



# Thực Hiện Các Bước Để Phòng Ngừa Cháy

## DANH SÁCH KIỂM TRA



### MÁY BÁO KHÓI

**Có** ☐ **Không** ☐

**Nhà quý vị có báo khói đang hoạt động không?**

Đảm bảo quý vị có ít nhất một báo khói ở mỗi tầng trong nhà, bên ngoài mỗi khu vực ngủ (ở hành lang) và trong mỗi phòng ngủ.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có kiểm tra báo khói của quý vị không?**

Kiểm tra báo khói của quý vị bằng cách nhấn nút kiểm tra ít nhất một lần một tháng hoặc theo hướng dẫn của nhà sản xuất.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có biết nếu báo cháy của quý vị kêu mỗi 30-60 giây có nghĩa là gì không?**

Một tiếng bíp ngắn hoặc “tiếng bíp” cứ sau 30 đến 60 giây có nghĩa là pin yếu. Quý vị có thể cần thay pin.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Máy báo khói của quý vị đã có 10 năm tuổi hay hơn chưa?**

Ngay cả khi chúng có vẻ hoạt động tốt, **hãy thay thế báo khói sau mỗi 10 năm hoặc theo hướng dẫn của nhà sản xuất** để đảm bảo chúng vẫn có hiệu quả.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có thể nghe thấy chuông báo cháy không? Quý vị có thể nghe thấy chúng khi quý vị đang ngủ không?**

Nếu không, trong nhà nên có sẵn chuông báo khói cho những người khiếm thính hoặc khó nghe.



## BẢO ĐỘNG CARBON MONOXIDE

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có báo động khí carbon monoxide trong nhà không?**

Lắp đặt báo động khí carbon monoxide bên ngoài mỗi khu vực ngủ và trên mọi tầng nhà của quý vị. Kiểm tra báo động khí carbon monoxide của quý vị bằng cách nhấn nút kiểm tra ít nhất một lần một tháng hoặc theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Nếu quý vị không thể với tới báo động một cách an toàn, hãy yêu cầu trợ giúp.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có biết phải làm gì nếu máy báo khói của quý vị kêu không?**

Ngay lập tức di chuyển ra ngoài trời để hít thở không khí trong lành và gọi 9-1-1. Ở bên ngoài cho đến khi nhân viên cấp cứu cho biết quý vị có thể an toàn trở lại nhà.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có biết những bước nào quý vị có thể thực hiện để ngăn ngừa ngộ độc khí carbon monoxide tại nhà không?**

Kiểm tra các thiết bị dùng gas, than và gỗ xem có bị rò rỉ không và nhờ thợ chuyên nghiệp bảo dưỡng, đảm bảo các lỗ thông hơi ra ngoài không bị chặn và chỉ sử dụng máy phát điện và lò nung ngoài trời.



## AN TOÀN ĐIỆN

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có kiểm tra các dây điện trong nhà xem có bị hư hỏng không?**

Kiểm tra dây điện và thay thế các thiết bị có dây bị hỏng, phích cắm bị hỏng hoặc kết nối lỏng lẻo không. Đừng cố gắng sửa chữa chúng.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có các dây điện được đặt dưới thảm không?**

Các dây điện có thể bị hỏng khi bị kẹp giữa đồ nội thất, tường hoặc cửa ra vào. Nếu quý vị có các dây điện chạy dưới thảm hoặc qua cửa ra vào, hãy rút phích cắm và di chuyển chúng đến một vị trí an toàn hơn.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có nhiều dây cắm vào ổ cắm trên tường, ổ chuyển đổi hoặc dây nối dài không?**

Chỉ cắm một dây vào mỗi ổ cắm điện. Rút phích cắm các thiết bị nhỏ khi không sử dụng.



## AN TOÀN SƯỞI ẤM NHÀ

### Máy Sưởi Lưu Động

**Có** ☐ **Không** ☐

**Các máy sưởi lưu động của bạn có cách xa các vật dụng có thể gây cháy 3 feet không?**

Giữ các vật dễ cháy như giấy, rác, đồ nội thất, khăn trải giường, rèm cửa hoặc quần áo cách xa tất cả các bề mặt tỏa nhiệt 3 feet.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có rút phích cắm máy sưởi trước khi đi ngủ hoặc ra khỏi nhà không?**

Quý vị nên tắt và rút phích cắm máy sưởi khi ra khỏi nhà hoặc khi đi ngủ.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có sử dụng dây nối dài với máy sưởi lưu động của quý vị không?**

Cắm máy sưởi lưu động trực tiếp vào ổ cắm trên tường và không bao giờ cắm vào dây điện nối dài hoặc ổ cắm điện.



### Bếp củi/Lò sưởi

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có vệ sinh và kiểm tra ống khói lò sưởi hoặc bếp củi hàng năm không?**

Kiểm tra và bảo dưỡng ống khói hàng năm bởi một nhà cung cấp dịch vụ có trình độ.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có cất giữ các vật dụng dễ cháy (giấy, củi và gỗ) xa ngọn lửa không?**

Cất giữ các vật dụng dễ cháy cách xa ít nhất 3 feet với bất kỳ nguồn nhiệt nào.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có sử dụng lưới chắn lò sưởi không?**

Sử dụng lưới chắn lò sưởi sẽ ngăn không cho than nóng văng ra ngoài và gây cháy khu vực xung quanh.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có vớt tro vào thùng kim loại, ở bên ngoài và tránh xa các vật dễ cháy không?**

Đặt tro vào các thùng kim loại để làm nguội và giữ chúng bên ngoài, tránh xa các vật có thể bắt lửa. Tưới tro bằng nước trước khi vớt bỏ.

Ghi chú:

---



## Quý vị có ở lại trong bếp khi nấu ăn không?

**Quý vị có sử dụng găng tay lò nướng để cầm chảo nóng không?**

## Quý vị có biết cách dập tắt lửa phụt trong chảo không?

Ghi chú:



## AN TOÀN NẤU ĂN TIẾP THEO

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có sử dụng lò vi sóng để nấu hoặc hâm nóng thức ăn không?**

Bỏng do cháy là nguyên nhân chính gây thương tích do lò vi sóng. Mở thức ăn trong lò vi sóng từ từ, tránh xa mặt quý vị. Để thức ăn nguội trước khi ăn. Hơi nước nóng từ thức ăn nóng có thể gây bỏng. Đảm bảo lò vi sóng ở độ cao an toàn, dễ với tới đối với người dùng.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có biết phải làm gì nếu quần áo của quý vị bắt lửa không?**

Dừng lại (đừng chạy) và nhẹ nhàng nằm xuống đất, lấy tay che mặt, lăn qua lăn lại hoặc tới lui để dập tắt ngọn lửa. Nếu quý vị không thể dừng lại, hãy nằm xuống và lăn, dập tắt ngọn lửa bằng khăn hoặc chăn. Gọi 9-1-1 và tìm kiếm sự trợ giúp y tế ngay lập tức.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có mặc quần áo bó sát hoặc áo ngắn tay khi nấu ăn không?**

Để tránh quần áo bắt lửa khi nấu ăn, hãy mặc quần áo với tay áo xắn lên hoặc tay ngắn.

Ghi chú:

[illegible]



**Quý vị có sử dụng nển không?**

**Nền của quý vị có được đặt gần bất cứ thứ gì có thể cháy không?**

Ghi chú:



Có ☐ Không ☐

**Quý vị hoặc ai đó trong gia đình quý vị có hút thuốc không?**

Nếu quý vị hút thuốc, hãy chọn hút thuốc bên ngoài.

Có ☐ Không ☐

## Có ai trong gia đình quý vị sử dụng oxy y tế không?

Không có cách nào an toàn để hút thuốc trong nhà, xe hơi hoặc bất cứ nơi nào sử dụng oxy. Không bao giờ hút thuốc hoặc có bất kỳ ngọn lửa hở nào ở nơi sử dụng oxy y tế. Dán biển báo “Không hút thuốc - Sử dụng oxy tại nhà” bên ngoài và bên trong nhà của bất kỳ ai đang sử dụng oxy y tế tại nhà.

**Có** ☐ **Không** ☐

## Quý vị có thỉnh thoảng hút thuốc trên giường không?

Không bao giờ hút thuốc khi quý vị buồn ngủ, khi cảm thấy tác dụng của rượu hoặc thuốc, khi đang nằm hoặc trên giường.

**Có** ☐ **Không** ☐

**Quý vị có sử dụng gạt tàn lớn, sâu trên bề mặt chắc chắn không?**

Sử dụng gạt tàn thuốc lớn, sâu đặt trên bề mặt cứng chắc để dập tắt khói thuốc. Luôn làm ướt đầu mẫu thuốc lá và tro trước khi vút bỏ. Để thuốc lá tránh xa cây trồng trong chậu, bụi cỏ cây và thảm thực vật vì những vật liệu này có thể cháy.

Ghi chú:

[illegible]



OREGON STATE FIRE MARSHAL

503-934-8228

[oregon.gov/osfm](http://oregon.gov/osfm)

[osfmce@osfm.oregon.gov](mailto:osfmce@osfm.oregon.gov)



## KẾ HOẠCH THOÁT HIỂM TRONG TRƯỜNG HỢP HỎA HOẠN

Có ☐ Không ☐

**Quý vị có biết có hai lối ra khỏi mỗi phòng và hai lối ra khỏi nhà không?**

Lên kế hoạch thoát hiểm khi hỏa hoạn tại nhà và biết hai lối thoát hiểm cho mỗi phòng và hai lối thoát hiểm cho ngôi nhà của quý vị trong trường hợp hỏa hoạn. Giữ lối thoát hiểm không có đồ đạc và đồ lộn xộn. Thực hành kế hoạch thoát hiểm khi hỏa hoạn tại nhà của quý vị.

Có ☐ Không ☐

**Quý vị có biết phải làm gì nếu quý vị cần thoát ra ngoài qua khói không?**

Nếu quý vị phải thoát qua khói, hãy nằm thấp – không khí sạch hơn ở gần sàn nhà. Khi đã ra ngoài, đừng bao giờ quay lại để lấy đồ gia đình, vật nuôi hoặc đồ dùng cá nhân. Khi đã ra ngoài, hãy gọi 9-1-1 từ điện thoại của hàng xóm hoặc điện thoại di động.

Có ☐ Không ☐

**Các cửa ra vào và các cửa sổ của quý vị có mở dễ dàng không?**

Đảm bảo quý vị có thể mở tất cả các cửa ra vào và cửa sổ một cách dễ dàng. Thanh an ninh phải được trang bị các thiết bị nhả nhanh. Đảm bảo đồ đạc và các vật nặng khác không chặn lối thoát của quý vị.

Có ☐ Không ☐

**Quý vị có điện thoại trong phòng ngủ không?**

Đặt điện thoại hoặc điện thoại di động bên cạnh giường là một ý tưởng hay trong trường hợp quý vị bị mắc kẹt hoặc cần trú ẩn tại chỗ và không thể thoát ra nhanh chóng.

Có ☐ Không ☐

**Quý vị hoặc bất kỳ ai trong gia đình bị hạn chế về khả năng di chuyển và cần được hỗ trợ để ra ngoài trong trường hợp khẩn cấp không?**

Lên kế hoạch thoát hiểm dựa trên những khả năng của quý vị và gia đình quý vị. Thực hành kế hoạch cả ban ngày và ban đêm. Dạy mọi người trong gia đình quý vị (và hàng xóm của quý vị) về sự hỗ trợ mà quý vị có thể cần. Nếu có thể, phòng ngủ của quý vị nên nằm ở tầng một của ngôi nhà để quý vị có thể thoát hiểm nhanh hơn trong trường hợp khẩn cấp.