.3.ກະກຽມເພື່ອຍົກຍ້າຍ ອອກໄປ	ກວດກາເຄື່ອງອຸປະໂພກສໍາລັບການຍົກຍ້າຍ ແລະເຄື່ອງໃຊ້ສອຍໂດຍເອົາໃສ່ກະເປົາໄວ້, ເຊັ່ນ: ນໍ້າ, ອາຫານແຫ່ງ, ຂໍ້ມູນຕິດຕໍ່ຍາມສຸກ ເສີນ, ຖ້າຈຳເປັນໃຫ້ໃສ່ເກີບໂບກກັນນໍ້າ. ສາກ ຖ່ານໂທລະສັບມີຖືໄວ້.
3.4.ໃຫ້ຮູ້ວ່າເມື່ອໃດ ແລະ ຈະຍ້າຍໄປໃສ.	- ທ່ານຕ້ອງຍົກຍ້າຍຖ້າວ່າທ່ານຢູ່ແຄມຝັ່ງທະເລ, ຢູ່ເຂດນໍ້າຖ້ວມ, ໄກ່ແມ່ນໍ້າ ຫລື ເຂດທາງນໍ້າ ໄຫລ. - ຖ້າວ່າທ່ານຢູ່ເຮືອນທີ່ບໍ່ຖາວອນ ຫລືເຮືອນທີ່ມີ ໂຄງສ້າງທີ່ບໍ່ແໜ້ນໜາ ໃຫ້ຍົກຍ້າຍທັນທີ. - ຍົກຍ້າຍຕາມຄໍສັ່ງຂອງອຳນາດການປົກຄອງ ທ້ອງ ຖິ່ນ. - ຖ້າທ່ານຢູ່ຕືກສູງໃຫ້ຍ້າຍລົງມາຢູ່ຊັ້ນ 2 ຫລື 3 ເພາະວ່າຢູ່ສູງລົມຈະພັດແຮງກວ່າ. - ຍ້າຍໄປຢູ່ທີ່ພັກອາໄສທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ຕາມແຜນທີ່ ໄດ້ກະກຽມລ່ວງໜ້າ. - ໃຫ້ຍົກຍ້າຍຖ້າວ່າທ່ານຮູ້ວ່າຢູ່ໃນສະພາບ ອັນຕະລາຍ ແຕ່ວ່າບໍ່ໃຫ້ຍົກຍ້າຍໃນຂະນະທີ່ລົມ ພະຍຸກຳລັງມາ.
3.5.ຖ້າຫາກວ່າທ່ານ ຢູ່ ພາຍໃຍອາຄານ	ແຕ່ວ່າໃຫ້ຢູ່ເທິງຊັ້ນດິນຊຶ່ງອາດມີນໍ້າຖ້ວມໄດ້. ຢູ່ ໃນເຂດມີປະຊາກອນຫລາຍຄວາມຮ້າຍແຮງຂອງ ລົມຈະເພີ່ມຂຶ້ນຕາມລວງສູງ. ຜົນກະທົບຂອງ

	ພະຍຸແມ່ນຮ້າຍແຮງຫລາຍ ຢູ່ໃນໄລຍະຊັ້ນທີ່ ສິບ ຂຶ້ນໄປ.
3.6. ປົດ ເຄື່ອງໄຊ້ຕ່າງໆ ແລະ ຖັງແກ້ສ ແລະ ປົດ ສາຍປັກສຽບໄຟຟ້າທຸກ ປະເພດ	ຖ້າວ່າທ່ານໄດ້ຮັບຄໍາສັ່ງຫລືມີເວລາພໍ້ກຽມພ້ອມ ກ່ອນການຍົກຍ້າຍໃຫ້ປົດເຄື່ອງໄຊ້ໄຟຟ້າ ແລະ ເຄື່ອງທຸກຢ່າງທີ່ມີຄ່າແກດສ໌ສໍາລັບທຳຄວາມ ຮ້ອນ. ປົດປັກສຽບອອກຈາກເຄື່ອງໄຊ້ໄຟຟ້າ.

ຂ່າວສານສໍາຄັນກ່ຽວກັບ ໄຟໄໝ້



1. ໄຟໄໝ້ :ການປະເມີນ ແລະ ການວາງແຜນ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
1.1. ກວດກາເຮືອນ ແລະ ຊັບສິນຂອງທ່ານ ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ເພື່ອ ປ້ອງກັນຈາກ ໄຟ ອັນຕະລາຍ ໄຟໄໝ້	- ກວດກາເບິ່ງສິ່ງທີ່ອາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໄຟອັນຕະລາຍຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນເປັນປະຈຳ, ເຊັ່ນ: ຕົ້ນໄມ້ແຫ້ງທີ່ຕິໄຟໄດ້ງ່າຍ, ໄປ້ໄມ້ແຫ້ງ ແລະ ຟຸ່ມໄມ້ແຫ້ງ ຫລື ງ່ໍາໄມ້ແຫ້ງ. - ອານາໄມສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ຈະພາໃຫ້ເກີດເຊື້ອໄຟໄດ້ງ່າຍ - ກວດກາເບິ່ງລະບົບຊົນລະປະທານເຊື້ອໃຫ້ໝັ້ນໃຈໄດ້ວ່າສາມາດເຂົ້າເຖິງແຫ່ງນ້ຳໄດ້ - ກວດກາເບິ່ງສິ່ງທີ່ຕິດໄຟໄດ້ງ່າຍ(ເຊັ່ນ ປຸ່ຍ ແລະ ຢາປາບສັດຕູພືດ)ໃຫ້ຢູ່ໃນທີ່ທີ່ ປອດໄຟ - ກວດກາເບິ່ງທາງໜີໄຟທຸກທາງ ແລະ ເສັ້ນທາງເອົາຊັບສິນອອກມີຄວາມສະດວກ.
1.2. ລາຍງານ ສະພາບການທີ່ເປັນ ອັນຕະລາຍ ໃຫ້ພາກສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງ ຮັບຮູ້	ຕ້ອງລາຍງານສະພາບຂອງໄຟອັນຕະລາຍດັ່ງກ່າວໃຫ້ຕໍາຫລວດດັບເພີງ ໃນທັນທີທັນໃດ ຍ້ອນວ່າມັນອາດເຮັດໃຫ້ເກີດໄຟໄໝ້ທີ່ຮ້າຍແຮງ.

1.3. ຈັດສັນເຮືອນຂອງທ່ານໃຫ້ເໝາະສົມເພື່ອທີມງານໝອດ ໄຟສາມາດເຂົ້າໄດ້ສະດວກ	ເຮັດເຄື່ອງໝາຍສັນຍາລັກທຶນທາງເພື່ອໃຫ້ລົດດັບເພີງສາມາດເຂົ້າ ແລະ ອອກໄດ້, ເສັ້ນທາງເຂົ້າຄວນມີຄວາມກວ້າງຢ່າງນ້ອຍ 3,5ແມັດ ແລະ ຄວາມສູງ 4.5 ແມັດທີ່ປັດສະຈາກສິ່ງກົດຂວາງ.
2. ໄຟໄໝ້: ການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ:ທາງດ້ານສິ່ງປຸກສ້າງ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
2.1. ປ້ອງກັນໄຟໄໝ້	- ຫ້າມຖິ້ມກິນກອກຢາ ລົງພື້ນດິນ. - ຫ້າມປ່ອຍປະໂຫໄຟໄໝ້ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ ໂດຍບໍ່ມີຄົນເບິ່ງ. - ຕ້ອງຮັບປະກັນສະເໝີວ່າ ກອງໄຟທີ່ຈູດເວລາຕັ້ງຄ້າຍໃນປ່າ ຖືກມອດຢ່າງຄັກແນ່ ຫຼັງຈາກໃຊ້ວຽກແລ້ວ. - ເກັບມ້ຽນກະຈົກແກ້ວແຕກທີ່ຢູ່ນອກເຮືອນ ຊຶ່ງສາມາດສົ່ງແສງສະຫ້ອນຂອງດວງຕາເວັນ ແລະ ພາໃຫ້ເກີດມີປະກາຍໄຟ. - ຖິ້ມກວດແກ້ວ ລົງຖັງທີ່ມີຝາປິດ ທີ່ສາມາດນໍາກັບມາໃຊ້ຄືນໃໝ່ໄດ້.
2.2. ເລືອກຕັ້ງເຮືອນໃນສະຖານທີ່ທີ່ປອດໄພ	ສ້າງເຮືອນຂອງທ່ານໃນສະຖານທີ່ທີ່ມີພື້ນລຽບສະເໝີກັນ. ໄຟໄໝ້ ສາມາດຂະຫຍາຍຕົວໄດ້ໄວກວ່າໃນພື້ນທີ່ (ຖ້າຫາກວ່າພື້ນທີ່ທີ່ມີຄວາມອ່ຽງຊັນ ໄຟຈະຂະຫຍາຍຕົວໄດ້ໄວ)

	• ກຳນົດໂຄງສ້າງເຮືອນເປັນເຮືອນຊັ້ນດຽວ ທີ່ມີໄລຍະຫ່າງ 10 ແມັດ (30 ຟຸດ) ຈາກຮ່ອມພູ ຫຼື ເຈັ້ນພູ. ສຳລັບເຮືອນທີ່ມີລະດັບສູງກວ່າ 1 ຊັ້ນ, ເພີ່ມໄລຍະຫ່າງ ຕາມຄວາມເໝາະສົມ. • ຮັບປະກັນວ່າ ສິ່ງປຸກສ້າງແຕ່ລະຫຼັງມີໄລຍະຫ່າງທີ່ເໝາະສົມ ອີງຕາມມາດຕະຖານພາຍໃນປະເທດ ຫຼື ມາດຕະຖານສາກົນ (ຂໍ້ມູນເພີ່ມຕື່ມ, ເບິ່ງແບບທີ່ພັກອາໄສໃນຍາມສຸກເສີນ).
2.3. ອອກແບບ, ກໍ່ສ້າງ ແລະ ບຳລຸງຮັກສາເຮືອນຊານຂອງທ່ານໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບດີ ໂດຍຄຳນຶງເຖິງກໍລະນີເກີດອັກຄີໄຟ	• ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງໃຊ້ທີ່ມີແປວໄຟຕ່ຳ ໃຫ້ຢູ່ໃນລະດັບພື້ນດິນ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນແຫຼ່ງເຊື້ອເພີງໃນເວລາເກີດມີໄຟໄໝ້ • ອອກແບບ ແລະ ປຸກສ້າງເຮືອນເພື່ອຈຳກັດບໍ່ໃຫ້ເກີເຊື້ອໄຟໄດ້ງ່າຍ • ນຳໃຊ້ ອຸປະກອນກໍ່ສ້າງທີ່ທົນທານຕໍ່ການເຜົາໄໝ້ ຫຼື ອຸປະກອນທີ່ບໍ່ຕິດໄຟງ່າຍ ໃນກໍລະນີທີ່ມີຄວາມເປັນໄປໄດ້. • ສຳລັບຫຼັງຄາ, ນຳໃຊ້ແຜ່ນກະເບື້ອງ, ຢ່າງໝາກຕ່ອຍ (ປະເພດ A), ຊີມັງ, ເຫຼັກ, ຫຼື ດິນ • ສຳລັບຝາຂ້າງນອກເຮືອນ, ນຳໃຊ້ແຜ່ນປູນປຣາດສະເຕີ ຫຼື ດິນຈີ່; ແທນທີ່ຈະໃຊ້ໄມ້ອັດ ຫຼື ໄມ້ແປ້ນ. • ໃຊ້ປະເພດໄມ້ ຫຼື ອຸປະກອນທີ່ບໍ່ຕິດໄຟງ່າຍ ຄຽງຄູ່ກັບອຸປະກອນຕ້ານໄຟໄໝ້ຊະນິດອື່ນໆ.

	• ນຳໃຊ້ກະຈົກແກ້ວ ຊະນິດທີ່ມີຄວາມໜາ ແລະ ປອດໄພໃນອຸນຫະພູມສູງ ສຳລັບປ່ອງຢ້ຽມ ແລະ ປະຕູເລື່ອນທີ່ມີຂະໜາດໃຫຍ່. • ຕິດຕັ້ງສາຍໄຟ ຢູ່ໄຕ້ພື້ນດິນ ຖ້າວ່າເປັນໄປໄດ້. • ຕິດຕັ້ງ ແລະ ເກັບມ້ຽນໄມ້ເສດເຫຼືອຕ່າງໆໃຫ້ເປັນລະບຽບ. • ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງເກັບສະເກັດໄຟ ໃນທໍ່ຂັ້ວນໄຟ ເພື່ອປ້ອງກັນສະເກັດໄຟ ບໍ່ໃຫ້ເປັນສາເຫດຂອງໄຟໄໝ້. • ສ້າງປະຕູເຮືອນໃນຊັ້ນທີ່ຕິດກັບພື້ນດິນ ຢ່າງໜ້ອຍຈຳນວນ 2 ບານ (ປະຕູ ຫຼື ປ່ອງຢ້ຽມ) ເພື່ອໃຊ້ເປັນປະຕູໜີໄຟ, ແລະ ຈຳນວນ 2 ບານ ແມ່ນເພື່ອໜີໄຟ ຈາກຫ້ອງໜຶ່ງໄປຫາອີກຫ້ອງອື່ນ.
2.4. ກຳຈັດອຸປະກອນໄວໄຟ ໃຫ້ຢູ່ໄກຈາກເຮືອນຂອງທ່ານ	• ເຮັດຄວາມສະອາດຫຼັງຄາ ແລະ ຮາງລິນໂດຍການເອົາກິ່ງໄມ້/ເສດໄມ້/ໃບໄມ້ແຫ້ງ/ແລະສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ບໍ່ຈຳເປັນ ອອກໄກຈາກເຮືອນຂອງທ່ານ. • ກຳຈັດທ່ອນໄມ້, ຕົ້ນໄມ້ຕາຍແລະໃບໄມ້ຕ່າງໆທີ່ຢູ່ອ້ອມເຮືອນຂອງທ່ານ ໃນລັດສະໝີ 7 ແມັດ (30 ຟຸດ). • ຕັດກິ່ງ ແລະ ຮອນງ່າໄມ້ເພື່ອໃຫ້ງ່າໄມ້ເຫຼືອໜ້ອຍທີ່ສຸດປະມານ 2-3 ແມັດ (6-10 ຟຸດ) ຈາກລະດັບພື້ນດິນ.

	• ຖືມ່ວງໄມ້ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆໃຫ້ຖືກຕ້ອງເໝາະສົມ. • ຫຼີກລ້ຽງ ການນຳໃຊ້ເພີນເຈີທີ່ເຮັດດ້ວຍໄມ້ສົດ.
2.5. ລະມັດລະວັງອຸປະກອນໄວໄຟ	• ຫຼີກລ້ຽງ ການຈູດໄຟແບບເປີດກວ້າງ ໂດຍສະເພາະແມ່ນໃນລະດູແລ້ງຫຼືລະດູໄຟໄໝ້. • ຕິດຕັ້ງຖັງອາຍແກັດສ໌ໃຫ້ຢູ່ສູງກວ່າລະດັບພື້ນດິນ ແລະ ຕັ້ງຢູ່ໄກຈາກເຮືອນໃນໄລຍະ 9 ແມັດ (30 ຟຸດ). • ຖືມຂີ້ເຖົ້າໄຟໃສ່ຄູ່ເຫຼັກ, ມອດພວກມັນດ້ວຍນ້ຳ ແລະ ປະໄວ້ 2 ວັນ, ແລ້ວຈຶ່ງເອົາໄປຜັງດິນ.
3. ໄຟໄໝ້: ກຽມພ້ອມຕອບໂຕ້: ຍົກລະດັບຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
3.1. ວາງແຜນ ແລະ ຝຶກສ້ອມແຜນການລົບໝີທີ່ມີທາງອອກ ສອງທາງຮ່ວມກັບ ເພື່ອນບ້ານ	• ວາງແຜນສຳຮອງໃນການໜີໄພ ໃນກໍລະນີທີ່ທາງໝີໄຟເບື້ອງ
3.2. ອົບພະຍົກຖ້າທ່ານເຫັນວ່າເໝາະສົມ ຫຼື ອຳນາດການປົກຄອງແຈ້ງໃຫ້ທ່ານຍົກຍ້າຍ	• ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານຖືກແນະນຳໃຫ້ຍົກຍ້າຍ ຫຼື ທ່ານຄິດວ່າທ່ານຢູ່ໃນສະພາບການທີ່ອັນຕະລາຍ, ໃຫ້ອົບພະຍົກທັນທີ. ໄຟໄໝ້ອາດຈະຂະຫຍາຍຕົວໄວເກີນໄປຈົນພະນັກງານກ່ຽວຂ້ອງແຈ້ງການໃຫ້ຍົກຍ້າຍບໍ່ທັນກັບເວລາ.

	- ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ແລະ ບໍ່ມີອຸປະກອນດັບໄຟ, ບໍ່ຄວນຈະເອົາຕົວເອງເຂົ້າໄປສູ່ງ. - ອອກຈາກເຫດການໃຫ້ໄວທີ່ສຸດ: ຊັກຊ້າ, ອາດຈະມີຜົນກະທົບຕໍ່ຊີວິດຂອງທ່ານ. - ຮັບປະກັນວ່າອຸປະກອນ ແລະ ເຄື່ອງມືກູ້ໄພຢູ່ນອກເຮືອນ ແລະ ສາມາດເຂົ້າເຖິງໄດ້ງ່າຍ.
3.3. ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານບໍ່ສາມາດອອກຈາກສະຖານທີ່ໄຟໄໝ້, ໃຫ້ລົງໜອງນ້ຳ, ແມ່ນ້ຳ ຫຼື ສະລອຍນ້ຳ.	- ໃນກໍລະນີທີ່ບໍ່ມີແຫຼ່ງນ້ຳຫຼືໜອງນ້ຳ ໄກ້ຄຽງ; ໃຫ້ຊອກຫາບ່ອນລີ້ໄພ ທີ່ເປັນສະຖານທີ່ເປົ່າຫວ່າງທີ່ມີກ້ອນຫີນຂະໜາດໃຫຍ່. ຈາກນັ້ນ ໃຫ້ນອນກົມໜ້າລົງ ແລະ ປົກປິດຕີນໂຕຂອງທ່ານ ດ້ວຍຂີ້ດິນ. ໃຫ້ຫາຍໃຈເອົາອາກາດ ທີ່ຢູ່ໄກ້ພື້ນດິນທີ່ສຸດ. - ຈົ່ງຄຳນຶງສະເໝີວ່າທ່ານຈະບໍ່ສາມາດແລ່ນໄວກວ່າ ແປວໄຟ.
3.4. ພາຍຫຼັງໄຟປ່າສິ້ນສຸດລົງ, ໃຫ້ລະມັດລະວັງອັນຕະລາຍຕ່າງໆ ທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ	- ຈົ່ງຊອກຫາສິ່ງຂອງຫຼືບ່ອນທີ່ຖືກໄຟໄໝ້ ທີ່ຍັງມີຄວາມຮ້ອນແລະຫາກໍດັບມອດ ແລະ ມີຄວາມລະມັດລະວັງ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ພວກມັນ ຕິດໄຟຄືນໃໝ່. - ລະວັງອັນຕະລາຍທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນໄມ້ທີ່ຖືກໄຟໄໝ້, ເລົາໄຟຟ້າຫຼືສາຍໄຟຟ້າທີ່ຕົກລົງພື້ນດິນ ແລະ ຂີ້ເຖົ່າໄຟ. - ຕ້ອງໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ ກ່ອນຈະກັບຄືນສະຖານທີ່ຂອງທ່ານ.

	ກວດກາເບິ່ງຄວາມເສຍຫາຍ ແລະ ໃຫ້ຢູ່ໄກຈາກອາຄານທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ.
3.5. ພາຍຫຼັງໄຟໄໝ້ສິ້ນສຸດລົງ, ໃຫ້ລະມັດລະວັງໃນເວລາ ເຮັດຄວາມສະອາດ ແລະມີ ງຽນເຮືອນຂອງທ່ານ	- ຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານໃຫ້ເຫຼືອໜ້ອຍທີ່ສຸດທີ່ອາດເກີດຈາກອຸປະກອນຕ່າງໆ ທີ່ເປັນອັນຕະລາຍເປັນຕົ້ນແມ່ນ ອາຍແກັດພິດຈາກວັດຖຸສິ່ງຂອງໃນສາງເຄື່ອງ ຫຼື ກາລາລົດ, ແຜ່ນກະເບື້ອງ ແລະ ເສດຂີ້ຝຸ່ນຕ່າງໆ. ໃຫ້ຖືຜ້າປຽກໄວ້ປົກປິດໃບໜ້າຂອງທ່ານເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນ ແລະ ກັ່ນຕອງຂີ້ຝຸ່ນແລະຂວັນໄຟ. - ເບິ່ງແຍງບໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍເຂົ້າໄກສະຖານທີ່ເຮັດຄວາມສະອາດ ຫຼັງຈາກໄຟ ໄໝ້. - ຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານໃຫ້ເຫຼືອໜ້ອຍທີ່ສຸດ ທີ່ອາດຈະເກີດຈາກການສູບດົມ ຫຼື ຫາຍໃຈເອົາຂີ້ຝຸ່ນໂດຍການຫົດນ້ຳໃສ່ສິ່ງເສດເຫຼືອ ໃຫ້ປຽກເສຍກ່ອນ. - ໃສ່ຖູງມືຢາງໃນເວລາເຮັດຄວາມສະອາດ. - ໃນເວລາເຮັດຄວາມສະອາດແລະຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ, ໃຫ້ຄົ້ນຄວ້າຂໍ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກພາກສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງ ຕາມຄວາມເໝາະສົມ.

ຂ່າວສານສໍາຄັນ ກ່ຽວກັບພາຍຸໝາກເທັບ



1. ພາຍຸໝາກເທັບ: ການປະເມີນແລະການວາງແຜນ	
ຂໍ້ມູນສໍາຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
1.1 ຕິດຕາມສະພາບອາກາດ ແລະເອົາໃຈໃສ່ຕົວຊີ້ວັດ ກ່ຽວກັບສະພາບອາກາດທີ່ອັນຕະລາຍ	• ຟັງຂ່າວ ກ່ຽວກັບການແຈ້ງເຕືອນສະພາບອາກາດຮ້າຍແຮງ. • ຕິດຕາມສະພາບອາກາດ, ພາຍຸຝົນພ້າຄະນອງ ທີ່ມີໝາກເທັບຕົກ ຈະສະແດງໃຫ້ເຫັນ ເປັນລັກສະນະສີຂຽວ. • ເຕືອນໃຫ້ເພື່ອນບ້ານຮັບຮູ້ ກ່ຽວກັບຕົວຊີ້ວັດສະພາບອາກາດທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ. • ຟັງການແຈ້ງເຕືອນ ກ່ຽວກັບດິນເຈື່ອນ ຫຼື ນໍ້າຖ້ວມ
1.2 ກຳນົດ ສະຖານທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດ	• ກຳນົດສະຖານທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດ ພາຍໃນເຮືອນຂອງທ່ານ, ຢູ່ຫ່າງຈາກປ່ອງຢ້ຽມ. • ຢູ່ນອກເຮືອນຂອງທ່ານ, ສະຖານທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດແມ່ນບ່ອນທີ່ມີຫຼັງຄາປົກຄຸມ ແລະຕັ້ງຢູ່ຫ່າງໄກທາງນໍ້າໄຫຼ ຫຼື ດິນສູງຊັນ. • ກຳນົດສະຖານທີ່ອັນຕະລາຍ ໂດຍສາຍລໍ້ຟ້າແບບທຳມະຊາດ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນໄມ້ສູງທີ່ມີຕັ້ງຢູ່ໂດດດ່ຽວ,

	ພູສູງ, ເດີນກ້ວາງ, ຫາດຊາຍ, ຖຽງນາ, ສິ່ງປູກ ສ້າງຂະໜາດນ້ອຍ ແລະເຫຼັກ.
2. ພາຍຸໝາກເທັບ: ການຕອບໂຕ້ - ການກຽມພ້ອມ - ທັກສະທີ່ຈຳເປັນ	
ຂໍ້ມູນສຳຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
2.1 ກຽມພ້ອມ ທີ່ຈະ ຕອບໂຕ້ ໃນກໍລະນີ ສະພາບອາກາດຮ້າຍແຮງ ທີ່ ມີການເຕືອນໄພ	- ປະຕິບັດຕາມ ຄຳແນະນຳ ກ່ຽວກັບການອົບ ພະຍົບ. - ຢູ່ໄກກັບສະຖານທີ່ປອດໄພ ຕະຫຼອດເວລາ. - ຮັກສາ ແລະເບິ່ງແຍງເດັກນ້ອຍ ໃຫ້ຢູ່ໄກຕົວເຮົາ. - ປິດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມໃຫ້ແໜ້ນໜາ.
2.2 ຖ້າທ່ານຢູ່ນອກ ເຮືອນ, ໃຫ້ເຂົ້າໃນທີ່ພັກ ອາໄສ ທັນທີ	- ຊອກຫາທີ່ພັກອາໄສ ແຕ່ວ່າໃຫ້ຫຼີກລ້ຽງບ່ອນທີ່ມີ ສາຍລັຟ້າແບບທຳມະຊາດ ເຊັ່ນວ່າ ຕົ້ນໄມ້ສູງ ທີ່ມີຕັ້ງຢູ່ໂດດດ່ຽວ ໃນສະຖານທີ່ເປີດ, ຈອມພູ, ສະໜາມກ້ວາງ, ຫາດຊາຍ, ຖຽງນາ, ຫຼື ສິ່ງປູກ ສ້າງຂະໜາດນ້ອຍ ແລະເຫຼັກ. - ບໍ່ໃຫ້ປີນໜ້າໄປທິດທາງດຽວກັບທິດທາງລົມພັດ ໃນຂະນະທີ່ທ່ານມຸ້ງໜ້າໄປສູ່ທີ່ພັກອາໄສ; ໃຊ້ ແຂນ, ກະເປົາ, ປຶ້ມຂຽນ ຫຼື ວັດຖຸຊະນິດໃດໜຶ່ງ ປົກປິດຫົວຂອງທ່ານ. - ມີສະຕິລະວັງຕົວ ແລະ ເອົາໃຈໃສ່ ສັນຍານກ່ຽວ ກັບລົມພັດແຮງ ຫຼື ພາຍຸທຳນາໂດ (ໂດຍສະເພາະ ແມ່ນ ກໍລະນີທີ່ໝາກເທັບມີຂະໜາດໃຫ່ຍ)

2.3. ຖ້າທ່ານຢູ່ພາຍໃນທີ່ພັກອາໄສ, ໃຫ້ຢູ່ໄກຈາກປ່ອງຢ້ຽມ	- ຢູ່ຫ່າງຈາກປ່ອງຢ້ຽມ ແລະປະຕູແກ້ວ. ເອົາໃຈໃສ່ສັນຍານ ກ່ຽວກັບລົມພັດແຮງຫຼືພາຍຸທໍນາໂດ (ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ກໍລະນີທີ່ໝາກເທັບ ມີຂະໜາດໃຫ່ຍ) ແລະ ຕິດຕາມການແຈ້ງເຕືອນກ່ຽວກັບລົມພາຍຸທໍນາໂດ, ຖ້າຈໍາເປັນ). - ຢູ່ພາຍໃນເຮືອນ ຈົນກວ່າພາຍຸຢຸດເຊົາ ແລະທ່ານໝັ້ນໃຈວ່າ ມີຄວາມປອດໄພ ທີ່ຈະອອກໄປຂ້າງນອກ.
2.4. ຖ້າຫາກທ່ານຢູ່ໃນລົດ, ໃຫ້ຢູ່ພາຍໃນລົດຕໍ່ໄປ	- ຢຸດພາຫະນະຂອງທ່ານໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ປອດໄພ. ຢູ່ໃນລົດຈົນກວ່າ ພາຍຸຢຸດເຊົາ. - ລະວັງຫົວ ແລະ ປິ່ນໜ້າໄປທາງກົງກັນຂ້າມກັບປະຕູປ່ອງຢ້ຽມ ແລະເອົາມືປົກຫົວຂອງທ່ານໄວ້. - ມີສະຕິລະວັງຕົວ ແລະເອົາໃຈໃສ່ ສັນຍານກ່ຽວກັບລົມພັດແຮງ ຫຼື ພາຍຸທໍນາໂດ (ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ກໍລະນີທີ່ໝາກເທັບມີຂະໜາດໃຫ່ຍ)
2.5. ຕັ້ງສະຕິໃຫ້ມີຄວາມທຸ່ນທ່ຽງ	ຕັ້ງສະຕິໃຫ້ມີຄວາມທຸ່ນທ່ຽງ ໂດຍ ການນັບເລກ ຫຼື ຫາຍໃຈເຂົ້າເລິກໆແລະຊ້າໆ. ເບິ່ງສະພາບແວດລ້ອມອ້ອມຕົວ ເສຍກ່ອນຈິ່ງກ້າວໄປຂ້າງໜ້າ.
2.6. ໃນເຂດພູດອຍ, ໃຫ້ມີສະຕິລະວັງຕົວສູງ	ຖ້າຫາກວ່າ ທ່ານຢູ່ໃນເຂດພູດອຍ ຫຼື ຢູ່ໄກກັບເຂດໜ້າຜາ ຫຼື ດິນຊັນ, ໃຫ້ເອົາໃຈໃສ່ ແລະລະມັດລະວັງບັນຫາລຸ່ມນີ້:

	○ ຫິນ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໄພທຳມະ ຊາດຈະຕົກໃສ່ ○ ສຽງທີ່ມີລັກສະນະຜິດປົກກະຕິ ເຊັ່ນ ສຽງ ຕົ້ນໄມ້ຫັກ ○ ລະດັບນ້ຳເພີ່ມຂຶ້ນ ຫຼື ຫຼຸດລົງ ຢ່າງໄວວາ ○ ອ່າງເກັບນ້ຳພາຍໃນທ້ອງຖິ່ນ, ໜອງນ້ຳ, ຕາຝັ່ງກັນນ້ຳ ທີ່ອາດຈະຖືກ ທຳລາຍ • ລະມັດລະວັງ ດິນເຈື່ອນ ທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ ຈາກການສະສົມ ແລະ ນ້ຳໝັກຂອງໝາກເຫັບ • ຖ້າວ່າ ມີການແຈ້ງກ່ຽວກັບດິນເຈື່ອນ ແລະ ຝົນຕົກແບບກະທັນຫັນ, ໃຫ້ຍົກຍ້າຍໄປຢູ່ສະຖານ ທີ່ປອດໄພ ທັນທີ. • ໃນລະຫວ່າງເກີດໄພນ້ຳຖ້ວມ ຢ່າຂັບຂີ່ ຍານພາຫະນະໃກ້ກັບຕາຝັ່ງຫຼືແຄມແມ່ນ້ຳ.
2.7. ກວດກາເບິ່ງຄວາມ ເສຍຫາຍ	• ລະວັງເສດແກ້ວແຕກ • ກວດກາເບິ່ງຫຼັງຄາເຮືອນຂອງທ່ານ ແລະ ສັອມ ແປງ ເພື່ອຫຼີກລ້ຽງຫຼັງຄາຮົ່ວແລະການຖືກທຳ ລາຍຈາກຝົນຕົກໃນໄລຍະຕໍ່ມາ.

ຂ່າວສານສໍາຄັນກ່ຽວກັບສັດຕູພຶດ ແລະ ສັດ



1. ສັດຕູພຶດແລະສັດ: ການປະເມີນ ແລະ ການວາງແຜນ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
1.1 ຕິດຕາມສະພາບແວດລ້ອມອ້ອມຂ້າງ ເພື່ອຊອກຫາການປະກົດຕົວໜູ	ຕິດຕາມພື້ນທີ່ອ້ອມແອ້ມ ບ່ອນເກັບມ້ຽນສະບຽງອາຫານຢ່າງເປັນປົກກະຕິ, ສັງເກດ ແລະ ຊອກຫາ ຂີ້ ຫຼື ຍ່ຽວ, ຮອຍຕີນ, ຮູ ແລະ ຮອຍກັດແທ້ນຂອງໜູ
1.2 ຕິດຕາມແລະສໍາຫຼວດ ພຶດ ເພື່ອຊອກຫາສັດຕູພຶດ ແລະ ວັດສະພຶດ.	- ຕິດຕາມ ແລະ ລົງບັນທຶກລະດັບການປະກົດຕົວ ຫຼື ຫຼຸດລົງຂອງພະຍາດ ພົວພັນກັບການປູກຝັງ - ກວດກາພື້ນທີ່ປູກຝັງເປັນປະຈຳວ່າມີພຶດຊະນິດໃໝ່ເກີດຂຶ້ນຫລືບໍ່ເພື່ອຊອກຫາ ສັດຕູພຶດ ແລະ ອາການຜິດປົກກະຕິ. - ຕິດຕາມສະຖານທີ່ເຮັດການຜະລິດ ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ເພື່ອຊອກຫາ ວັດສະພຶດ, ເຊັ່ນ ຫຍ້າຊະນິດໃໝ່ທີ່ມີລັກສະນະບຸກລຸກ.
1.3. ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບ ວິທີການທີ່ປອດໄພ ໃນວຽກງານສຸຂະພິບານ, ການ	ນໍາໃຊ້ວິທີການແບບປະສົມປະສານ ເຂົ້າໃນວຽກງານສຸຂະພິບານດ້ານສິ່ງແວດລ້ອມ, ການເກັບສະລົມສະບຽງອາຫານ, ການປ້ອງກັນສັດຕູພຶດແລະ

ຄວບຄຸມສັດຕູພຶດ, ການນຳໃຊ້ສານພິດ ແລະການກຳຈັດສັດຕູພຶດ	ສັດຈຳພວກກັດແທ້ (ໝູ), ການນຳໃຊ້, ການກຳຈັດສານພິດ ແລະ ການນຳໃຊ້ກັບດັກ.
1.4. ກຽມພ້ອມ ທີ່ຈະສືບທາຂໍ້ມູນ ແລະ ລາຍງານກ່ຽວກັບການລະບາດ	ລາຍງານ ກໍລະນີການລະບາດຂອງພະຍາດທີ່ເກີດກັບສັດລ້ຽງ ໃຫ້ສັດຕະວະແພດ ແລະ ພະນັກງານກ່ຽວຂ້ອງ ຮັບຮູ້.
1.5. ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບ ແລະ ມີສ່ວນຮ່ວມ ໃນລະບົບເຕືອນໄພລ່ວງໜ້າ	- ຮຽນຮູ້ ກ່ຽວກັບວິທີການຊອກຫາຂໍ້ມູນ ຢູ່ພາຍໃນປະເທດ ຫຼື ລະບົບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບພະຍາດ ຢູ່ລະດັບພາກພື້ນ. - ຮຽນຮູ້ ກ່ຽວກັບພະຍາດທີ່ເປັນໄພຂົ່ມຂູ່ຢ່າງຮ້າຍແຮງ ຕໍ່ສັດລ້ຽງ.
2. ພະຍາດລະບາດຂອງພຶດ ແລະ ສັດ: ການປ້ອງກັນທາງດ້ານກາຍະພາບ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
2.1. ຮັກສາຄວາມສະອາດສາງເກັບມ້ຽນສະບຽບອາຫານ ແລະ ສະຖານທີ່ທຳການຜະລິດເພື່ອປ້ອງກັນ ໝູ, ສັດຕູພຶດ ແລະ ພະຍາດຕ່າງໆ	- ກຳຈັດອຸປະກອນ ແລະ ເຄື່ອງບັນຈຸຕ່າງໆ ທີ່ເປັນບ່ອນລີ້ຊ້ອນ ແລະ ຮັດຮັງຂອງໝູ ແລະ ແມງໄມ້ ທຳຄວາມສະອາດ ອຸປະກອນການເກັບກ່ຽວເມັດເຂົ້າ ແລະ ສາງເກັບມ້ຽນເຂົ້າ ກ່ອນຈະມີການເກັບກູ້ຜົນຜະລິດ. - ກຳຈັດອາຫານສັດທີ່ຖືກປົນເປື້ອນຢ່າງປອດໄພ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເກີດການປົນເປື້ອນຄືນອີກ

2.2. ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ ໝູ ແລະ ສັດຕູພືດອື່ນໆ ເຂົ້າ ເຖິງອາຫານ	- ເກັບສະບຽງອາຫານ ແລະ ນ້ຳ ໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ຝາ ປິດ ແລະ ມັງນໄວ້ໃນເຄື່ອງບັນຈຸທີ່ເຮັດດ້ວຍຢາງ ປຣາດສະຕິກ, ແກ້ວ, ຫຼື ເຫຼັກ ທີ່ມີຝາອັດຢ່າງ ແໜ້ນໜາ. - ເກັບມັງນຂີ້ເຫຍື້ອໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ໝູ ເຂົ້າບໍ່ໄດ້ ແລະ ມີຝາປິດຢ່າງແໜ້ນໜາ - ກຳຈັດແຫຼ່ງອາຫານຂອງໝູ ແລະ ຊາກສັດ.
2.3. ປ້ອງກັນ ນ້ຳໃຫ້ ປາດສະຈາກສິ່ງບິນເປື້ອນ ຈາກໝູ, ສັດຕູພືດ, ແລະ ພະຍາດຕ່າງໆ	- ນຳໃຊ້ ແຫຼ່ງນ້ຳ ດ້ວຍຄວາມເອົາໃຈໃສ່ ແລະ ຮັກສາໃຫ້ແຫຼ່ງນ້ຳເຫຼົ່ານັ້ນໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບດີ. - ກຳຈັດນ້ຳຂັງ ທີ່ອາດຈະເປັນແຫຼ່ງເພາະພັນຂອງ ແມງໄມ້ ແລະ ແຫຼ່ງລະບາດຂອງພະຍາດ. - ປົກປັກຮັກສາ ແລະ ສ້ອມແປງ ຖັງນ້ຳທີ່ມີຮູຮິ້ວ ແລະ ສ້ອມຖ່າຍທີ່ເປ່ເພ. - ປ້ອງກັນນ້ຳເປື້ອນ ບໍ່ໃຫ້ໄຫຼລົງສູ່ແມ່ນ້ຳ ແລະ ນ້ຳ ສ້າງ. - ປ້ອງກັນ ສັດລ້ຽງບໍ່ໃຫ້ນຳໃຊ້ແຫຼ່ງນ້ຳດຽວກັນກັບ ຄົນ. - ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມີສິ່ງທີ່ບິນເປື້ອນ ຕົກລົງໃນນ້ຳສ້າງ ແລະ ແຫລ່ງນ້ຳ. - ກວດກາແຫຼ່ງນ້ຳຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ແລະ ປ້ອງ ກັນບໍ່ໃຫ້ສັດລ້ຽງ ແລະ ສັດປ່າ/ຕາມທຳມະຊາດ ເຂົ້າເຖິງແຫຼ່ງນ້ຳ

	• ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ປົກປັກຮັກສາລະບົບລະບາຍນ້ຳໃນພື້ນທີ່ເຮັດການຜະລິດໃຫ້ດີ. • ລະບາຍ ຫຼື ບຳບັດ ນ້ຳທີ່ມີທາດອາຫານສູງ ແລະ ເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນອ່າງເກັບນ້ຳ ເພື່ອປ້ອງກັນການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງເທົາແລະໄຄນ້ຳ.
2.4. ຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອຢ່າງຖືກຕ້ອງ	• ຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອ ທີ່ເຮັດໃຫ້ແມງວັນ ແລະ ແມງໄມ້ຊະນິດອື່ນໆ. • ຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອໃຫ້ຖືກຕ້ອງເໝາະສົມ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເກີດມີການປົນເປື້ອນລົງສູ່ແຫລ່ງນ້ຳ ແລະ ດິນ
2.5. ປ້ອງກັນອາຫານສັດ ແລະ ເກັບມ້ຽນອາຫານສັດ ຢ່າງຖືກຕ້ອງ	• ຮັບປະກັນອາຫານສັດໃຫ້ປາດສະຈາກຫຍ້າ, ດິນ ແລະ ສັດຕູພືດ ແລະ ທີ່ສັດບໍ່ຕ້ອງການ. • ເກັບຮັກສາ ອາຫານສັດໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ມີຝາປິດ ແລະ ປອດໄພເພື່ອຮັກສາອາຫານສັດບໍ່ໃຫ້ປາກສຸ່ມ ແລະ ບູດເໝົາ • ເກັບຮັກສາແນວພັນ ໃນຖັງບັນຈຸທີ່ເປັນປຣາດສະຕິກ ຫຼື ໂລຫະ ທີ່ມີຝາປິດຢ່າງແໜ້ນໜາ. ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ອາກາດເຂົ້າ ແລະ ທັງເປັນການປ້ອງກັນແມງໄມ້ໄປພ້ອມໆກັນ. • ເຮັດຄວາມສະອາດແຫລ່ງນ້ຳ ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ເພື່ອຫຼີກເວັ້ນການປົນເປື້ອນ ອາຈົມຂອງຄົນ ແລະ ສັດ.

	• ຮູ້ວັນໝົດອາຍຸ ຂອງອາຫານສັດທີ່ຊື້ມາ ແລະ ນຳໃຊ້ ໃຫ້ໝົດກ່ອນວັນໝົດອາຍຸ ຫຼື ຖ້າໝົດອາຍຸກໍ່ໃຫ້ທຳລາຍຖິ້ມຢ່າງຖືກວິທີການ.
2.6. ປ້ອງກັນສັດລ້ຽງ ເພື່ອຫລີກລ້ຽງຈາກການເກີດພະຍາດຕ່າງໆ	• ມີສ່ວນຮ່ວມໃນຂະບວນການສັກຢາກັນພະຍາດ • ກຳນົດຄວາມສ່ຽງ ແລະ ໄພໄພອັນຕະລາຍຈາກພະຍາດຕ່າງໆ. • ເຮັດການບັນທຶກກ່ຽວກັບ ສິ່ງທີ່ນຳເຂົ້າມາຮັບໃຊ້ການຜະລິດ ແລະ ຜົນຜະລິດທີ່ໄດ້ຮັບ ເພື່ອ ສາມາດກວດຄືນຍ້ອນຫຼັງ ຫຼື ວາງແຜນໃນອະນາຄົດໃນເວລາເກີດມີພະຍາດລະບາດ • ປ້ອງກັນສັດລ້ຽງຂອງທ່ານ ຈາກພະຍາດທີ່ເກີດຂຶ້ນໃໝ່ ໂດຍບໍ່ໃຫ້ມີການສຳພັດກັບສັດທີ່ຕິດເຊື້ອ, ຄອກສັດ, ພາຫະນະ, ບຸກຄົນ ແລະ ອຸປະກອນຕ່າງໆ ເວລາໄປຕະຫຼາດ. • ຊື້ສັດລ້ຽງ ຈາກແຫລ່ງທີ່ເຊື່ອຖືໄດ້ ແລະ ກວດກາໃຫ້ຄັກແນ່ ກ່ອນຊື້. • ກວດກາເບິ່ງສັດລ້ຽງ ໃນໄລຍະທີ່ນຳສົ່ງຮອດສະຖານທີ່ຂອງທ່ານ ເພື່ອຮັບປະກັນວ່າສັດທີ່ຊື້ມານັ້ນ ມີສຸຂະພາບດີ ແລະ ໃນສະພາບດຽວກັນກັບຕອນສົ່ງຊື້. • ແຍກສັດລ້ຽງທີ່ຊື້ມາໃໝ່ອອກໄວ້ຕ່າງຫາກ ປະມານ 10 ວັນ ເພື່ອສັງເກດເບິ່ງ ອາການຕ່າງໆທີ່ອາດຈະເກີດຈາກພະຍາດໃດໜຶ່ງ ແລະ ເພື່ອໃຊ້

	ເປັນເວລາ ຂັບຖ່າຍແນວພັນຫຍ້າ ອອກຈາກສັດດັ່ງກ່າວນັ້ນ.
2.7. ຫຼຸດຜ່ອນການນຳໃຊ້ສານເຄມີໃນການປາບສັດຕູພືດໃຫ້ໜ້ອຍທີ່ສຸດ ເພື່ອຮັກສາລະບົບການຜະລິດແບບຍືນຍົງ ແລະ ສິ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ສິ່ງແວດລ້ອມ ແລະແຫຼ່ງສະບຽບອາຫານ	• ນຳໃຊ້ ວິທີການປູກພືດປະສົມປະສານ ແລະ ວິທີການແບບທຳມະຊາດເພື່ອຕ້ານການລະບາດຂອງວັດສະພືດ ແລະ ແມງໄມ້. (ເບິ່ງຂໍ້ມູນສະເພາະ) • ຕ້ອງປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳ ກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ (ເຊັ່ນວ່າ ການປະສົມນ້ຳ ແລະ ຂະໜາດໃນການນຳໃຊ້, ວັນໝົດອາຍຸ, ວິທີການຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອ). • ຫຼີກລ້ຽງ ການນຳໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ ທີ່ບໍ່ເໝາະສົມ ທີ່ຈະສະສົມ ແລະ ກາຍເປັນຄວາມສ່ຽງ ຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງຄົນ. • ສິດສານໄລ່ແມງໄມ້ທີ່ເຮັດຈາກທຳມະຊາດເປັນປະຈຳໃສ່ພືດທີ່ປູກເປັນປະຈຳຕາມໄລຍະເວລາທີ່ກຳນົດໄວ້ເພື່ອປ້ອງການແຜ່ຂະຫຍາຍຂອງພະຍາດ ແລະ ເຊື້ອກ້າຝາກ.
3. ສັດຕູພືດ ແລະ ສັດ: ທັກສະ - ຄວາມອາດສາມາດໃນການຕອບໂຕ້	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ຂໍ້ມູນລະອຽດ ສະເພາະແຕ່ລະກໍລະນີ
3.1. ຈຳກັດການລະບາດຂອງແມງໄມ້ ແລະ ສັດຕູພືດຊະນິດອື່ນໆ ໂດຍການບັງຄັບໃຊ້ມາດຕະການກັກບໍລິເວນ ເພື່ອ	• ຈຳກັດການເຄື່ອນຍ້າຍເຂົ້າ ແລະ ອອກຈາກເຂດຕິດເຊື້ອຂອງປະຊາຊົນ, ອຸປະກອນ, ເຄື່ອງຈັກ, ພາຫະນະ, ອຸປະກອນການປູກຝັງ ແລະ ຜົນຜະລິດ. • ກຳນົດພື້ນທີ່ທີ່ມີການລະບາດຂອງເຊື້ອ

ບ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອ	- ຈຳກັດການເຄື່ອນຍ້າຍເຂົ້າ ແລະ ອອກຈາກເຂດຕິດເຊື້ອ ຂອງອຸປະກອນປູກຝັງ/ຜົນຜະລິດ ຫຼື ອຸປະກອນອື່ນໆ ທີ່ອາດເປັນປັດໄຈໃນການຂະຫຍາຍສັດຕູພືດ. - ຫລີກເວັ້ນການນຳໃຊ້ເຄື່ອງມືຈາກເຂດທີ່ຕິດເຊື້ອມາໃຊ້ຢູ່ສະຖານທີ່ອື່ນທີ່ບໍ່ການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອ• ພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ທີ່ເຮັດການສະກັດກັ້ນການລະບາດຂອງເຊື້ອອາດໄດ້ສຳພັດຫລື ເດີນທາງຈາກສະຖານທີ່ທີ່ມີການລະບາດຕ້ອງໄດ້ເຮັດການອະເຊື້ອເປັນຢ່າງດີກ່ອນເຄື່ອນຍ້າຍໄປບ່ອນທີ່ບໍ່ທັນໄດ້ຕິດເຊື້ອ
3.2. ຈຳກັດການລະບາດຂອງພະຍາດສັດ ໂດຍການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດມາດຕະການກັກບໍລິເວນ ເພື່ອບ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອ	- ປະຕິບັດທຸກຄຳແນະນຳ ຕາມການຊີ້ນຳຂອງອຳນາດການປົກຄອງ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ. - ຫ້າມປ່ອຍສັດລ້ຽງທຸກຊະນິດ ອອກຈາກຄອກ ຈົນກວ່າຈະໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ. - ແຍກສັດລ້ຽງທີ່ສົງໄສວ່າຕິດເຊື້ອ ອອກຈາກຝູງ ແລະ ຢູ່ຫ່າງຈາກຈາກສັດຊະນິດອື່ນໆ. - ຈຳກັດການເຄື່ອນຍ້າຍ ສັດລ້ຽງທຸກຊະນິດ. - ໂຈະໄວ້ ຫຼື ຢຸດການຂົນສົ່ງ ສິນຄ້າທີ່ບໍ່ຈຳເປັນທຸກຊະນິດ ລວມທັງສັດລ້ຽງ. - ກຳນົດຂອບເຂດຂອງຄອກສັດ ແລະ ຈຳກັດການເຂົ້າເຖິງຂອບເຂດເຫຼົ່ານັ້ນ.

	- ເຄື່ອນບຸກຄົນ ແລະ ເຄື່ອງກົນຈັກທີ່ບໍ່ມີຄວາມຈຳເປັນ ຈາກສະຖານທີ່ໃຫ້ອາຫານສັດ. - ຫ້າມເຄື່ອນຍ້າຍອຸປະກອນ ຫຼື ເຄື່ອງກົນຈັກ ອອກຈາກສະຖານທີ່ລ້ຽງສັດ ຈົນກວ່າຈະໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ. - ສັງລວມ ບັນຊີລາຍການການເຄື່ອນຍ້າຍ ສັດລ້ຽງທຸກຊະນິດ, ບຸກຄົນ ແລະເຄື່ອງກົນຈັກ ໃນໄລຍະເວລາ 7 ວັນທີ່ຜ່ານມາ.
3.3. ຈຳກັດ ການລະບາດຂອງພະຍາດພືດພັນ ໂດຍຈັດຕັ້ງປະຕິບັດມາດຕະການຈຳກັດບໍລິເວນ	- ປ້ອງກັນ ການເຄື່ອນຍ້າຍເຂົ້າ ແລະ ອອກ ເຂດຕິດພະຍາດຂອງບຸກຄົນ, ອຸປະກອນ, ເຄື່ອງກົນຈັກ ແລະ ເຄື່ອງມື. - ຫ້າມຈັບ, ເຄື່ອນຍ້າຍ ຫຼື ຂົນສົ່ງອຸປະກອນ ແລະ ພືດທີ່ຕິດເຊື້ອ. - ລ້າງມື, ເສື້ອຜ້າ ແລະ ເກີບທີ່ໄດ້ມີການສຳພັດກັບດິນ, ອຸປະກອນ ແລະ ພືດທີ່ຕິດເຊື້ອ. - ເຮັດເຄື່ອງໝາຍ ໃສ່ສະຖານທີ່ທີ່ກວດພົບວ່າມີການຕິດເຊື້ອ ແລະ ຈຳກັດການເຂົ້າເຖິງພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວນັ້ນ. - ຈຳກັດການເຄື່ອນຍ້າຍ ເຂົ້າ ແລະ ອອກເຂດທີ່ຕິດເຊື້ອຂອງຄົນ, ສັດລ້ຽງ ແລະ ເຄື່ອງມື.
3.4. ຄວບຄຸມ ພັນພືດບຸກລຸກ ຢ່າງຫນັກ	ຈັດບຸລິມະສິດໃນການເຄື່ອນຍ້າຍພັນພືດບຸກລຸກທີ່ມີລັກສະນະຮ້າຍແຮງ ກ່ອນຈະມີການຂະຫຍາຍຕົວແລະກ່ອນຈະມີການເພາະພັນ.

	• ເສຍຫຍ້າໂດຍການໃຊ້ມືລືກ ແລະ ເຄື່ອງລືກຫຍ້າໃຫ້ອອກທັງລຳຕົ້ນ ແລະ ຮາກເພື່ອກຳຈັດພັນພືດບຸກລຸກໃຫ້ໝົດ. • ນຳໃຊ້ຢາຊີດຂ້າຫຍາ ແບບເປັນຈຸດໆ.
--	--

ຂໍ້ມູນສໍາຄັນສໍາລັບໄພດົນເຈື່ອນ ແລະ ການໄຫລຂອງເສດຊາກຫັກພັງ



1. ໄພດົນເຈື່ອນ: ຄວາມສາມາດໃນການຕອບໂຕ້: ການສ້າງທັກສະ	
ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ
1.1.ປະຕິບັດຕາມມາດຕະການການປ້ອງກັນ ໃນໄລຍະເວລາມີຄວາມສ່ຽງສູງ	• ຕັນ ປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ. • ເອົາກະສອບຊາຍຕັນເພື່ອໃຫ້ນ້ຳປຸງນິດທາງ.
1.2.ມີສະຕິລະວັງຕົວ ແລະ ຕິດຕາມຂໍ້ມູນຂ່າວສານຕະຫຼອດເວລາໃນໄລຍະຝົນຕົກໜັກ	• ຕິດຕາມຝົນຕົກ. • ພັງວິທະຍຸ ຫລື ຂ່າວສານຕ່າງໆເພື່ອຮູ້ການເຕືອນໄພກ່ຽວກັບຝົນຕົກໜັກ. • ລະວັງສິ່ງທີ່ມີສຽງແລະລັກສະນະທີ່ຜິດແປກ.
1.3.ໃນຂະນະທີ່ມີດົນເຈື່ອນ: ຄອຍພັງ ແລະ ມີສະຕິລະວັງຕົວ ຕໍ່ໄພຂົ່ມຂູ່ ຈາກພາຍໃນ	• ສຽງຄ່ອຍໆ ດັງຂຶ້ນ ແລະ ດັງແຮງຂຶ້ນເລື້ອຍໆ. ○ ໜ້າຄ່ອຍໆທີ່ຊັນລົງທົດດຽວແລະອາດເລີ່ມມີການເຄື່ອນຕົວຕາມທິດທີ່ຢູ່ທາງພື້ນດິນຂອງທ່ານ. ○ ຕົ້ນໄມ້ຫັກ ຫລື ລົມທັບໃສ່ກັນ. ○ ຂີ້ເຫຍື້ອແລະຂີ້ຕົມທີ່ໄຫລປົນກັນອາດສຈະເຮັດໃຫ້ເກີດດິນເຊາະເຈື່ອກ້ວາງຂວາງອອກໄປ. ○ ການເພີ່ມຂຶ້ນຫລືຫລຸດລົງຢ່າງໄວວາຂອງການໄຫລຂອງນ້ຳຫລືມີການປ່ຽນແປງຈາກນ້ຳໃສເປັນນ້ຳຂຸ່ນ.

	• ມີສະຕິຮັບຮູ້ວ່າການສັນໄກວຂອງແຜ່ນດິນໄຫວທີ່ຮຸນແຮງສາມາດພາໃຫ້ເກີດ ຫລື ເພີ່ມຄວາມຮຸນແຮງໃຫ້ມີດິນເສາະເຈື່ອນ. • ເອົາໃຈໃສ່ໃນລະຫວ່າງທີ່ຂະນະທີ່ຂັບລົດໃຫ້ຕິດຕາມເບິ່ງ ພື້ນທາງທີ່ອາດແຕກແຫງ, ມີຂີ້ຕົມ ແລະກ້ອນຫີນທີ່ຈະຕົກລົງມາ.
1.4.ໃນຂະນະທີ່ມີດິນເຈື່ອນ: ຄວນຢູ່ຫ່າງຈາກແລວທາງຂອງດິນເຈື່ອນ	• ຖ້າຮູ້ ຫລື ສົງໃສວ່າຈະມີດິນເສາະເຈື່ອນຫລືກຳລັງຈະເກີດມີ ໃຫ້ຍົກຍ້າຍທັນທີ. • ຖ້າສົງໃສວ່າມີອັນຕະລາຍແທ້: • ໃຫ້ເອົາຕົວຫລົບໜີ. • ບອກເຕືອນຄົນອື່ນ. • ລາຍງານເຈົ້າໜ້າທີ່ທ້ອງຖິ່ນ.
1.5.ໃນຂະນະທີ່ມີດິນເຈື່ອນ: ຖ້າຫາກວ່າທ່ານບໍ່ສາມາດຍົກຍ້າຍອອກມາ, ກໍຈົ່ງປ້ອງກັນຕົນເອງກັບທີ່	• ຖ້າວ່າຢູ່ຂ້າງໃນ: ◦ ຖ້າວ່າຫລົບຫລີກບໍ່ໄດ້ໃຫ້ເຂົ້າໄປຢູ່ບ່ອນທີ່ມີກຳປັງທີ່ແຂງແກ່ນແລະປ້ອງກັນຫົວຂອງທ່ານ. • ຖ້າວ່າທ່ານຢູ່ຂ້າງນອກ: ◦ ອອກຈາກບ່ອນທີ່ມີດິນເສາະເຈື່ອນ. ◦ ໄປຢູ່ບ່ອນສູງທີ່ສຸດທີ່ເປັນໄປໄດ້. ◦ ແລ່ນໄປຫາທີ່ກຳປັງທີ່ຢູ່ໃກ້ທີ່ສຸດ ເຊັ່ນ: ບ່ອນທີ່ມີຕົ້ນໄມ້ຫລາຍຕົ້ນ ຫລື ສິ່ງປຸກສ້າງ. • ຖ້າວ່າທ່ານກຳລັງຂັບລົດ:

	○ ບໍ່ໃຫ້ຂັບລົດຜ່ານທາງນ້ຳຖ້ວມ: ລ້ຽວລົດອ້ອມໄປ, ບໍ່ໃຫ້ລົງນ້ຳ. ○ ຫລີກເວັ້ນເຂດຮ່ອມພູທີ່ມີສາຍນ້ຳ ແລະເຂດພື້ນທີ່ຕ່ຳ. ○ ຖ້າວ່າທ່ານຂັບລົດໄປຮອດເຂດທີ່ມີນ້ຳຖ້ວມໃຫ້ລ້ຽວລົດ ໄປທາງອື່ນ. ● ຖ້າວ່າລົດຄາຍູ່ທາງ ໃຫ້ປະລິດແລະໜີອອກຈາກລົດໄວວາໄປຢູ່ຈຸດສູງເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້.
1.6.ພາຍຫຼັງ ດິນເຈື່ອນ: ກວດກາເບິ່ງຄວາມ ອັນຕະລາຍ	● ອອກຈາກເຂດທີ່ມີດິນເຊາະເຈື່ອນ (ດິນອາດເຊາະເຈື່ອນຕື່ມ) ○ ກວດເບິ່ງວ່າມີຄົນໄດ້ຮັບບາດເຈັບ ແລະ ຖືກກະທົບ, ຖ້າຫາກວ່າມີສັດລ້ຽງຢູ່ໃກ້ເຂດດິນເຊາະເຈື່ອນທ່ານບໍ່ຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງເຂົ້າໄປເຂດດັ່ງກ່າວ. ຊີ້ບອກໃຫ້ນັກກູໄຟເຂົ້າໄປຫາເຂດດັ່ງກ່າວ. ● ຕິດຕາມນ້ຳຖ້ວມ. ○ ລາຍງານກ່ຽວກັບການເພພັງຂອງສີ່ອຳນວຍຄວາມສະດວກສາທາລະນະນຸປະໂຫກແລະອັນຕະລາຍອື່ນໆຕໍ່ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນ. ○ ກວດເບິ່ງພື້ນຖານເຮືອນຂອງທ່ານ, ທີ່ສົ່ງອາກາດແລະດິນອ້ອມຮອບ ເບິ່ງການເພພັງ.
4. ໄພດິນເຈື່ອນ: ຄວາມສາມາດໃນການຕອບໂຕ້: ເຄື່ອງຂອງທີ່ຕ້ອງໄດ້ຫາໄວ້	
ຂໍ້ຄວາມສຳຄັນ	ສະພາບການ-ລາຍລະອຽດສະເພາະ

4.1 ຊອກຫາເຄື່ອງມືເພື່ອ ປົກປ້ອງເຮືອນຂອງ ທ່ານ	• ຫາເຄື່ອງຂອງທີ່ຕ້ອງຫາໄວ້: ຄ້ອນຕີ, ຕະປູດ ແຜ່ນ ໄມ້ອັດ, ດິນຊາຍ, ຖົງຂີ້ຊາຍ, ຊ້ວນ.
--	--



ຜູ້ທີ່ມີສ່ວນໃນການສ້າງຂ່າວສານສໍາຄັນເພື່ອຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງໄພພິບັດ:

1. ກະຊວງແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມ
2. ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ
3. ກະຊວງຊັບພະຍາກອນທຳມະຊາດ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ
4. ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້
5. ກະຊວງປ້ອງກັນຄວາມສະຫງົບ
6. ສູນຄົ້ນຄ້ວາວິທະຍາສາດການສຶກສາ
7. ມະຫາວິທະຍາໄລແຫ່ງຊາດ
8. ອົງການ ອຸຍນິເຊັບ
9. ອົງການຊ່ວຍເຫລືອເດັກສາກົນ
10. ອົງການກາແດງລາວ
11. ອົງການກາແດງຝຣັ່ງ
12. ອົງການສຸພານິມິດ
13. ອົງການຊາຍຟັນ
14. ອົງການແພຣນານາຊາດ
15. ອົງການຫາບເຟວ
16. ອົງການຢູເນສໂກ້
17. ສູນກຽມພ້ອມໄພພິບັດອາຊີ
18. ສະມາຄົມກະສິກຳສະອາດ