

**ข้อควรปฏิบัติสำหรับคนไทยเมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน**  
**ครอบคลุม 10 รัฐทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของสหรัฐอเมริกา**  
ซึ่งเป็นเขตอาณาของสถานกงสุลใหญ่ ณ นครนิวยอร์ก ได้แก่ New York, New Jersey, Pennsylvania, Ohio, Massachusetts, Maine, Vermont, Connecticut, New Hampshire, Rhode Island

สถานกงสุลใหญ่ฯ จัดทำเอกสารฉบับนี้โดยรวบรวมและประมวลจากเอกสารของหน่วยงานท้องถิ่นสหรัฐอเมริกา เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติตนภายใต้เหตุการณ์ฉุกเฉิน ซึ่งนอกจากท่านควรเตรียมถุงสำรองฉุกเฉิน เสื้อเปียงอาหารและน้ำให้พร้อม รวมถึงการติดตามข่าวสารจากทางการท้องถิ่นและสถานกงสุลใหญ่ฯ แล้ว หากท่านสามารถช่วยเหลือตนเองในเบื้องต้นได้อย่างมีสติสัมปชัญญะตามข้อแนะนำภายใต้สถานการณ์ต่างๆ ที่นำมาเผยแพร่ ณ ที่นี้ จะช่วยเพิ่มความปลอดภัยและลดความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นแก่ชีวิตและทรัพย์สินของท่านได้

ทางการท้องถิ่นสหรัฐอเมริกามักกำหนดพื้นที่อพยพตามบริเวณต่างๆ ที่มีชุมชนอาศัยอยู่เพื่อให้ประชาชนในท้องถิ่นสามารถอพยพไปยังจุดปลอดภัยในยามที่เกิดเหตุฉุกเฉิน ดังนั้น ท่านควรรู้เส้นทางอพยพไปยังพื้นที่ดังกล่าวเพื่อความปลอดภัยของตัวท่านเองด้วย

**เหตุเพลิงไหม้**

**การป้องกันเหตุเพลิงไหม้**

- ควรซื้อเครื่องดับเพลิงขนาดเล็กประจำบ้าน
- ควรติดตั้งสัญญาณเตือนภัยไฟไหม้ (Fire Alarm) ทุกห้องในบ้าน

**ข้อควรปฏิบัติกรณีที่เกิดเหตุเพลิงไหม้**

- รีบออกจากบ้านหรือตัวตึกให้เร็วที่สุด ปิดประตูทุกประตู (แต่ห้ามล็อก)
- ถ้าไฟติดที่เสื้อผ้าที่สวมใส่อยู่ ให้หยุดนิ่ง ทิ้งตัวลงกับพื้น และกลิ้งตัวเพื่อดับไฟ ในขณะที่ปิดปากเพื่อป้องกันการสำลักควัน
- ในกรณีที่อาศัยอยู่ในตึกสูงและเพลิงไหม้ไม่ได้เกิดขึ้นภายในห้อง ควรหลบอยู่ในห้องปิดหน้าต่างให้สนิท ซึ่งจะปลอดภัยกว่าวิ่งหนีฝ่าควันไฟออกนอกห้อง
- ในกรณีที่ทำงานอยู่ในตึกสูง และเพลิงไหม้ในชั้นที่อยู่ หรือชั้นที่อยู่เหนือขึ้นไปให้อพยพหนีไฟลงมาอีก 2 ชั้นที่ต่ำกว่าที่เกิดเหตุเพลิงไหม้ สำหรับผู้ที่อยู่ในชั้นที่ต่ำกว่าที่เกิดเหตุให้รอฟังเสียงประกาศหรือข้อมูลเพิ่มเติมจากอาคารสำนักงาน หรือหัวหน้าพนักงานดับเพลิงต่อไป
- ใช้หลังมือสัมผัสประตูก่อนที่จะลองเปิด ถ้าประตูร้อนให้หาทางออกทางอื่น

- ในการหนีออกให้พยายามอยู่ต่ำติดพื้นให้มากที่สุดเนื่องจากความร้อนและควันจะลอยเหนือเพดาน และปิดประตูตามหลังทุกบาน
- ถ้าติดอยู่ในบ้านที่เกิดเพลิงไหม้และหาทางออกมาไม่ได้ ให้อยู่ใกล้หน้าต่างและติดพื้นมากที่สุด ปิดประตูและใช้ผ้าอุดช่องใต้ประตูเอาไว้ และพยายามส่งสัญญาณให้คนสังเกตเห็นว่าติดอยู่ทางหน้าต่าง
- อาศัยสถานที่ที่ปลอดภัย เช่น บ้านเพื่อนบ้าน โทรศัพท์แจ้งเหตุเพลิงไหม้ที่หมายเลข 911
- ห้ามหยุดเพื่อหยิบสิ่งของใดๆ ทั้งสิ้น
- ห้ามใช้ลิฟท์
- ทำประกันภัยการเช่าในกรณีที่เช่าบ้านอยู่

### เพลิงไหม้จากเหตุไฟฟ้า

ในฤดูร้อนซึ่งสภาพอากาศแห้งจะเกิดเหตุไฟฟ้าได้ง่าย โดยเฉพาะบริเวณทุ่งหญ้าโล่งกว้าง พื้นที่ทำการเกษตร พื้นที่ป่าธรรมชาติ ซึ่งหากอาคารหรือบ้านเรือนอยู่ในใกล้บริเวณดังกล่าว อาจได้รับผลกระทบจากไฟฟ้าได้ ดังนั้น ควรดูแลบริเวณรอบๆ หรือหลังคาอาคารบ้านเรือนไม่ให้มีวัตถุที่ติดไฟได้ง่าย อาทิ เศษฟาง หรือใบไม้แห้ง หรือขยะแห้งต่างๆ

นอกจากนี้ ควรปฏิบัติตนเพื่อลดความเสี่ยงในการเกิดเพลิงไหม้ลูกกลม อาทิ ทิ้งก้นบุหรี่ในที่เชียวบุหรี่ หลังจากเสร็จกิจกรรมทำอาหารที่บริเวณนอกบ้านแล้ว ให้ดับไฟให้เรียบร้อยทุกครั้ง และไม่ควรร่างเตาไฟปิกนิกในระหว่างที่รออาหารสุกเพราะอาจเกิดเพลิงลูกกลมได้

### น้ำท่วม

เหตุการณ์น้ำท่วมแต่ละปีในสหรัฐอเมริกามีมูลค่าความเสียหายกว่า 1 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ พื้นที่แถบชายฝั่งทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือสามารถเกิดน้ำท่วมได้หลายประเภท เช่น

- น้ำท่วมฉับพลัน ซึ่งเกิดจากพายุฝนฟ้าคะนอง
- น้ำท่วมชายฝั่งทะเล เกิดจากความกดอากาศที่ดันระดับน้ำทะเลหนุนชายฝั่ง และทำให้ระดับน้ำสูงขึ้นกว่าปกติ
- น้ำท่วมจากกระแสน้ำไหลล้นตลิ่ง

### ข้อควรปฏิบัติกรณีที่เกิดน้ำท่วม

- เปิดวิทยุ (ชนิดใช้พลังงานจากถ่านไฟฉาย) เพื่อเฝ้าติดตามเหตุการณ์และปฏิบัติตามคำแนะนำ และหากเหตุการณ์ปลอดภัย ให้อพยพออกจากพื้นที่พร้อมถุงสัมภาระฉุกเฉินประจำตัวที่ได้เตรียมไว้
- ถ้าติดอยู่ในพื้นที่น้ำท่วม ให้หนีไปอยู่บริเวณที่สูงกว่า นำเสื้อผ้าที่ให้ความอบอุ่น พร้อมพกไฟฉายและวิทยุพกพาติดตัวไปด้วยระหว่างที่รอความช่วยเหลือ ห้ามพยายามว่ายน้ำเพื่อหาทางหนี

- กรณีติดอยู่ในพื้นที่น้ำท่วมที่โล่งแจ้ง ห้ามเดินหรือขับรถยนต์ผ่านระดับน้ำที่สูงเกินกว่า 6 นิ้ว เพราะอาจทำให้คนล้มและถูกกระแสไฟฟ้าพัด น้ำอาจซึมเข้ารถยนต์ และระดับน้ำประมาณ 1 – 2 ฟุตสามารถทำให้รถยนต์ลอยไปกับกระแสไฟฟ้าได้
- หากต้องเดินลุยน้ำ ให้ใช้ไม้เซঁคระดับน้ำและความแข็งแรงของพื้นดินตรงบริเวณที่จะเดินผ่าน และเดินผ่านบริเวณที่มีน้ำนิ่ง
- กรณีที่สามารถอพยพด้วยรถยนต์ได้ ให้นำกระเป๋าใส่ของใช้จำเป็นไปด้วย เช่น เอกสาร สำคัญ ญาญแจบ้านและรถ เงินสดและบัตรเครดิตต่างๆ น้ำและอาหารแห้ง ไฟฉาย แบตเตอรี่ และหารรถยนต์เสียกลางทางใกล้ทางผ่านของกระแสไฟฟ้าให้รีบออกจากตัวรถยนต์โดยเร็วที่สุด
- กรณีที่ยังพอมีเวลาเหลืออยู่ ให้ปิดวาล์วระบบสาธารณูปโภคทุกชนิดในอาคารที่พักอาศัย เช่น แก๊สหุงต้ม คัทเอาท์ไฟฟ้า และเตรียมน้ำสะอาดโดยเปิดน้ำให้เต็มอ่างน้ำ รวมถึงเก็บสิ่งของบริเวณหน้าอาคารที่พักอาศัยเข้ามาข้างในหรือผูกมัดไว้ไม่ให้ลอยไปกับกระแสไฟฟ้า

### คลื่นพายุ

คลื่นพายุเป็นอีกปรากฏการณ์หนึ่งที่น่าไปสู่วาระฉุกเฉินได้ เกิดจากพายุรุนแรง เช่น เฮอริเคน ซึ่งสามารถดันระดับน้ำให้สูงประมาณ 30 ฟุต (เท่ากับตึกสามชั้นได้) ส่งผลให้น้ำไหลจากบริเวณชายฝั่งเข้าสู่พื้นที่ภายในเมืองเป็นระยะทางหลายไมล์ ทำความเสียหายแก่อาคารบ้านเรือน โครงสร้างพื้นฐานทางคมนาคม และระบบสาธารณูปโภค

มหานครนิวยอร์กเป็นเมืองที่มีแนวโน้มเกิดผลกระทบจากคลื่นพายุได้ง่าย ด้วยลักษณะทางภูมิศาสตร์ที่พิเศษของพื้นที่คือ เป็นเกาะที่มีแนวชายฝั่งยาวระหว่างนิวยอร์กซิตีและลองไอแลนด์ ซึ่งสามารถเหนี่ยวนำคลื่นพายุให้พัดเข้าสู่พื้นที่มากขึ้น แม้ระดับความรุนแรงของพายุเกิดในระดับต่ำ ก็อาจส่งผลให้เกิดความเสียหายเป็นวงกว้างได้ บริเวณตอนใต้ของเขตควีนส์และบรู๊คลิน บริเวณตอนล่างของทิศตะวันตกและตะวันออกของเกาะแมนฮัตตัน และแถบนอกของเกาะสเตตัน เป็นเขตเปราะบางต่อการได้รับผลกระทบจากคลื่นพายุเฮอริเคน

### พายุชายฝั่งและเฮอริเคน

รัฐชายฝั่งทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของสหรัฐอเมริกาเป็นพื้นที่รับผลกระทบจากพายุต่างๆ ได้ง่าย เช่น อาคารล้มพัง ต้นไม้หักโค่น และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตคนได้

#### การเตรียมตัว

- ติดตามข่าวสารแจ้งการเกิดพายุจากหน่วยงานท้องถิ่น
- เมื่อเกิดเหตุการณ์ต้องอพยพสู่พื้นที่เขตปลอดภัยตามที่หน่วยงานท้องถิ่นประกาศเตือน
- โทรศัพทเพื่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม หรือขอความช่วยเหลือจากหน่วยงาน emergency management ประจำท้องถิ่น

## ภาวะอากาศร้อนรุนแรง

ช่วงหน้าร้อนในสหรัฐอเมริกาจะเกิดปรากฏการณ์ความร้อนสูงกว่าปกติ (urban heat island) โดยเฉพาะเมืองใหญ่ เช่น มหานครนิวยอร์ก เนื่องจากสภาพพื้นที่แบบตัวเมือง มีสิ่งก่อสร้างหนาแน่นและเต็มไปด้วยตึกระฟ้ามากมาย ทำให้อุณหภูมิในเมืองสูงกว่าอุณหภูมิปกติเกือบ 10 องศาฟาเรนไฮต์ ในแต่ละปีมีประชากรเสียชีวิตจากเหตุการณ์ดังกล่าว โดยเฉพาะเด็ก คนชรา ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด รวมถึงผู้ป่วยที่รับประทานยาที่มาสารออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท

### ลักษณะอาการที่พบในภาวะอากาศร้อนรุนแรง

#### อาการเบื้องต้น อาทิ

- เหงื่อออกมากผิดปกติ
- กล้ามเนื้อเป็นตะคริว
- รู้สึกคล้ายจะเป็นลม และอ่อนแรง
- ปวดศีรษะ
- ไม่อยากรับประทานอาหาร

#### อาการขั้นรุนแรง อาทิ

- หหมดสติและไม่มีอาการตอบสนอง
- หายใจลำบาก
- ชีพจรเต้นแรงและเร็ว
- เกิดอาการประสาทหลอน สับสน

### การดูแลสุขภาพในสภาวะที่อากาศร้อนรุนแรง

- หลีกเลี่ยงการถูกแสงอาทิตย์ หากต้องออกจากตัวอาคารให้ทาครีมกันแดดที่มีค่า SPF 15 เป็นอย่างน้อย และสวมหมวกเพื่อป้องกันแสงแดด
- ใช้เครื่องปรับอากาศเพื่อช่วยลดอุณหภูมิในอาคารที่อยู่อาศัย หากไม่มีเครื่องปรับอากาศ ให้เปิดหน้าต่าง หรือพัดลมเพื่อให้เกิดการระบายอากาศ อย่างไรก็ตาม การใช้พัดลมเหมาะสมกับช่วงเวลากลางคืนซึ่งเป็นช่วงที่อุณหภูมิอากาศลดลง
- ดื่มน้ำเปล่าเพื่อเติมน้ำให้ร่างกายอย่างสม่ำเสมอแม้ว่าจะยังไม่รู้สึกกระหายก็ตาม หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ คาเฟอีน และระดับน้ำตาลสูง
- สวมเสื้อผ้าที่หลวมสบาย และปกคลุมผิวหนัง
- หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมในเวลาที่มีแสงแดดจัดระหว่างเวลา 11.00 – 16.00 น. ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมกลางแจ้ง คือ 04.00 – 07.00 น.

- หลีกเลี่ยงการทำให้ร่างกายต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิจากร้อนไปเย็น หรือเย็นไปร้อน เช่น อาบน้ำน้ำเย็นทันทีเมื่อร่างกายกำลังร้อน เพราะจะทำให้หน้ามืดและไม่สามารถหายใจได้

## อากาศช่วงฤดูหนาว

ฝั่งตะวันออกเฉียงเหนือของสหรัฐอเมริกา มักประสบกับสภาพอากาศที่หนาวเหน็บ ซึ่งทำให้หิมะตกหนัก ภาวะน้ำแข็ง ฝนเยือกแข็งที่ทำให้เกิดถนนหรือทางเดินลื่น อาจทำให้เกิดอันตรายต่อชีวิตประจำวันได้ โดยเฉพาะเมืองใหญ่ เช่น มหานครนิวยอร์ก ดังนั้น การเตรียมความพร้อมจะช่วยให้การดำรงชีวิตประจำวันเป็นไปอย่างปลอดภัย

### ข้อควรปฏิบัติก่อนที่ฤดูหนาวจะมาถึง

- ชักซ้อมความเข้าใจกับสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในยามฉุกเฉินภายใต้สถานการณ์ต่างๆ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับการติดต่อกันในยามฉุกเฉิน
- จัดถุงสัมภาระฉุกเฉินให้เหมาะสมกับการใช้งานในฤดูหนาว เช่น มีผ้าห่ม ถุงมือและถุงเท้าที่อบอุ่น
- ควรเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉินให้สามารถใช้งานเป็นระยะเวลาติดต่อกันประมาณ 3 วันโดยไม่ต้องพึ่งพากระแสไฟฟ้า รวมถึงการเตรียมอุปกรณ์เพิ่มเติม เช่น ผ้าห่ม เสื้อผ้า ทำความอุ่น และวิทยุที่ใช้พลังงานจากถ่านไฟฉายเพื่อติดตามสภาพอากาศในช่วงที่เกิดพายุหนัก

### การเตรียมพร้อมอาคารที่พักอาศัย

- ตรวจสอบความสมบูรณ์ของบานประตูและหน้าต่าง รวมถึงซ่อมแซมประตูและหน้าต่างเพื่อไม่ให้เกิดช่องว่างที่ความเย็นจะเล็ดลอดเข้ามาในอาคารที่พักอาศัยได้
- ติดต่อช่างเพื่อตรวจเช็คตำแหน่งที่อาจมีรอยรั่วหลังคา ความแข็งแรงของหลังคาบ้านเพื่อรับมือกับกรณีที่เกิดหิมะตกทับถมสูงบนหลังคา
- คิดคำนวณกันความเย็นภายในอาคารที่พักอาศัย เช่น ฉนวนและห้องใต้หลังคา
- เตรียมอุปกรณ์ทำความร้อนที่ปลอดภัยซึ่งควรให้ความร้อนด้วยไฟฟ้า บ้านที่มีเตาผิงควรเตรียมพื้นที่เพียงพอและมีถังดับเพลิงประจำบ้านด้วย
- ตรวจเช็คอุปกรณ์วัดระดับก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์และควันไฟว่าระบบสามารถทำงานด้วยพลังงานจากถ่านไฟฉายได้เช่นกัน
- เตรียมเชื้อเพลิงให้เพียงพอสำหรับทำความร้อน เพราะหลังเกิดเหตุพายุหิมะตกหนัก การซื้อเชื้อเพลิงค่อนข้างเป็นไปได้ด้วยความยากลำบาก
- เตรียมอุปกรณ์ตักหิมะออกจากทางสัญจร รวมถึงเกลือโรยทางเดินเพื่อละลายน้ำแข็งไม่ให้ลื่นหกล้มเป็นอันตรายต่อผู้สัญจรไปมา

## การเตรียมพร้อมยานพาหนะ

- เตรียมเช็คการทำงานชิ้นส่วนต่างๆ ของรถยนต์ อาทิ แบตเตอรี่ ระบบป้องกันจุดเยือกแข็ง อุปกรณ์ปัดน้ำฝนและน้ำยาทำความสะอาด ระบบสตาร์ทเครื่องยนต์ เครื่องควบคุมอุณหภูมิ ความร้อน ไฟนํ้ารถยนต์และไฟฉุกเฉิน ระบบไอเสียรถยนต์ ระบบทำความร้อน ระบบเบรก และระบบละลายน้ำแข็ง
- ติดยางรถยนต์ที่คุณภาพดีต่อการใช้งานในฤดูหนาว โดยทั่วไปยางรถยนต์ที่สามารถใช้งานได้กับทุกสภาพอากาศค่อนข้างเพียงพอต่อการใช้งานในฤดูหนาว ยกเว้นในบางรัฐที่กำหนดให้ยานพาหนะต้องติดตั้งโซ่ที่ล้อรถยนต์หรือยางรถยนต์ที่มีพื้นผิวเป็นปุ่มสำหรับสภาพที่ปกคลุมด้วยหิมะ
- เตรียมถุงสัมภาระฉุกเฉินในยานพาหนะ โดยให้มีสิ่งจำเป็นสำหรับฤดูหนาว อาทิ ผ้าห่ม ถูนอน กระดาษหนังสือพิมพ์เพื่อใช้เป็นฉนวนกันความเย็น ถูพลาสติกเพื่อสูชอนามัย ถูมือ ถูเท้า ผ้าพันคอ หมวก อุปกรณ์กันฝน โซ่คลุมพื้นผิวยางรถยนต์ อุปกรณ์ช่าง (แม่แรง ไขควง) เสื้อผ้าสีสดใสหรือผ้าเรืองแสงเพื่อใช้เป็นจุดสนใจเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

## แผ่นดินไหว/คลื่นสึนามิ

พื้นที่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของสหรัฐอเมริกาไม่ได้อยู่ในบริเวณที่เสี่ยงต่อการเกิดแผ่นดินไหว และคลื่นสึนามิ เหตุดังกล่าวมักเกิดขึ้นทางรัฐชายฝั่งภาคตะวันตก อาทิ แคลิฟอร์เนีย โอเรกอน วอชิงตัน อะลาสกา และฮาวาย อย่างไรก็ตามพลเมืองควรมีความพร้อมพร้อมกับการรับไว้ ดังนี้

### การเตรียมตัวก่อนเหตุการณ์แผ่นดินไหว

- กำหนดพื้นที่ปลอดภัยแต่ละห้องภายในบ้าน ซึ่งอาจเป็นพื้นที่ที่อยู่ใต้เฟอร์นิเจอร์ที่มีความแข็งแรง และห่างจากหน้าต่าง ผนังที่แขวนวัตถุสิ่งของ เฟอร์นิเจอร์สูง ซึ่งอาจตกลงมาทับคนได้
- วางสิ่งของที่มีน้ำหนักมาไว้ชั้นล่างของชั้นวางของซึ่งควรวางให้ติดกับฝาผนัง
- งดเว้นการแขวนภาพหรือกระจกใหญ่เหนือโซฟาหรือบริเวณที่ใช้เป็นที่นั่งหรือนอน
- จัดทำเอกสารชนิดพกติดกระเป๋าเงินด้วยตนเองโดยระบุข้อมูลประจำตัวที่สำคัญต่างๆ เช่น โรคประจำตัว การแพ้ยารักษาโรค ความบกพร่องทางร่างกาย เป็นต้น
- หาบุคคลที่ไว้ใจได้เพื่อให้กับเอกสารชนิดพกพาดังกล่าวเพื่อประโยชน์สำหรับการช่วยเหลือในยามฉุกเฉิน

### ข้อควรปฏิบัติกรณีเกิดเหตุแผ่นดินไหว

- หมอบตัวลงสู่พื้น พยายามยกแขนเพื่อป้องกันส่วนหัวและคอของตนไว้และเข้าไปอยู่ใต้เฟอร์นิเจอร์ที่แข็งแรงหรือที่ติดกับฝาผนัง จนกว่าแรงสั่นสะเทือนจะสิ้นสุดลง

- เคลื่อนตัวออกพื้นที่เกิดเหตุด้วยความระมัดระวัง ระวังสิ่งของที่แตกหรือหักพัง และสวมรองเท้าแข็งแรงเพื่อป้องกันการได้รับบาดเจ็บที่เท้า
- หากอยู่ภายนอกอาคาร ให้อยู่ในที่โล่งแจ้งและไม่มีต้นไม้ เสาโทรศัพทหรือไฟฟ้า และตัวอาคารต่างๆ จนกว่าแรงสั่นสะเทือนจะสิ้นสุดลง
- หากกระทำได้ ให้ปิดแก๊สภายในบ้านและ/หรือโทรศัพทแจ้งบริษัทแก๊สเพื่อดำเนินการปิดระบบ
- กรณีที่ไฟฟ้าถูกตัด ให้ใช้ไฟฉายและวิทยุเพื่อช่วยเหลือ ห้ามใช้เทียนไขให้แสงสว่าง
- ถ้าได้กลิ่นแก๊สให้รีบหนีออกมาทันที และโทรศัพทแจ้งเหตุที่หมายเลข 911
- เตรียมรับมือกับเหตุการณ์ aftershock ที่อาจจะเกิดขึ้นได้

### ข้อควรปฏิบัติเมื่อเกิดเหตุสึนามิ

- เปิดวิทยุเพื่อติดตามข่าวสารเกี่ยวกับการเกิดสึนามิ เนื่องจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือของสหรัฐอเมริกาเป็นพื้นที่แถบชายฝั่งทะเล
- อพยพสู่พื้นที่สูงให้เร็วที่สุด
- กรณีอยู่พื้นที่ชายฝั่งและสังเกตเห็นว่า ระดับน้ำทะเลลดลงผิดปกติ เป็นสัญญาณว่าอาจจะเกิดสึนามิ ให้รีบออกมาจากชายฝั่งให้เร็วที่สุด
- หลังจากเกิดเหตุสึนามิ พยายามหลีกเลี่ยงพื้นที่หักพังหรือพื้นที่ที่ยังมีน้ำท่วม

### การก่อการร้าย

เป้าหมายหลักของการก่อการร้ายคือการสร้างความหวาดกลัว ข้อมูลข่าวสารการก่อการร้ายที่แม่นยำและการเตรียมความพร้อมเบื้องต้นเพื่อรับมือกับเหตุฉุกเฉินภายใต้สภาวะการณ์ต่างๆ ที่กล่าวมา ทำให้ไม่ตกเป็นเป้าหมายได้ง่าย

### ข้อควรปฏิบัติเพื่อการรู้เท่าทันและรับมือกับเหตุการณ์

- เมื่อรับข่าวสารแล้วอย่าเพิ่งตกใจและรีบปล่อยข่าวสร้างความตื่นตระหนก ควรตรวจสอบข่าวสารจากแหล่งที่น่าเชื่อถือต่างๆ อาทิ หน่วยงานรัฐหรือสื่อมวลชน
- อย่ารีบหนีหรือจากคนแปลกหน้า และอย่าทิ้งสัมภาระเดินทางและกระเป๋าโดยไม่เฝ้าดูแลในที่สาธารณะ เช่น รถไฟใต้ดิน
- อย่าจับหรือสัมผัสหีบห่อหรือจดหมายที่ต้องสงสัย ให้โทรศัพทแจ้งตำรวจที่หมายเลข 911 หรือแจ้งเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น หากได้สัมผัสหีบห่อแล้วให้รีบล้างมือด้วยน้ำเปล่าและสบู่
- หากเห็นพฤติกรรมที่น่าสงสัย อาทิ พบบุคคลลুক้าเข้าไปในพื้นที่ซึ่งเป็นเขตหวงห้าม บุคคลสวมเสื้อผ้าไม่สอดคล้องกับสภาพอากาศ หรือคนที่เดินวนเวียนไปมาในบริเวณที่เป็นแหล่งคมนาคมสัญจรของผู้คนหรือพื้นที่สาธารณะูปโภค ให้รีบรายงานเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น

## โรคระบาด

การแพร่ระบาดของโรค เช่น ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ไข้หวัดซาร์ส อีโบล่า รวมถึงโรคระบาดจากการถูกยุงกัด อาทิ ไวรัสเวสต์ไนล์ (West Nile Virus) ไวรัสซิกา (Zika Virus) เป็นต้น

เมืองขนาดใหญ่ที่เป็นศูนย์รวมของจำนวนคนหลากหลายเชื้อชาติ เช่น นครนิวยอร์ก มีความเสี่ยงที่จะเกิดเหตุโรคระบาดได้ง่าย อย่างไรก็ตาม หน่วยงานท้องถิ่นในแต่ละรัฐจะมีการบริหารจัดการแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ เช่น Department of Health and Mental Hygiene แห่งนครนิวยอร์กมีวิธีการตรวจสอบและป้องกันทางด้านโรคระบาดสูง โดยมีการเตือนภัยล่วงหน้าในความเป็นไปได้ที่จะเกิดการระบาดของโรคจากระบบเฝ้าติดตามสถานการณ์การให้บริการห้องฉุกเฉิน รพพยาบาล และร้านขายยา ระบบดังกล่าวยังเป็นต้นแบบในการเตรียมรับมือกับโรคระบาดสำหรับรัฐอื่นๆ ในสหรัฐอเมริกาอีกด้วย

ในกรณีฉุกเฉินที่เกิดจากโรคระบาด รัฐต่างๆ จะมีหน่วยงานสาธารณสุขที่ปฏิบัติหน้าที่รับมือกับเหตุการณ์เหล่านี้ และจะจัดให้มีจุดจ่ายยา หรือ Points of Dispensing (PODs) กระจายตามพื้นที่ต่างๆ เพื่อให้พลเมืองสามารถมาขอรับยาได้อย่างทั่วถึง

### การรับมือกับโรคระบาด

- ปิดปากขณะไอหรือจาม
- อยู่ในบ้านหากมีอาการไอหรือไข้ขึ้น
- หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์
- ติดตามข่าวสารความเคลื่อนไหวของโรคระบาดทางโทรทัศน์และวิทยุจากทางการ

ท้องถิ่น

## ระบบสาธารณูปโภคขัดข้อง

ระบบสาธารณูปโภคขัดข้อง อาทิ ไฟฟ้าดับ น้ำประปาไม่ไหล โทรศัพท์และแก๊สหุงต้มขัดข้อง โดยเฉพาะในเมืองที่จำนวนประชากรหนาแน่นและมีความสำคัญทางธุรกิจ มักส่งผลกระทบต่อทางเศรษฐกิจและการดำรงชีวิตประจำวันของประชาชน

เหตุการณ์ไฟฟ้าดับอาจเกิดขึ้นไม่บ่อยนัก แต่มักเกิดในช่วงฤดูร้อน ซึ่งเป็นช่วงที่อาคารบ้านเรือนต้องใช้เครื่องปรับอากาศทำความเย็น ความต้องการใช้พลังงานไฟฟ้าจึงสูงขึ้นตามมา ดังนั้น ควรเตรียมถุงสำรองฉุกเฉินประจำตัว โดยอาจเพิ่มอุปกรณ์ให้แสงสว่างแบบพกพาชนิดที่ใช้ถ่านไฟฉาย และเตรียมถุงน้ำแข็งในตู้เย็นให้พร้อมเพื่อรักษาอุณหภูมิของตู้เย็นมิให้อาหารได้รับความเสียหาย

### ข้อควรปฏิบัติเมื่อไฟฟ้าดับในฤดูร้อน

- เปิดหน้าต่างอาคารบ้านเรือนเพื่อให้อากาศถ่ายเทได้ดี
- ดื่มน้ำเปล่ามากๆ



### ข้อควรปฏิบัติเมื่อไฟฟ้าดับในฤดูหนาว

- ป้องกันไม่ให้ความเย็นเข้ามาภายในอาคารบ้านเรือนให้ได้มากที่สุด เช่น แขนวนผ้าห่มที่หน้าต่าง ประตูทางเข้า และเข้าไปอยู่ในห้องที่ความเย็นเล็ดลอดเข้ามาได้ยาก
- สวมเสื้อผ้าที่ทำให้ร่างกายอบอุ่น สวมหมวก ผ้าพันคอ ถุงมือและเสื้อผ้าหลายๆ ชั้น
- หากมีเตาผิง ให้ใช้เป็นที่ให้ความร้อนและแสงสว่าง
- ห้ามทำความร้อนด้วยแก๊สหุงต้มหรือเตาอบในบ้าน (เพราะจะทำให้เกิดก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์)
- ห้ามติดเครื่องปั่นไฟฟ้าภายในอาคารที่พักอาศัย
- เปิดก๊อกน้ำให้มีน้ำหยดเพียงเล็กน้อยเพื่อมิให้น้ำในท่อประปาแข็งตัว

### ข้อควรปฏิบัติเมื่อทราบล่วงหน้าว่าจะไม่มีไฟฟ้าใช้

- รับประทานอาหารหรือใช้ส่วนประกอบอาหารซึ่งเน่าเสียง่ายในตู้เย็นหรือในช่องแช่แข็งก่อน
- ทำน้ำแข็งเพิ่มเติม
- ช็อกกระติกน้ำเพื่อเก็บน้ำเย็น
- รู้ล่วงหน้าว่าแหล่งที่สามารถหาซื้อน้ำแข็งแห้งหรือน้ำแข็งได้จากที่ใด น้ำแข็งแห้งขนาด 25 ปอนด์สามารถรักษาอุณหภูมิของตู้แช่แข็งขนาด 10 คิวบิกฟุตได้ถึง 3 – 4 วัน

### ติ๊กถล่ม

ติ๊กถล่มเกิดจากโครงสร้างของตึกที่ชำรุด แก๊สรั่ว หรือ การก่อวินาศกรรม หากเกิดเหตุการณ์ดังกล่าวขึ้น ควรปฏิบัติตน ดังนี้

#### กรณีที่อยู่ในตึก

- หนีออกมาอย่างรวดเร็วและระมัดระวังที่สุด
- กรณีที่หนีออกมาไม่ได้ ควรหลบอยู่ใต้โต๊ะเพื่อให้มีที่กำบังศีรษะ

#### กรณีที่ติดอยู่ภายใต้ซากปรักหักพัง

- ปิดปากและจมูกด้วยมือหรือเสื้อผ้า
- พยายามเคลื่อนไหวให้น้อยที่สุดเพื่อมิให้ฝุ่นฟุ้งกระจายเพราะอาจเป็นอันตรายต่อการหายใจได้
- เคาะผนังหรือท่อเพื่อส่งเสียงให้ผู้อื่นรู้ว่าติดอยู่ภายใต้ซากปรักหักพัง และหลีกเลี่ยงการตะโกนร้องขอความช่วยเหลือหากไม่จำเป็นเนื่องจากเป็นการหายใจเอาฝุ่นละอองที่อันตรายจะเข้าสู่ร่างกาย

#### กรณีที่ต้องทำความสะอาดบริเวณที่เป็นซากปรักหักพัง

- สวมถุงมือและรองเท้านิรภัยและคลุมเท้าอย่างมิดชิด

- แยกซากปรักหักพังตามประเภท (เช่น ไม้ เครื่องใช้ในอาคาร/บ้าน เป็นต้น)
- ไม่แตะต้องซากที่เป็นสายไฟฟ้าหรือสายต่างๆ
- ไม่เคลื่อนย้ายซากปรักหักพังขนาดใหญ่ด้วยตนเองโดยปราศจากความช่วยเหลือ เช่น จากเพื่อนบ้าน หรือเจ้าหน้าที่กู้ซากปรักหักพัง

### อาคารปรักหักพังที่เกิดจากการระเบิดมักจะตามมาด้วยอัคคีภัยเสมอ

#### ก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์

ก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์เกิดจากการชำรุดของเตาหลอม ปล่องไฟ เครื่องทำความร้อน เตาผิง เตาอบ หรือท่อไอเสียของเครื่องยนต์ต่างๆ

ก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์ในปริมาณมากเป็นอันตราย เนื่องจากเป็นก๊าซที่ไร้กลิ่นและสี เหตุที่อาจเกิดอันตรายจากก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์มากที่สุดคือ การติดเครื่องยนต์ยานพาหนะในโรงจอดรถ เมื่อต้องทำความสะอาด อุณหภูมิในอาคารบ้านเรือนในช่วงฤดูหนาว ระบบทำความอุ่นบางประเภทอาจเพิ่ม ปริมาณก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ในอาคารบ้านเรือนด้วย

อาการของผู้ได้รับผลกระทบจากก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ คือ ปวดหัวและเวียนศีรษะ แน่นหน้าอกและหายใจลำบาก คลื่นไส้ อาเจียน และอาจหมดสติได้

#### ข้อควรปฏิบัติเพื่อป้องกันผลกระทบจากก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ อาทิ

- หลีกเลี่ยงการติดเครื่องยนต์ยานพาหนะในโรงจอดรถยนต์หรือพื้นที่ที่ไม่มีอากาศถ่ายเท และกำจัดสิ่งอุดตันในท่อไอเสียยานพาหนะหลังจากหิมะตก
- หลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์ปรุงอาหารด้วยถ่านในพื้นที่ภายในอาคารที่อาศัย
- หลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์อำนวยความสะดวกที่ใช้ก๊าซภายในอาคารที่อาศัย อาทิ เครื่องปั่นไฟ
- หลีกเลี่ยงการใช้เตาแก๊สหรือเตาอบภายในบ้านเพื่อทำความอบอุ่นในบ้าน
- ตรวจสอบและทำความสะอาดระบบทำความร้อน เครื่องอำนวยความสะดวกที่ทำงานด้วยการเผาไหม้ของเชื้อเพลิง ปล่องไฟ โดยช่างทรงคุณวุฒิเป็นประจำทุกปี

#### ข้อควรปฏิบัติเมื่ออยู่ในเหตุการณ์ได้รับผลกระทบจากก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์

- รีบหนีออกจากบ้าน
- โทรศัพทแจ้งเตือนเหตุที่หมายเลข 911 หรือโทรหาหน่วยงานช่วยเหลือในพื้นที่
- นำผู้ประสพภัยออกสู่อากาศบริสุทธิ์ให้เร็วที่สุด
- เปิดหน้าต่าง

## สารพิษ สารเคมี และรังสี

ในชีวิตประจำวันปกติของทุกคนอาจเกี่ยวข้องกับสารพิษ และสารเคมีทั้งที่บ้านและสำนักงาน หากเกิดการหกกระจายของสารพิษ อาจเกิดอันตรายในวงกว้างและลูกกลมสู่บริเวณที่เป็นสาธารณะได้ ขอให้ติดตามประกาศคำแนะนำของหน่วยงานท้องถิ่นภายใต้สถานการณ์ที่เกิดขึ้น

### ข้อควรปฏิบัติในบริเวณที่มีสารพิษปนเปื้อน

- พยายามอยู่บริเวณเหนือลมจากแหล่งซึ่งเป็นที่มาของสารพิษนั้นให้มากที่สุด
- หากได้รับผลกระทบจากสารพิษ พยายามพบแพทย์รวดเร็วที่สุด
- ถ้าเกิดเหตุการณ์ในบริเวณอาคาร ให้รีบหาทางหนีออกมาจากพื้นที่โดยหลีกเลี่ยงการถูกหรือสัมผัสกับสารพิษให้ได้มากที่สุด
- ถ้าร่างกายสัมผัสกับสารพิษ ถอดเสื้อผ้า พยายามออกห่างจากเสื้อผ้าเหล่านั้นและล้างตัวให้สะอาด
- สารพิษบางชนิดอาจต้องได้รับการขจัดสิ่งปนเปื้อนเป็นพิเศษจากหน่วยงานแพทย์

### ข้อควรปฏิบัติในบริเวณที่สารกัมมันตภาพรังสีปนเปื้อน

- หากอยู่ในที่โล่งแจ้ง ให้เข้าสู่ตึกหรือพื้นที่มิดชิด ถอดเสื้อผ้าและล้างตัวให้เร็วที่สุด
- หน่วยงานรัฐอาจจัดยาพิเศษเพื่อป้องกันการได้รับรังสีให้กับกลุ่มคนพิเศษบางกลุ่ม เช่น เด็ก สตรีมีครรภ์

\*\*\*\*\*

สถานกงสุลใหญ่ ณ นครนิวยอร์ก

พฤษภาคม 2559