

在大火烧毁区域保护好自己

做好掩护避免皮

肤接触到灰烬和可能被割伤!²

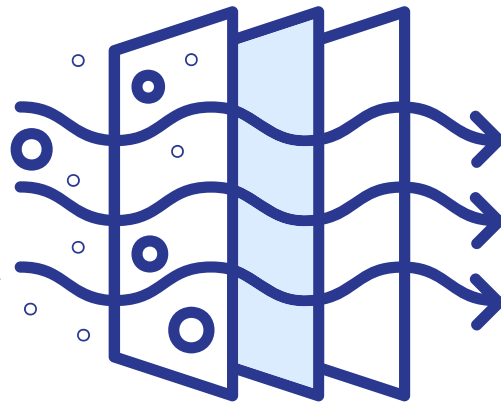
- 如果周围有灰烬,请佩戴安全护目镜
- 耐用的手套
- 长袖衬衫
- 长裤
- 不露趾和稳固的鞋
- 合适的口罩

所有在大火烧毁区域进行清理工作的人士都应该仅使用 **NIOSH 认可的* P100** 呼吸防护口罩

P100 呼吸防护器可过滤

99.97%

以上的空气传播颗粒(如微粒、雾、烟、气体和蒸气),并且具有很强的抗油性。



单单只有 P100 过滤器无法防御蒸气...



寻找专门与炭筒结合的 P100

过滤器,以过滤更多有害气体和蒸气!



来源

1. "Wildfire Smoke", LA County
2. "Protecting Public Health from Home and Building Fire Ash". (2025). CA EPA.
3. "Approved Particulate Filtering Facepiece Respirators". (2024). CDC.



Scan Here

to learn more about Clean Air SGV and other APIFM programs!



清理大火烧毁区域的提示

尽量避免劳累的体力活动;
应经常间断和稍作休息

体力消耗会让您的身体更难
应对恶劣的空气质量¹



尽量减少户外活动时间,
尤其是在有浓烟的地区



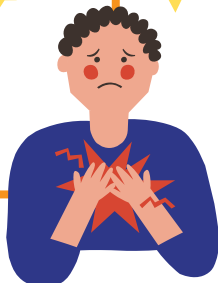
多喝瓶装水以帮助清肺排毒,
并避免接触积水²



如果您所在地区最近解除了
「禁止饮用自来水」
通知,请打开所有水
龙头 10 分钟,或直到水变清为止

如果您开始出现以下症状,
请立即寻求医疗协助

- 感到晕眩
- 呼吸困难
- 出现胸闷症状



先稍微喷湿区域再轻轻扫地,然后用湿拖把拖地



小心避免将灰烬带入空气中

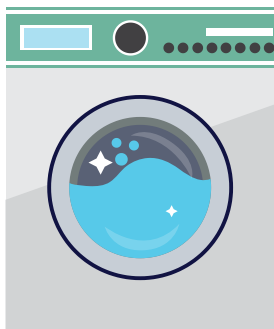
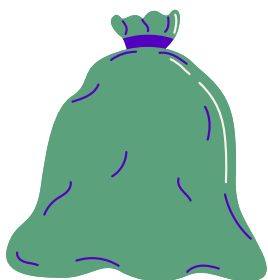
将垃圾用双层袋子捆扎起
来,以防止灰烬被吹走³



清理后:

离开前,用湿纸巾轻轻擦拭并清除皮肤和
头发上的污染物,如灰烬和碎屑

离开时,在进入任何车子之前将衣服
和鞋子装袋,以避免传播污染物



洗净衣服,去除异味,
然后立即洗澡³