



NIEHS Hurricane Response Initiative

NIEHS Hurricane Response Initiative



Mục Lục

Quyền Lợi Công Nhân.....	2	Cơ Cấu Toàn Vẹn.....	25
Phân Giới Thiệu.....	3	Thiết Bị Hạng Nặng.....	26
Trường Hợp Khẩn Cấp.....	4	Trúng Cao Nhiệt.....	27
Địa Hình Tự Nhiên.....	5	Trúng Năng.....	28
Bảo Vệ Chính Minh.....	6	Mất nước rất nguy hiểm.....	29
Nguy Hiem Đến Thân Thể.....	7	Cháy Da Vì Năng.....	30
Khu Vực Hạn Hẹp.....	8	Quá Nhiều Tiếng Òn.....	31
Rớt từ Trên Cao.....	10	Hít bụi có chất khoáng amiăng.....	32
Thang.....	11	Hít khí Carbon CO.....	34
Vải Dầu Xanh.....	12	Vấn Đề Hóa Chất Sau.....	35
Xe Năng & Cản Năng.....	13	Tiếp Cận Hóa Chất.....	36
Giàn QA.....	14	Mốc.....	37
Lái Xe & Giao Thông.....	15	Bệnh gây qua đường máu.....	38
An Toàn Khi Thi Công Trên Đường Lộ.....	16	Bệnh Gây Từ Thúc Ăn.....	39
Xe Xúc.....	17	Bệnh Gây Từ Thúc Uống.....	40
Điện, Dây Điện Cao.....	18	Động vật và Côn trùng.....	41
Thế, Dây Điện & Dây Cáp Bị Đứt Dây Điện Ngầm.....	19	Rắn.....	42
Bị Bóc Trần Nguy Hiem: Điều Khiển Cửa Máy.....	20	Những Đề Phòng Khác.....	43
Tổn Thương Mắt.....	21	Thông tin bổ sung.....	44
Mảnh Vụn Bay/ Năng Vác Vật Liệu.....	23	Tóm Lược.....	45
Mảnh Vụn Chất Đồng/Bê Mát Làm Việc Gấp Gnh.....	24	Tại Sao Tài Liệu Này Được Phát Hành.....	46



NIEHS Hurricane Response Initiative

Quyền Lợi Của Công Nhân Chủ nhân có trách nhiệm gì?

Luật An Toàn và Sức Khỏe Lao Động đòi hỏi chủ nhân phải cung cấp cho nhân viên một nơi làm việc được an toàn, lành mạnh, không nguy hiểm, và phải tuân theo tiêu chuẩn của OSHA. Trách nhiệm của chủ nhân gồm có huấn luyện, khám sức khỏe và lưu giữ hồ sơ y tế của công nhân.

Để biết thêm chi tiết về cơ quan OSHA, xin vào trang mạng www.osha.gov or call 1-800-321-OSHA (6742).

- Tuân theo nội quy an toàn & sức khỏe chủ nhân và sử dụng hoặc trang bị các thiết bị dụng cụ theo quy định.
- Thực thi phương pháp làm việc an toàn theo sự hướng dẫn của chủ nhân.
- Báo cho quản lý viên về các trường hợp nguy hiểm.
- Báo cho OSHA biết nếu như chủ nhân không chịu khắc phục hoặc sửa chữa nguy hiểm.

NIEHS Hurricane Response Initiative





NIEHS Hurricane Response Initiative

Tại Sao Tài Liệu này Được Phát Hành

Tài liệu này được phát hành bởi Cơ quan Quốc gia Huấn luyện An toàn và Sức Khỏe cho Công nhân dưới hợp đồng với Viện Khoa học Liên bang Sức khỏe và Môi trường cho Chương trình Huấn luyện và Giáo dục cho Công nhân (WETP). WETP đã huấn luyện trên a triệu nhân viên cấp cứu và công nhân xử lý chất thải nguy hiểm từ 1987 để họ được an toàn trong khi thi hành công việc.

WETP là một bộ phận của Bộ Sức Khỏe và Nhân Sự, là một tổ chức cộng tác dưới Chương trình Giúp đỡ An toàn và Sức Khỏe Cho Công Nhân trong Kế Hoạch Cứu Trờ Quốc Gia.

Bộ phận đã bắt đầu từ ngày 11 tháng 9, năm 2005. Như là một phần của sự nỗ lực phối hợp của liên bang, WETP xuất bản tài liệu này cùng với bản hướng dẫn cho nhân viên làm công tác cứu trợ. Cả hai tài liệu có sẵn trên trang Web: www.wetp.org

NIEHS Hurricane Response Initiative



Phần Giới Thiệu





NIEHS Hurricane Response Initiative

Trường Hợp Khẩn Cấp

- Bị thương nhẹ hoặc có thắc mắc, hãy đến:
 - Bệnh viện hoặc trạm y tế địa phương
 - Trung tâm cấp cứu hoặc trung tâm điều dưỡng
- Nếu gặp nguy hiểm khẩn cấp, gọi 911
 - Định rõ vị trí của bạn
- Báo cho giám thị viên hoặc người chỉ huy về tình trạng khẩn cấp



NIEHS Hurricane Response Initiative

Tóm Lược

- Những nguy hiểm và vấn đề này thường đa dạng và cần sự thận trọng và linh động để xử lý.
- Điều then chốt để bảo đảm an toàn là chú ý đến vấn đề an toàn trong môi trường làm việc của bạn.
 - Những nguy hiểm đến thân thể là tương tự nhau ở bất kỳ khu vực xây dựng hoặc phá hủy.
 - Những nguy hiểm bao gồm những nguy hiểm liên hệ đến môi trường.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Thông tin bổ sung

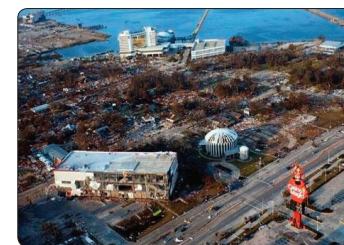
- Chương trình huấn luyện này được đề nghị bởi FEMA, NIEHS, NIOSH, OSHA, CDC and the U.S. Army
 - Bạn có thể tìm thêm tài liệu quan trọng ở trang mạng của Cơ Quan Liên Bang về Huấn Luyện An Toàn và Sức Khỏe cho Công Nhân www.wetp.org.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Địa Hình Tự Nhiên

- Mặt đất
 - Phần lớn bằng phẳng, ven biển, vài khu vực thấp hơn mặt biển
- Khí hậu (Tháng 10/11)
 - Độ ẩm cao
 - 80°F+ sáng
 - 60°F tối
 - Có thể có thêm bão





NIEHS Hurricane Response Initiative

Bảo Vệ Chính Mình

- Mang vắc hoặc đi lại trên những mảnh vụn lớn chồm có thể bị cắt, rách, bầm, bong gân, v.v.
 - Chích vắc xin phòng bệnh uống ván mới nhất.
 - Nên tái chích khi vết thương bị nhiễm trùng nếu đã thích cách đây hơn 5 năm
 - Nếu bạn trực tiếp chăm sóc người bệnh hoặc nếu có nguy cơ tiếp xúc với dung dịch cơ thể, nên chích vắc xin Hepatitis B
- Tránh chạm phải nước ứ đọng
 - Lập tức tẩy rửa và làm vệ sinh nếu chẳng may chạm phải.
- Nên mang giày chống trơn trượt có ống/mũi thép, nếu có.
- Mang găng tay có độ bền tốt khi khuôn vắc những mảnh vỡ.
- Mang nút chụp tai khi làm việc trong môi trường ồn ào.

!Nếu có nghi ngờ, báo cho quản lý viên của bạn!



NIEHS Hurricane Response Initiative

Những Đề Phòng Khác

Làm vệ sinh và vệ sinh cá nhân

- Luôn rửa tay.
- Dùng xà phòng khử trùng.
- Giữ nhà cửa thật sạch sẽ.
- Chỉ uống nước trong bình đã được kiểm duyệt.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Rắn

- Coi chừng rắn núp trong những chỗ kín sau lụt.
- Nếu bạn bị rắn cắn:
 - Lập tức chữa trị ngay.
 - Cố gắng nhận diện con rắn để biết nếu nó độc, bạn sẽ được cho thuốc đúng.
 - Đừng cắt vùng bị thương hoặc hút máu độc ra. Lập tức đến sở cấp cứu địa phương.



NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiem Đến Thân Thể Phân Tích Nguy Hiem Công Việc





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Nơi Hẹp

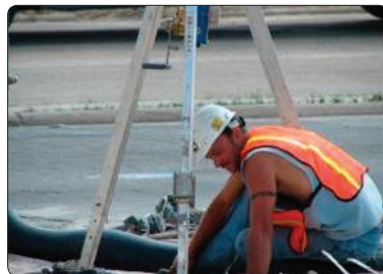
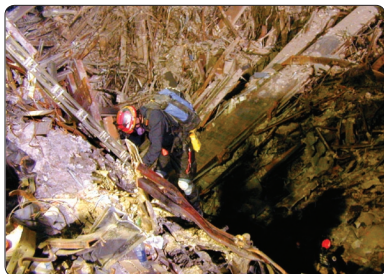
Thế nào là Khu Vực Hẹp?

- Nơi có lối ra/vào rất hạn chế
- Chỉ vừa đủ cho một người
- Không phải là nơi có thể nán lại lâu
- Ví dụ: cống rãnh hoặc ống dẫn

Nguy Hiem?

- Thiếu oxy
- Mắc kẹt
- Chôn vùi
- Không khí độc hại

Cần Phải Có Giấy Phép Của Chuyên Gia Trước Khi Tiến Vào Khu Vực Hẹp!!!



NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy hiem: Động vật và Côn trùng

• Để bảo vệ khỏi muỗi cắn:

- Treo màn khi ngủ
- Mặc quần dài, mang vớ và áo dài tay
- Xịt thuốc có chất DEET or Picaridin.

• Cẩn thận với động vật hoang và bị lạc:

- Tránh xa các con vật lạ. Gọi nhân viên chức năng đến xử lý.
- Liệng bỏ động vật chết theo sự hướng dẫn của nhân viên chức năng.
- Mang đồ bảo hộ đúng khi làm việc với xác chết súc vật.

• Cẩn thận với kiến lửa.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Bệnh Gây Từ Thức Uống

**Rửa tay
thường xuyên!**



Nước từ ống cống xít bọt lên dọc theo Highway 90 ở Gulfport.

NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiem: Khu Vực Hạn Hẹp

Những việc sau đây phải được hoàn tất trước khi tiến vào khu vực hạn hẹp: Giám thị viên của bạn phải:

- Bảo đảm bạn và người canh gác đã được huấn luyện.
- Thông hơi hoặc đo mức độc hại của không khí.
- Khoá và niêm lại tất cả các loại thiết bị chạy bằng điện trong khu vực hạn hẹp.
- Phân phát thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) thích hợp, có thể cần đến bộ máy hô hấp tự túc (SCBA).
- Dựng rào cản khi bên ngoài có xe cộ và người đi bộ giao lưu.
- Phải có thang hoặc thiết bị tương đương để giúp việc ra vào khu vực được an toàn.
- Phải có hệ thống báo động và thiết bị liên lạc tốt.
- Phải có thiết bị cấp cứu và nhân viên cấp cứu chuyên nghiệp ở lân cận.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Té Rót từ Trên Cao

- Nhân viên phải được bảo vệ để phòng té rớt khi ở độ cao trên 6 ft.
 - Hệ thống lan can
 - Hệ thống lưới an toàn
 - Hệ thống hãm khi té ngã (không hữu hiệu bằng hệ thống lan can và hệ thống lưới)
 - Lắp tức rào hoặc dây lại những lỗ trống trên sàn ngay sau khi chúng được tạo ra.
 - Đảm bảo những tấm đây này có khả năng chịu được gấp đôi sức nặng của nhân viên, thiết bị và vật liệu
 - Phải cẩn thận khi bước lên những khu vực bấp bênh hoặc gập ghềnh hoặc khi không thể nhìn thấy bề mặt (ví dụ trường hợp bị ngập nước)
- Công nhân nên đề phòng vật thể rơi trúng người ở bên dưới



NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy hiem: Bệnh Gây Từ Thức Ăn

- Nhận ra và vứt đi những thức ăn không bảo quản tốt
 - Thức ăn có thể đã bị dính nước lụt hoặc nước mưa
 - Thức ăn có mùi lạ, màu lạ hoặc đã ngả màu.
 - Thịt, cá, trứng và thức ăn dư đã để dành trên 2 giờ ở nhiệt độ 40 degrees Fahrenheit (F) .
 - Thức ăn đựng trong lon, chai, lọ, xoong, đồ hộp không thể khử trùng để ăn được mỗi khi bị dính nước lụt.
- Bảo quản thức ăn an toàn
 - Khi bị cúp điện, không nên mở tủ lạnh hoặc tủ đông lạnh nhiều.
 - Bỏ nước đá hoặc nước đá khô và trong tủ lạnh nếu đoán biết sẽ bị cúp điện lâu hơn 4 giờ. Đeo bao tay dày khi lấy nước đá.

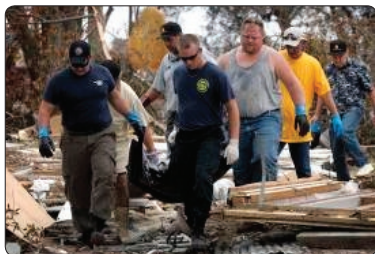




NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Bệnh gây qua đường máu

- Dùng bao tay cao su hoặc loại tương tự khi xử lý các xác chết.
- Thay bao tay nếu chúng bị thủng hay rách.
- Không làm việc với xác chết nếu da bạn bị đứt hoặc chột sứt.
- Đeo kiếng hoặc mặt nạ khi làm việc với xác chết, phục hồi người vừa chết. Bảo đảm bạn che mũi và miệng.
- Chở các xác chết trong thùng kín, không bị rò và có dán nhãn.



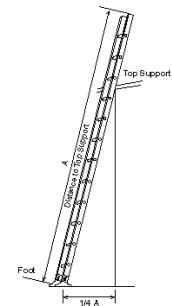
NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiem: Thang

Thang có nguy cơ gây té ngã. Bảo đảm thang phải được chắc chắn:

- Định vị thang sao cho đầu thang phải cao hơn vị trí đặt chân (landing) ít nhất 3 ft.
- Buộc chặt đầu trên của thành thang vào điểm tựa chắc chắn và dùng một thiết bị kẹp khi đầu thang không thể dài trên 3 ft.
- Không nên áp đặt quá tải trên mức thang có thể chịu được và phải thận trọng đứng để chân thang bị trượt khỏi điểm tựa vì quá nặng.
- Mỗi lần trước khi dùng, kiểm tra xem có bộ phận nào bị nứt, gãy, hoặc hư hại gì không.
- Chỉ nên sử dụng những loại thang đạt tiêu chuẩn của OSHA.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Vải Dầu Xanh

Vải dầu xanh được thiết kế để làm mái che tạm thời cho đến khi mái cố định được xây xong.

- Phải có ít nhất hai người để lắp vải dầu.
- Chủ nhân phải tiến hành phân tích hiểm họa hoạt động của công nhân trong công việc.
- Chủ nhân và nhân viên phải bảo đảm vải dầu được cất giữ ở nơi không bị ảnh hưởng của thời tiết.
- Nhân viên phải đeo kính bảo hộ đạt tiêu chuẩn của OSHA khi lắp vải dầu để tránh dây ràn làm mắt bị thương.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Mốc

Sau khi bão và lụt, mốc mọc lên nhiều ở trong nhà và các cao ốc. Tiếp xúc hay gần gũi với mốc có thể gây khó thở và viêm mũi, ngứa mắt và ngứa da.

- Tránh hít vào bụi phát ra từ vật liệu bị mốc.
- Ít nhất phải đeo khẩu trang N-95 được kiểm duyệt bởi NIOSH khi làm việc ở những khu vực có vật liệu bị ẩm ướt hoặc mốc.
- Nếu làm việc lâu ngày, phải cần có sự bảo hộ lao động kỹ càng hơn.
- Đeo bao tay dài đến cùi chỏ. Nếu bạn dùng chất khử trùng như thuốc clorine hoặc chất tẩy rửa mạnh, bạn nên chọn loại bao tay cao su tự nhiên hay PVC. Tránh đụng chạm mốc với tay trần.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Tiếp Cận Hóa Chất Nguy Hiem

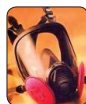
Triệu chứng: Mắt, mũi, cổ họng, hệ thống hô hấp, and da bị ngứa; những triệu chứng như bị cảm cúm, hệ thống thần kinh bị suy nhược, mệt mỏi, bị quờ quạng, mất trí nhớ, mất ngủ, tinh thần bối rối. Có thể dẫn đến bệnh kinh niên tùy thuộc vào sự tiếp xúc nhiều hay ít và có lâu dài hay không.

Những công việc bị ảnh hưởng:

- Đổ phế liệu, đất đá
- Lao công dọn dẹp

Bảo vệ

Quản lý viên (supervisor) và nhân viên an toàn lao động nhận diện những nguy hiểm để báo cho bạn biết để đề phòng.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Xe Nâng & Cẩu Nâng

Là loại thiết bị được ráp nối vào xe cơ giới dùng để nâng công nhân lên vị trí trên cao, (thường được gọi là “cherry pickers” hoặc “boom trucks”).

- Chỉ có nhân viên có thẩm quyền hoặc đã được huấn luyện mới được phép điều khiển xe nâng
- Đọc và hiểu các chỉ dẫn sử dụng an toàn trên nhãn cảnh báo
- Kiểm tra những vật thể phía trên trước khi sử dụng.
- Tránh xa những đồng vụn, mảnh vỡ, và hồ trên sàn.
- Không nên sử dụng dây điện trừ khi chúng không có điện hoặc khi được bảo trì đầy đủ.
- Châm xăng chỉ khi nào máy đã được tắt hẳn và chốt pin ở khu vực thoáng khí và tránh xa lửa.
- Chỉ nâng vật thể khi được chắc chắn và cân bằng.
- Khi làm việc bên ngoài lồng nâng, phải mặc dây nịch an toàn và thắt chặt vào thành lồng.
- Không nên cho cẩu nâng dũi cao trên mức an toàn nhà sản xuất đưa ra





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Giàn QA

Biện pháp an toàn:

- Lan can
- Từ mặt sàn lên đến thanh trên phải có gắn thanh giữa, tấm chắn hoặc lưới.
- Lan can phải đủ mạnh để chống đỡ được sức nặng của công nhân.
- Dây cáp, dây xích và gỗ có thể làm thanh trên và thanh giữa của thành vịn.
- Kiểm tra giàn xây và bộ phận của giàn xây trước khi thay ca và sau khi có sự kiện ảnh hưởng đến cơ cấu toàn vẹn của giàn xây.



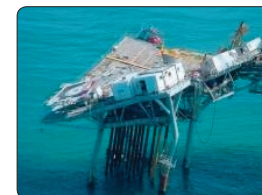
Giàn QA này dùng để kiểm tra xe tải chở vật vụn trước khi đến nơi đổ rác. Người kiểm tra đang ở trong tình thế nguy hiểm vì rất dễ bị xe tông phải. Chú ý tấm ảnh, không có vật gì che chắn xung quanh giàn. Phải có ký hiệu như ranh giới, biển hiệu hoặc băng để giúp tài xế nhận dạng.

NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy hiem: Vấn Đề Hóa Chất Sau Bão Katrina

- Chất tẩy rửa Chlorine ở downtown Gulfport
- 78,000 bồn dầu bị chảy ra ở hai trạm chế biến.
- Dầu máy, xăng, khí oxy lỏng, rác rưởi bệnh viện và chất ăn mòn.
- 22,000 nhà máy có bồn chứa xăng dầu ở dưới đất.
- Nhiều hóa chất từ xưởng công nghiệp
- Nhiều hóa chất nhà dân cư.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiem: Hít khí Carbon CO

Khí Carbon CO có tính chất là vô sắc vô hương!!!

Triệu chứng: nhức đầu, chóng mặt, mờ mắt, hoặc buồn nôn, dẫn đến ói mửa, bất tỉnh, và té xỉu, hôn mê hoặc chết nếu hít vào nhiều.

Những khu vực bị ảnh hưởng từ các máy phát điện chạy dầu hoặc thiết bị nặng:

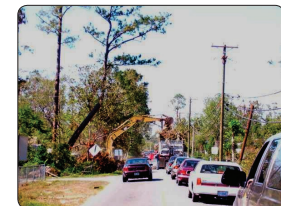
- Tiếp cận đến các thiết bị đang chạy
- Tiếp cận đến các máy phát điện
- Hầm than cháy
- Nơi xử lý phế thải
- Nơi đốt cháy và ép đồ phế thải



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Lái Xe và Giao Thông

- Khu vực xây dựng phải có bản hiệu giao thông rõ ràng dựng ở những nơi nguy hiểm.
- Phải có người cầm cờ ra hiệu khi tín hiệu, dấu hiệu và hàng rào không đủ bảo vệ cho công nhân
- Sẵn sàng đối phó với trở ngại
- Để ý đến các tài xế khác
- Người cầm cờ ra hiệu có thể bị khuất sau hoặc che khuất bởi loại xe lớn.



Vấn đề giao thông gồm có: sự chuyển động của xe cộ khác thường, chờ đồ công kênh như nhà di động (mobile homes), và thiết bị hạng nặng



NIEHS Hurricane Response Initiative

An Toàn Khi Thi Công Trên Đường Lộ

- Phải có kế hoạch kiểm soát giao thông khi có xe vận chuyển
- Người cầm cờ ra hiệu và những người kiểm soát giao thông phải mặc quần áo có độ phản chiếu cao và dễ nhìn thấy.
- Nơi người cầm cờ ra hiệu phải sáng sủa.
- Người cầm cờ ra hiệu phải được huấn luyện hoặc đã được chứng nhận và dùng phương pháp ra hiệu do người nắm quyền yêu cầu.



Traffic Space

Work Space

Buffer Space

Các phần của khu vực kiểm soát giao thông tạm thời

NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy hiểm: Hít bụi có chất khoáng miăng, hóa chất silica và những độc tố khác (tt)

- Bảo vệ bạn khỏi phải hít bụi có hóa chất, đeo khẩu trang được kiểm duyệt bởi NIOSH
 - Bảo đảm bạn đeo vào đúng cách và thử lại kỹ càng mỗi lần. Rửa mặt nạ ít nhất một lần một ngày.
 - Không dùng khẩu trang y khoa bởi vì chúng không bảo vệ một cách đầy đủ.
 - Thay khẩu trang nếu bạn cảm thấy khó thở, hoặc nhận ra mùi xuyên qua nó.



½ face respirator with P-100/OV/AG cartridges



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiểm: Hít bụi có chất khoáng măng, hóa chất silica và những độc tố khác

- Những công việc bị ảnh hưởng
 - Đổ phế liệu.
 - Xúc phế liệu lên xe trucks.
 - Phá hủy nhà.
- Bảo vệ bạn khỏi phải hít bụi có hóa chất, đeo khẩu trang được kiểm duyệt bởi NIOSH.
- Nếu lưỡng lự không biết đeo khẩu trang, liên lạc quản lý viên (supervisor).
- Nên đeo khẩu trang N-95 hoặc tốt hơn khi tiếp xúc với hóa chất silica và bụi xi măng.
 - Khi tiếp xúc khoáng măng, đeo khẩu trang nửa mặt có loại lọc N-100, R-100, hay P-100.
 - Khi tiếp xúc bụi có thể gây ngứa mắt, đeo mặt nạ toàn mặt loại P-100 nhằm lọc các hơi độc (OV/AG).



N-95 Respirator

NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiểm: Xe Xúc

Nguy hiểm gồm có:

- Dây điện cao thế.
- Giao thông.
- Bê tắt - khu vực tắt nghẽn
- Công nhân ở ngay dưới những vật đang được vận chuyển không chắc chắn.
- Toa xe (trailer) tái chế dùng để xúc các mảnh vụn quá tải.
- Không có kiểm soát giao thông (chiều hướng).





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiểm: Điện Lực, Dây Điện Cao Thế, Dây Điện & Dây Cáp Bị Đứt

Kiểm chế nguy hiểm

- Xem tất cả các dây điện và dây cáp cao thế như đã có điện đến khi đã được chứng minh rằng không.
- Sử dụng những thiết bị điện áp thấp và được tiếp đất đúng cách.
- Tránh những cột điện hoặc dây điện đứt hoặc ngã.

Công việc có liên quan

- Thu dọn mảnh vụn
- Tỉa cành



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy hiểm: Quá Nhiều Tiếng Ồn

- Dùng đồ đeo tai chống ồn bất cứ khi nào sử dụng thiết bị gây tiếng động.
- Ví dụ: cưa, máy xúc đất.
- Đồ đeo tai chống ồn sẽ bảo vệ khỏi sự ù tai tạm thời làm bạn không thể nghe tiếng khóc, tiếng rên và những âm thanh khác từ nạn nhân bị chôn ở dưới đất.
- Nếu bạn phải la lớn, chỗ làm việc đó gọi là ồn.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiểm: Cháy Da Vì Nắng

- Tránh để da trần và mắt trần đến nắng gắt và gió.
- Dùng kem chống nắng và kem thoa môi.
- Đeo kiếng bảo vệ.
- Giới hạn sự phơi nắng.

Nắng làm giảm sự nhanh nhẹn làm việc, và tăng nguy cơ bị ung thư da



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiểm: Dây Điện Ngầm Bị Bóc Trán

Tránh Nguy Hiểm

- Chú ý đến dây điện cao thế và dây điện ngầm. Dựng bản báo hiệu.
- Liên lạc với nhà đèn để tìm vị trí của dây điện ngầm
- Tránh xa những nơi có dây điện cao thế ít nhất 10 ft
- Trừ khi đã biết chắc, nếu không thì nên xem dây điện cao thế có điện
- Cần người chủ hoặc người điều khiển tắt điện đi và tiếp đất cho dây điện khi làm việc nơi lân cận.
- Nên có vài biện pháp để phòng khác như che chắn hoặc cách ly dây điện
- Sử dụng loại thang không có tính dẫn điện được làm bằng gỗ hoặc bằng sợi thủy tinh và nhựa khi làm việc gần dây điện cao thế



Đây là một ví dụ về dây điện và dây cáp ngầm bị hư hại và bóc trần.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Điều Khiển Cưa Máy

- Điều khiển, điều chỉnh, và bảo trì máy cưa đúng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất.
- Mài đĩa lưỡi xích đúng cách, tra dầu vào cán và lưỡi xích với loại dầu chuyên dùng cho cán và lưỡi xích.
- Người điều khiển nên kiểm tra và điều chỉnh độ căng của lưỡi xích theo định kỳ để bảo đảm chúng cắt được tốt.
- Chọn máy cưa có kích thước thích hợp với công việc gồm vài đặc điểm an toàn như thắng xích, tấm chắn an toàn trước và sau, nút tắt, tấm chắn xích và bộ phận hãm tia lửa.



NIEHS Hurricane Response Initiative

Mất nước rất nguy hiểm

- Uống thật nhiều nước
- Khi bạn khát, uống nước ngay. Uống các thứ nước thể thao thay vì nước trong, nếu có thể.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Trúng Nắng

Trúng Nắng có thể bị chết

- Uống thật nhiều nước.
- Biết những dấu hiệu về những bệnh liên quan đến sức nóng
- Giám sát chính mình và đồng nghiệp, sử dụng hệ thống bạn thân.
- Che chắn nắng trực tiếp hoặc nguồn nóng khác
- Sử dụng hệ thống quạt máy/máy lạnh và nghỉ ngơi thường xuyên.
- Mặc áo quần nhẹ, màu hài hòa, rộng rãi.
- Tránh uống bia rượu hoặc ăn quá nhiều.
- Gặp nhân viên y tế nếu bạn mờ mắt, cảm thấy đồ đứng, thoát mồ hôi quá độ, như muốn ngất xỉu.
- Vào nghỉ trong im mát và, đối với nhân viên chữa lửa, cởi áo và tháo dụng cụ ra.



NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiem: Sử Dụng Cửa Máy (tt.)

- Trang bị thiết bị bảo hộ thích hợp:
 - Nón bảo hộ
 - Kính bảo hộ
 - Thiết bị bảo hộ thính giác
 - Găng tay dùng cho công việc hạng nặng
 - Giày bảo hộ chống cắt (cửa xích)
- Luôn luôn cắt phía dưới hoặc vừa tầm của thất lưng
- Tránh tiếp xúc với dây điện cao thế
- Người ngoài cuộc hoặc đồng nghiệp phải nán lại vị trí ít nhất:
 - Gấp đôi chiều dài của thân cây (ít nhất 150 ft) cách người đang đốn cây
 - 30 ft cách người đang điều khiển cửa máy để cắt những cành to hoặc cây đã bị ngã





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Ton Thuong Mat

- Tui thieu, kinh an toan phai co lop che ben hong.
 - Nen su dung kinh co day.
- Nen dung kinh bao ho de chong lai bui bam hoac thay the cho nhung loai kinh khac co chuc nang bao ve mat (prescription).
- Cong nhan su dung lua hang de cat thi phai co kinh bao ho dac biet chong lai anh sang cua lua han.
 - Tia sang loe len trong khi han co the lam mat va nhung mo xung quanh bi phong nang.
- Chi nen su dung loai kinh bao ho co ky hieu ANSI Z87 tren trong kinh hoac gong kinh.



NIEHS Hurricane Response Initiative



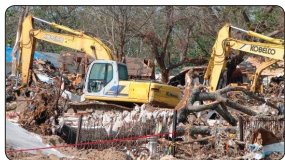
Nguy Hiem: Trung Cao Nhat

Trung Nang	Kiet Suck	Dot Quy
Nhuc dau	Nhuc dau	Nhut dau
Khac nuoc	Chong mat	Chong mat
Toa mo hoi hot	Tam than roi loan	Bon chon
Đau nhuc bap thit	Non mua	Tam than roi loan
	Đổ mồ hôi, da tái nhợt, lạnh và ẩm	Nóng, da hoàn toàn khô
	Chuồn rút ở chân & bụng	Nhiệt độ cơ thể trên 104°F
	Hơi thở yếu ớt, mạch nhảy tán loạn	Mất phản ứng hoặc mất định hướng



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Thiet Bi Hạng Nặng



- Xe nâng
- Xe đẩy
- Xe chở
- Xe có tay xúc
- ATVs

- OSHA quy định tất cả các loại thiết bị máy móc phải được kiểm tra bởi một người có đủ trình độ trước khi được mang vào sử dụng.
- Nên cảnh giác những hoạt động xung quanh.
- Không nên vượt quá tỷ lệ tải trọng của cần cẩu hoặc bất kỳ thiết bị nâng nhấc nào khác.
- Không nên đi qua đi lại phía bên dưới nơi có cần cẩu hoặc bất kỳ thiết bị hạng nặng nào khác đang nâng nhấc vật thể.
- Không nên du theo hoặc cưỡi lên những vật thể đang được nâng hoặc vận chuyển. Không nên du theo thiết bị hoặc thùng xúc (bucket).



NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Mảnh Vụn Bay / Nâng Vác Vật Liệu

- Trang bị thiết bị bảo hộ cá nhân, gồm có nón bảo hộ, giày bảo hộ, kính bảo hộ và găng tay bảo hộ.
- Không nên đi qua lại phía bên dưới những nơi có cần cẩu hoặc thiết bị nâng đang hoạt động nâng nhấc vật thể.
- Nên nhớ phải chích ngừa miễn dịch bệnh uốn ván mới nhất.





NIEHS Hurricane Response Initiative

Nguy Hiem: Manh Vun Chat Dong/Bê Mặt Làm Việc Gập Ghềnh

- Chỉ nên đi lại trên bề mặt chắc chắn.
- Dùng cách khác để đến nơi làm việc, như dùng xe có thùng (bucket trucks).
- Đặt giàn xây trên bề mặt chắc chắn và neo chặt nó và cấu trúc chắc chắn.
- Trang bị thiết bị bảo hộ đã cung cấp, gồm giày có đế chống trơn trượt.
- Dùng thiết bị bảo hộ tể ngã có dây an toàn buộc chắc vào điểm tựa chắc chắn, gồm có thành của xe truck, hoặc những nơi nào chắc chắn khác.



NIEHS Hurricane Response Initiative



Nguy Hiem: Cơ Cấu Toàn Vẹn

- OSHA quy định tường hoặc sàn phải có cột trụ hoặc thanh giằng chống đỡ trước khi phá hủy nếu có công nhân làm việc bên trong cấu trúc.
- Tắt đi, dây lại hoặc phải kiểm soát tất cả các đường dây (điện, nước, ga) ở bên ngoài cấu trúc trước khi công việc phá hủy bắt đầu. Nên báo cho công ty (điện, nước, ga) biết trước.
- Nếu cần duy trì nguồn phục vụ (điện, nước, ga) nào trong lúc phá hủy, thì những đường dẫn đó phải được tạm thời di chuyển đến vị trí khác và phải được che chắn.
- Nhận định xem có chất nổ nguy hiểm nào có tại vùng đất đó không, bao gồm ống dẫn và bình chứa. Dời đi bất kỳ chất nổ nguy hiểm nào tìm thấy được trước khi khởi công.
- Không nên cất hoặc dời đi bất kỳ cấu trúc hoặc bộ phận chống đỡ nào được đặt trên sàn cho đến khi những thứ trên tầng đó đã được phá hủy và dời đi.

