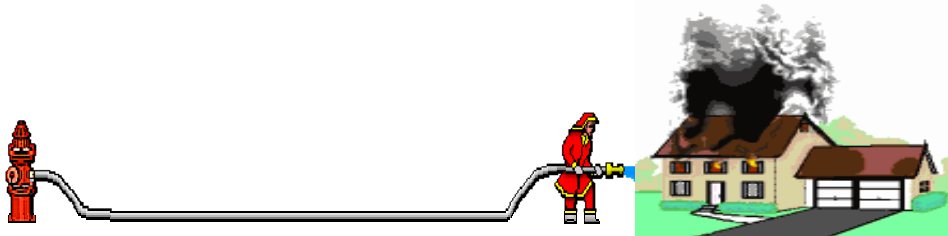




**Burn Survivors Throughout The World, Inc.**  
**Adult Fire Safety Brochure**  
Thông tin an toàn phòng cháy

Cứu cuộc sống  
An toàn phòng cháy ở nhà, trường, nơi làm việc



Ở Hoa Kỳ có tỉ lệ bỏng chết cao trong công nghiệp, vào khoảng hai triệu lần hỏa hoạn xảy ra, ít nhất 8% chết.

Nấu ăn là xảy ra hỏa hoạn nhiều nhất ở Hoa Kỳ, sau là tàn hút thuốc. Hệ thống sưởi nóng trong nhà là nguyên nhân dẫn đến chết cháy và bỏng, những ngôi nhà cá nhân thường có nguy cơ hỏa hoạn cao hơn so với những căn hộ.

Thường trẻ em là nguyên nhân nguy cơ hỏa hoạn trên 20,000 ngôi nhà mỗi năm. Năm 2001, khoảng 493 em dưới độ tuổi 14 chết. Thông tin được thống kê tại Hoa Kỳ trung bình mỗi năm 40,000 người bị bỏng và 4,400 người chết. Trong đó, khoảng 100 lính cứu hỏa chết vì nhiệm vụ.

Chuẩn bị sẵn sàng, nâng cao kiến thức đó là chìa khóa an toàn phòng cháy liên quan đến cái chết. Có kế hoạch và thực tập thoát hiểm với cả nhà, để biết thêm chi tiết xem **BSTTW Fire Safety Brochure**.

## Tránh đốt cháy ở nhà bếp

Mỗi người có trách nhiệm an toàn sự sống cho chính mình, gia đình và bạn bè.

Nhớ những điều sau:

1. Nếu mà đang nấu ăn, cần chú bếp lò không nên rời bỏ đi đâu.
2. Để thức ăn nóng ở giữa bàn.
3. Khi chảo bị cháy, khói nên dùng nắp đậy lại, không nên dùng nước. Nếu đám cháy to, nên rời khỏi nhà.
4. Khi nấu ăn, dầu bắt đầu có khói, nên tắt bếp.
5. Tay cầm của chảo để hướng phía trong của bếp lò và tránh tập với của trẻ em.



6. Không được để đồ ăn thức uống nóng trên bàn có khăn trải bàn, trẻ em có thể kéo đồ gây bỏng.

## Tránh đốt cháy ở nhà bếp

Tiếp theo

7. Không nên cho phép trẻ em chơi ở nhà bếp.
8. Không nên cầm đồ ăn thức uống nóng tới gần trẻ em và con vật nuôi trong nhà.
9. Không được cho trẻ em đụng vào, chơi với các máy rửa, gặt ...
10. Đặt kỹ các bình chứa chất dễ cháy. Nhà kho phải thoát mát cách xa, không có lửa.

**Tránh bỏng tới miệng**  
**Tất cả mọi người có thể bị bỏng từ đồ ăn thức**  
**uống.**

**Nhớ những điều sau:**

1. Trước khi đút thức ăn nóng cho em bé, trẻ em, nên kiểm tra nhiệt độ.
2. Bánh vẫn còn hơi nóng, mút, kem bên trong bánh vẫn còn nóng hơn, có thể gây bỏng khi ăn.
3. Nên chờ 2 đến 3 phút trước khi ăn đồ nóng.

## Hãy cẩn thận với Microwave!

Thức ăn được nấu trong microwave rất nóng. Xung quanh có thể lạnh trong khi đồ đựng lại nóng. Nên cẩn thận để đồ ăn nguội, trước khi mở ra. Nên nhớ xới đồ ăn trước khi ăn để giảm bớt hơi nóng.

Xin nhớ các bước sau:

1. Chỉ dùng đồ đựng dành cho microwave để hâm nóng đồ ăn.
2. Không nên hâm nóng bình sữa em bé.
3. Cẩn thận với các bịch popcorn, khi nóng có hơi nóng bên trong, có thể gây bỏng khi mở. Không nên để trẻ em lấy các đồ từ trong microwave.

## Cẩn thận với Microwave

tiếp theo

4. Sau khi thức ăn được hâm nóng trong microwave, cẩn thận khi lấy ra rất là nóng sẽ gây bỏng.



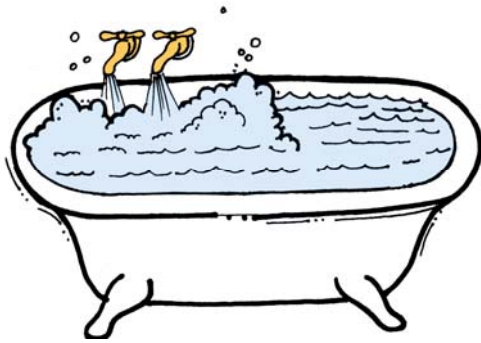
5. Kiểm tra microwave trước bảo đảm cửa đóng làm việc vẫn còn tốt.
6. Chỉ người lớn và trẻ em đã trưởng thành là lấy đồ ăn, thức uống ra từ microwave. Chỉ rõ trẻ em điều quan trọng sử dụng microwave.

# Giữ gìn bồn tắm

## Bề mặt bồn tắm vẫn còn nóng.

Nhớ những điều sau:

1. Để từ 2-3 lóng tay ngón nước lạnh trước khi đổ nước nóng vào. Nếu đổ nước nóng vào trước, bề



mặt bồn tắm vẫn còn nóng lâu hơn sau khi nước lạnh được đổ vào.

2. Trước khi cho phép trẻ em vào bồn tắm, cha mẹ

nên kiểm tra nhiệt độ nước, có thể dạy các em bằng cách để cùi chỏ vào nước bồn tắm vài giây.

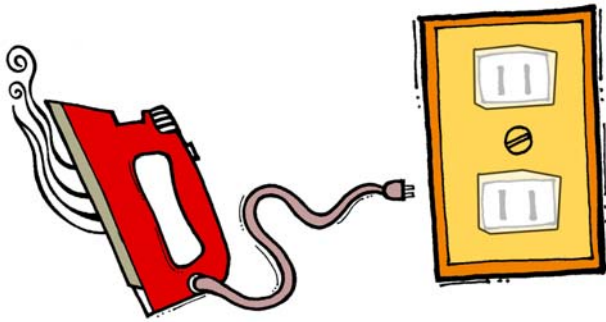
3. Không được đổ nước nóng vào bồn tắm sẽ gây bỏng.



# Tránh điện giật cháy

Nhớ những bước sau:

1. Không được để dây điện ra ngoài.
2. Sau khi dùng xong các đồ điện, bàn ủi .. rút phích điện ra, để chờ nguội mới đem đi cất.
3. Không được để giấy, đồ, khăn tắm, khăn giấy hoặc các đồ vật dễ cháy gần lò điện, lò ga, ổ phích điện.
4. Nếu cầu chì bị nổ, nên tìm nguyên nhân. Nếu điều này thường xảy ra, không nên cắm phích đèn, máy stereo, quạt... phòng ngừa hỏa hoạn xảy ra.
5. Dây sòn, dùng điện quá tải có thể nguyên nhân gây cháy.



## Tránh điện cháy tiếp theo

6. Luôn dùng UL approved items and avoid the use of octopus plugs.
7. Để phòng tránh cháy, hệ thống khi nên bảo đảm an toàn.
8. Dạy trẻ em không được để dây điện trong miệng.

# Tàn thuốc hút & quẹt lửa



Nhớ những bước sau:

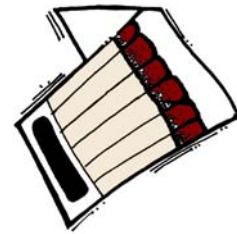
1. Không để thuốc vẫn còn cháy trong gạt tàn thuốc ở trong phòng ngủ, xe, nhà, nơi làm việc, nhà hàng ...



2. Giữ quẹt lửa cách xa tầm với trẻ em.
3. Dạy trẻ em không được chơi

với quẹt lửa, tránh tự gây bỏng và gây hỏa hoạn.

4. Dạy trẻ em không được chơi với quẹt lửa, những đồ vật này không phải là đồ chơi.



# Phòng tránh nổ

Nhớ theo các bước sau:

1. Nếu có lò ga, lò điện, lò sưởi, có mùi ga có thể do rò rỉ không nên bật lửa, bật đèn, mở garage, khởi động xe.. có thể gây nổ. Nên rời nhà nhanh chóng.



2. Nên giữ khoảng cách an toàn ở nhà.
3. Gọi 911 xin giúp đỡ.
4. Không nên trở lại vào trong nhà trừ khi lính cứu hỏa báo an toàn.

# Lời khuyên ngăn chặn cháy

Nhớ những điều sau:

1. Nên có kế hoạch thoát hiểm thực hành vài lần để cả nhà thoát khỏi nhà nếu xảy ra hỏa hoạn.
2. Không nên chơi với quẹt lửa.
3. Bình chữa lửa chỉ dùng đối với đám cháy.
4. Ít nhất có một bình chữa lửa ở mỗi tầng trong nhà. Thực tập cách dùng, kiểm tra bình luôn đầy.
5. Máy báo khói điều đặt trong mỗi phòng.



## Lời khuyên ngăn chặn cháy tiếp theo

6. Kiểm tra máy báo khói mỗi tháng.
7. Nên mang khăn, đồ làm bằng vải.
8. Nếu đồ cháy, “STOP, DROP and ROLL” nằm xuống lăn tròn, cho tới khi cháy dập tắt..
9. Rời xe đạp, đồ đạc ở cửa ra vào, hành lang ... tắt nghẽn lối đi. Khi xảy ra hỏa hoạn, sẽ gây khó khăn cho gia đình rời nhà và khó khăn cho lính cứu hỏa vào nhà.

# Phương pháp kiểm tra an toàn

## HOME FIRE SAFETY CHECKLIST

Ít nhất ba tháng một lần nên kiểm tra an toàn trong nhà. Những câu trả lời *no*, thì xem và thay đổi để câu trả lời *yes*, để ngôi nhà được bảo đảm an toàn.

<b>Phương pháp kiểm tra an toàn trong nhà</b>		
<b>Kế hoạch phòng cháy</b>	YES	NO
Có kế hoạch thực hiện ít nhất 2 lối thoát trong phòng và trong nhà?		
Giữ lối thoát trong nhà luôn trống?		
Từ nhà có thể thông tin đến phòng chữa cháy nhanh chóng phòng khi xảy ra hỏa hoạn?		
<b>Đặc biệt cho trẻ em</b>	YES	NO
Không được rời trẻ em một mình, không được chú ý?		
Luật đầu tiên an toàn khẩn cấp khi có hỏa hoạn? — Đưa trẻ em nhanh ra ngoài không được trở lại vô.		
Người giữ trẻ cần hiểu an toàn phòng cháy là quan trọng và lối thoát hiểm cho trẻ em? — Chỉ rõ người giữ trẻ lối thoát hiểm bằng chỉ dẫn đường đi.		
Người giữ trẻ có thể viết ra bảng chỉ dẫn lối thoát hiểm?		
<b>Người hút thuốc có thói quen tốt</b>	YES	NO
Hút thuốc trong giường được ngăn cấm trong nhà?		
Bảo đảm các tàn thuốc được dập tắt trước khi vứt bỏ? — Trước khi lên giường, bảo đảm tất cả tàn thuốc được dập tắt 100%		
Tất cả thùng quẹt giữ cách xa trẻ em? — Tất cả thùng quẹt để cao hơn tầm với của trẻ em.		
<b>Đun nóng và nấu ăn</b>	YES	NO
Lò sưởi, lò nấu, ống khói bảo đảm và sửa chữa đặt xa tường, trần nhà để bắt lửa, không tạo mối nguy? - Luôn có tấm ngăn lửa ngăn chặn tia lửa bay ra.		
Lò sưởi bảo đảm và đặt nơi an toàn? — Lò sưởi đặt xa người, màn chắn ..		
Hàng năm có kiểm tra hệ thống khí trong nhà? — Nên có dụng cụ đo khói, nóng và lau chùi mỗi năm.		
Mặc đồ bó sát khi nấu ăn?		
Biết cách an toàn làm ngưng cháy khi nấu ăn?		

<b>Điện</b>		YES	NO
Dây điện thẳng, không được bỏ dưới chân thảm, gần lề cửa, đỉnh?			
Khi cầu chì, công tơ thường xuyên bị tắt tự động, phải kiểm tra vì sao xảy ra?			
Có cầu chì trong mỗi hộp ổ điện?			
Tivi được đặt nơi thông gió? — Phải để tivi nơi thoáng khí để ngăn nóng.			
<b>Chăm sóc nhà tốt</b>		YES	NO
Giữ gìn chăm sóc gác mái, tầng ngầm, phòng kho, nhà giữ xe và xưởng kho?			
Xăng và những chất dễ cháy giữ an toàn trong can, và ngoài tầm với trẻ em? — Chất lỏng dễ cháy được giữ trong kho cách xa nhà.			



# Trường hợp khẩn cấp khi hỏa hoạn

Nhớ theo các bước sau:

1. Để tránh khói, phải nằm xuống sàn, trườn giống như trong hình.
2. Thở qua khăn ước che miệng và mũi.
3. Gặp nhau ở ngoài ngôi nhà.
4. Khi có cháy, khói ngăn chặn đường, nên đóng



cửa và để đồ ngăn chặn khói len qua khe. Nếu tìm được lối thoát, thì nên rời nhà. Nếu không rời được nên gọi phòng cháy chữa cháy, chờ cạnh cửa sổ, như vậy lính cứu hỏa biết

bạn đang chờ ở đó.

5. Đám cháy nhỏ, cố gắng dập tắt với bình chữa lửa. Đám cháy to gấp đôi chỉ trong vài giây.

# Trường hợp khẩn cấp khi có hỏa hoạn

## Tiếp theo

6. Không nên cố gắng dập tắt lửa, nên chạy ra



ngoài và gọi 911.

7. Cố gắng không được hít khói và ga. Khói độc sẽ gây chết.

8. Nhớ thực hành an toàn phòng cháy.

## Làm gì cho nạn nhân bỏng?

Nhớ những điều sau:

1. Khi ở ngoài nhà, cá nhân đang cháy nên **Stop, Drop and Roll**, nằm xuống và lăn trên mặt đất. Trong nhà có thể tốt hơn dùng chăn, mền, nếu người bị cháy không thể tự làm nên có người giúp.



2. Nên làm mát lạnh chỗ bỏng với đá lạnh vào khoảng 10-15 phút. Nếu đồ dính vào cơ thể, không nên cố gắng lấy ra.
3. Bao cơ thể với miếng băng, khăn sạch và cứu chữa.

## Làm gì cho nạn nhân bỏng?

Tiếp theo

4. Khi xảy ra, cởi bỏ nhẫn, dây nịt, vòng tay, dây chuyền, đồng hồ, bông đeo tai ... có thể dính vào da thịt.
5. Không được bôi kem, thuốc mỡ, thuốc tẩy, bơ, dầu, nước đá. Không được để bất kỳ thứ gì vào chỗ bỏng trừ miếng băng.
6. Nếu chỗ giộp bỏng, cháy nên đưa đi bác sĩ.
7. Chỗ bỏng nên làm mát bằng nước lạnh, rồi bôi thuốc, trong vài ngày nếu chỗ bỏng không tốt cần phải đi khám bác sĩ.

Để biết thêm về thương tổn do bỏng, phục hồi sau khi bỏng, an toàn phòng ngừa vào website **Burn Survivors Throughout The World, Inc. (BSTTW)** internet site at [www.burnsurvivorsttw.org](http://www.burnsurvivorsttw.org)

Nếu có vấn đề gì cần, xin liên lạc **BSTTW** qua email at [bsttw@burnsurvivorsttw.org](mailto:bsttw@burnsurvivorsttw.org), hoặc điện thoại 866-712-6164 or 936-647-2256 and gửi thư về:

**BSTTW**

16193 Lone Star Ranch Drive #102

Conroe, Texas 77302

USA

Tất cả thông tin từ **Burn Survivors Throughout The World, Inc. (BSTTW)** should not be interpreted as Medical Advice, Diagnosis or Treatment. For Medical Advice, Diagnosis or Treatment, please see a licensed health and or mental health care provider.

**BSTTW** cảm ơn các công ty, cá nhân ủng hộ  
**BSTTW** thực hiện **BSTTW Fire Safety Brochures**.

**Michael Appleman:** **BSTTW CEO** cho English, hình ảnh và thực hiện **BSTTW Fire Safety Brochures**.

**Nguyễn Thị Diệu Trân:** thiện nguyện viên **BSTTW**  
**BSTTW** góp phần thực hiện **BSTTW Fire Safety Brochures**.

**Delores Lekowski:** thiện nguyện viên **BSTTW** và chủ tịch The Healing Angles, góp phần **BSTTW Fire Safety Brochures**.

## **COPYRIGHT VÀ THÔNG TIN**

Ban biên soạn **Burn Survivors Throughout The World, Inc.**, tên viết tắt **BSTTW**.

**Burn Survivors Throughout The World, Inc.** bản quyền 100%.

Dùng thông tin, bài hát **BSTTW Fire Safety Brochure and BSTTW Fire Safety CD** mục đích giáo dục và gia đình. Bạn không thể copy **BSTTW Fire Safety CD** nếu không được sự đồng ý từ **Burn Survivors Throughout The World, Inc.** Bạn không thể dùng bất cứ thông tin any information, designs, icons, names, quotes, musical compositions, soundtracks or in any musical and/or audiovisual productions such as a film, television show, advertisement, website, videogame, or other media production, không có sự đồng ý từ **Burn Survivors Throughout The World, Inc.** Không được bán **BSTTW Fire Safety Material** bao gồm **CD BSTTW Fire Safety** không được sự đồng ý từ **Burn Survivors Throughout The World, Inc.**

Các bản sao chép **BSTTW Fire Safety CD** bị ngăn cấm sao và bán lại từ cá nhân, công ty CD-ROM, CDA, DVD, DVD-R, trừ khi có sự đồng ý.

Khi thấy vi phạm bản quyền **BSTTW Fire Safety Brochure** hoặc **BSTTW Fire Safety CD**, xin thông báo **Burn Survivors Throughout The World, Inc.** với địa chỉ trên.



**BSTW**

16193 Lone Star Ranch Drive #102  
Conroe, Texas 77302  
USA