

# HÃY BẢO VỆ CHO CHÍNH BẠN VÀ GIA ĐÌNH KHỎI BỊ NGỘ ĐỘC THÁN KHÍ (PROTECT YOUR FAMILY AND YOURSELF FROM CARBON MONOXIDE POISONING)

Produced by Environmental Protection Agency (EPA) and Translated by Association of Asian Pacific Organizations (AAPCHO), 2/1997.

## THÁN KHÍ CÓ THỂ GÂY CHẾT NGƯỜI:

Bạn không thể nhìn thấy hay ngửi mùi thán khí, nhưng khi thán khí ở mức độ cao thì nó có thể làm chết người trong vài phút. Thán khí sinh ra khi bất cứ loại nhiên liệu nào như xăng, dầu, dầu lửa, gỗ hoặc than bị đốt cháy. Nếu dụng cụ tiêu thụ nhiên liệu được giữ gìn và sử dụng một cách thích hợp, số lượng thán khí mà nó thải ra thường không gây độc hại. Tuy nhiên, nếu dụng cụ tiêu thụ nhiên liệu không chạy đúng mức hoặc bạn không biết sử dụng thì mức thán khí sinh ra có thể lên đến mức nguy hiểm. Hàng năm, có hàng trăm người chết vì ngộ độc thán khí do sự trục trặc của các máy móc dụng cụ chạy bằng nhiên liệu hoặc do sử dụng máy móc không đúng cách. Và còn nhiều người chết hơn nữa do để máy xe hơi nổ mà không chạy. Thai nhi, hài nhi, người lớn tuổi, người bị thiếu máu hoặc có tiền sử bệnh tim hay bệnh về hô hấp, đặc biệt dễ bị nhiễm độc hơn. Để được an toàn, bạn hãy làm những điều **NÊN LÀM** và **KHÔNG NÊN LÀM** dưới đây về chất thán khí.

## NHỮNG TRIỆU CHỨNG NGỘ ĐỘC THÁN KHÍ:

Bạn cần biết những triệu chứng ngộ độc thán khí khi thán khí ở mức độ vừa phải, bạn hoặc gia đình có thể bị nhức đầu nặng, chóng mặt, ngớ ngẩn, buồn nôn hoặc bị xiu. Bạn có thể bị mất mạng nếu ở trong mức độ thán khí này kéo dài. Ở mức độ thấp, thán khí gây khó thở (thiếu hơi thở - thở gấp), buồn nôn nhẹ, hơi chóng mặt và có thể gây những ảnh hưởng lâu dài hơn đối với sức khỏe. Tuy nhiên, những triệu chứng trên có thể bị làm tưởng là có liên quan đến bệnh cúm, ngộ độc thức ăn hoặc những bệnh khác mà bạn sẽ không nghĩ là có thể bị ngộ độc thán khí.

## ĐỂ ĐƯỢC AN TOÀN:

Nếu thấy những triệu chứng mà bạn nghĩ là mình bị ngộ độc thán khí, thì bạn:

- ✓ **NÊN** Đi ra chỗ thoáng khí ngay tức thì. Mở các cửa lớn, cửa sổ, tắt các dụng cụ đang đốt cháy và đi ra khỏi nhà.

- ✓ **NÊN** Đi thẳng đến phòng cấp cứu của bệnh viện và nói cho Bác sĩ biết là bạn nghi mình bị ngộ độc thán khí. Nếu quả thật bị ngộ độc thường có thể chữa bệnh bằng cách thử máu ngay sau khi bạn vừa bị nhiễm thán khí.

- ✓ **NÊN** Sửa soạn trả lời những câu hỏi sau của Bác sĩ:

- Những triệu chứng này có phải chỉ xảy ra trong nhà hay không?
- Khi bạn rời khỏi nhà thì những triệu chứng này có biến mất hoặc giảm đi không? và khi bạn về nhà, nó có xuất hiện trở lại không?
- Trong nhà có ai khác bị những triệu chứng tương tự không? Triệu chứng của mọi người có xảy ra cùng một lúc không?
- Trong nhà bạn có sử dụng bất cứ loại máy móc nào đốt bằng các loại nhiên liệu không?
- Gần đây có ai kiểm tra các máy móc thiết bị trong nhà bạn không? Bạn có biết chắc là máy móc chạy đúng không?

*Phòng ngừa là điểm mấu chốt để tránh nhiễm độc thán khí:*

- ✓ **NÊN** Nhờ người chuyên nghiệp kiểm tra mỗi đầu mùa đông các đồ dùng máy móc chạy bằng nhiên liệu gồm lò sưởi ga, máy ga nước nóng, bếp và lò ga, lò sưởi và lò nướng đốt bằng củi để chắc chắn là cửa lò sưởi, và ống khói lò sưởi còn tốt, và không bị nghẹt.

- ✓ **NÊN** Chọn các loại máy móc thiết bị thoát khói ra ngoài dễ dàng, ráp đặt đúng cách và bảo trì chúng đúng như nhà sản xuất chỉ dẫn.

- ✓ **NÊN** Đọc kỹ và tuân theo các chỉ dẫn của tất cả các loại dụng cụ có sử dụng bằng nhiên liệu. Nếu không còn cách nào khác, phải dùng loại máy sưởi xách tay chạy ga hoặc dầu hôi không có đường thoát khí thì nên cẩn thận tuân theo các lời nhắc nhở có ghi kèm theo máy. Dùng đúng loại nhiên liệu và các cửa khác trong nhà phải mở. Mở hé một cửa sổ để không khí lưu thông và nhiên liệu được tiêu thụ đúng cách.

- ✓ **NÊN** Gọi EPAs Clearing House (số điện thoại miễn phí: 1-800-438-4318) hoặc Ủy Ban Sản Phẩm Tiêu Thụ An Toàn (Consumer Product Safety Commission) (số điện thoại miễn phí: 1-800-638-2772) để biết thêm chi tiết về việc giảm thiểu sự ngộ độc thán khí hoặc các khí và phân tử đốt cháy khác.

**X KHÔNG NÊN** Nổ máy xe trong ga-ra, ngay cả khi cửa ga-ra mở. Khói xe có thể lan tràn rất nhanh trong ga-ra và trong khu vực nhà ở của nhà bạn.

**X KHÔNG NÊN** Dùng bếp lò ga để sưởi ấm dù chỉ trong một thời gian ngắn.

**X KHÔNG BAO GIỜ** Dùng lò nướng bằng than trong nhà, ngay cả khi để nó trong lò sưởi.

**X KHÔNG NÊN** Ngủ trong phòng có dùng loại máy sưởi tại chỗ chạy bằng ga hoặc dầu lửa mà không có đường thoát khí.

**X KHÔNG NÊN** Sử dụng bất cứ máy móc nào chạy bằng xăng (máy cắt cỏ, xén cỏ, máy thổi tuyết, máy cưa, các máy nhỏ và máy phát điện) trong một chỗ đóng kín.

**X KHÔNG NÊN** Bỏ qua các triệu chứng ngộ độc than khí đã nêu trên, nhất là khi có thêm người khác cũng bị những triệu chứng ấy. Bạn có thể bị bất tỉnh và chết nếu bạn thấy có những triệu chứng trên mà không làm gì cả.

## MỘT SỐ ĐIỀU BẠN CẦN BIẾT VỀ MÁY DÒ TÌM CHẤT THÁN KHÍ

Loại máy này có bày bán khắp các cửa tiệm và có thể bạn cũng nên suy nghĩ để mua một cái để dùng như một phương tiện hỗ trợ chứ **KHÔNG PHẢI ĐỂ THAY THẾ** cho việc sử dụng bảo trì đúng cách các dụng cụ có sử dụng nhiên liệu. Tuy nhiên bạn cần nên biết rằng kỹ thuật chế tạo máy dò tìm than khí vẫn còn đang phát triển và có nhiều loại trên thị trường nhưng hiện nay chúng vẫn chưa được xem là loại đáng tin cậy để dùng trong nhà. Có những loại máy dò tìm chất than khí đã được thử nghiệm nhưng kết quả thì khác nhau. Có loại hoạt động tốt, có loại thì không chịu báo động ngay cả khi mức than khí lên rất cao, và có loại lại báo động ngay cả khi mức than khí rất thấp không gây nguy hiểm tức thời nào cho sức khỏe cả. Không giống như máy dò tìm khói là loại bạn có thể xác định được dễ dàng nguyên nhân gây ra báo động. Chất than khí vô hình và không ngửi được, cho nên rất khó cho bạn phân biệt được đâu là báo động giả và đâu là trường hợp khẩn cấp thật sự.

Vậy người tiêu thụ cần phải làm gì?

Trước hết, bạn đừng để bị ru vào cảm giác an toàn giả tạo, do đi mua máy dò tìm than khí. Ngăn không cho than khí trở thành vấn đề trong nhà bạn thì tốt hơn là tin cậy vào máy báo động. Nên theo đúng các điều **NÊN LÀM** và **KHÔNG NÊN LÀM**.

Kể đó, nếu muốn đi mua một máy dò tìm than khí thì nên nghiên cứu trên các tính chất của máy chứ đừng đơn giản lựa chọn dựa theo giá cả. Những Tổ Chức Phi Chính Phủ như liên Hiệp Người Tiêu Thụ (ấn hành Consumer Reports), Hiệp Hội Ga Hoa Kỳ, và Underwriter Laboratories (UL) có thể giúp bạn quyết định qua các thông tin của họ khi mua. Nên tìm xem máy có gắn nhãn chứng thực của UL hay không?

Hãy cẩn thận theo dõi đúng chỉ dẫn của nhà sản xuất về cách ráp đặt, sử dụng và bảo trì.

Nếu kèn báo động của máy kêu thì:

- Phải biết chắc đó là báo động của máy dò tìm than khí chứ không phải máy báo động khói.
- Kiểm soát xem có bất cứ ai trong nhà có những triệu chứng ngộ độc không?
- Nếu có, đem nạn nhân ra khỏi nhà ngay và gọi cấp cứu. Nói cho bác sĩ biết là bạn nghi ngờ người đó bị ngộ độc chất than khí.
- Nếu không có ai trong nhà có triệu chứng gì thì cho thông gió khắp nhà bằng không khí mới, tắt hết những máy móc, dụng cụ gì có thể tiết ra chất than khí như lò sưởi dầu hoặc ga, máy ga nấu nước nóng, bếp và lò ga, máy sấy ga, máy sưởi tại chỗ chạy bằng ga hoặc dầu hôi, các loại đầu máy nhỏ hoặc xe cộ.
- Nhờ chuyên viên kỹ thuật đáng tin cậy kiểm tra các thiết bị dùng nhiên liệu và lò sưởi xem những vật dụng này có chạy tốt không và hơi khói không bị nghẽn khi thoát ra khỏi nhà.