

康涅狄克州 緊急災害 準備工作指南



請詳讀本指南，並於閱畢後存放於安全位置，以便不時之需。



州應急準備合作夥伴.....	封面內頁
您與家人的平時準備工作	1
為有特殊需求者制定應變計畫	2
您應寫下並隨身攜帶的資料.....	3
發生緊急災害時的應變措施.....	4
自然災害	5
生物應急	6
化學應急	6
核能與放射性緊急災害	7
大規模流感疫情.....	8
飲用水污染.....	8
停電.....	9
重要電話號碼與網頁	封底

康涅狄克州立緊急災害應變機構

康涅狄克州內各機關單位均為緊急災害應變工作的一環。

康涅狄克州緊急應變服務暨大眾安全保障部 (DESPP) 負責管理州內緊急應變計畫及程序。

緊急應變服務暨大眾安全保障部業務涵蓋州內 169 座市鎮及 2 個部落，負責緊急應變措施的計畫及回應。

公共衛生部 (DPH) 負責保障及促進康涅狄克州居民的健康及安全。該部與眾多夥伴合作，包括當地衛生部門、部落、醫院、警政等州立機關及社區夥伴。這些單位的合作可確保本州於發生緊急災害時，能保障民眾的健康。

其它州內合作夥伴：

康涅狄克州電視網絡(CT-N)

管理服務部

農業部

孩童暨家庭部

消費者保護部

矯正事務部

發展服務部

教育部

能源與環境保護部

勞工部

心理健康暨物質成癮服務部

康復服務部

社會服務部

交通部

軍事部

政策暨管理辦公室

主任法醫辦公室



您與家人的平時準備工作

讓您與家人接受相關教育

- 瞭解住家附近是否存在潛在危險或緊急災害源，例如：
 - 核電廠
 - 可能發生洪水的區域，如河濱或海濱地帶
 - 生產或儲存化學物質的場所
- 尋找安全避難處。若您必須接受疏散（離開住家），您可前往以下地點：
 - 親戚家
 - 朋友家
 - 汽車旅館、旅館或避難所
- 瞭解您的工作場所，以及您孩子的學校 / 日間托兒所中可採取的緊急災害應變措施。
- 登錄康涅狄克州緊急災害警示與通知系統，系統將藉由電子郵件或行動電話簡訊，即時向您發送緊急災害通知。您可前往 www.ct.gov/ctalert 網站瞭解更多相關內容，並進行註冊。

為自己與家人制訂應變計畫

- 選定家中幾處安全地方以便應急時使用。選定兩種不同的逃離家園方法以便應急時使用。
- 為因應家人可能於緊急災害期間失散，請選擇理想的集合地點。
 - 鄰近區域某處
 - 非鄰近區域某處
- 選出家庭聯絡人 - 選出兩位聯絡人，讓您與家人即使於緊急災害失散期間，仍可保持聯絡。
 - 選擇一位居住於同一州內的親戚
 - 選擇一位居住於不同州的親戚
 - 寫下聯絡人的電話號碼，並確認所有家庭成員均攜帶一份
- 選定一處可臨時居住幾天的地方以便疏散時使用。
- 訂立緊急災害期間的寵物安置計畫。
- 瞭解如何關閉家中電力、煤氣與自來水供應線路，以便必要時執行之。
- 確認所有成員都已瞭解此計畫。

準備緊急災害補給物資包

若您居住的地區發生緊急災害，您可能無法取得食物、飲水或其它維生所需物品，同時，煤氣、供水及電力管線可能也已無法正常運作。這就是你為什麼應準備緊急災害補給物資包，並妥善保存於住家內。補給物資包必須至少可供給您與家人度過三天。爆發傳染疫情時，為防疫情擴散，你可能要求幾周不得離開家園。緊急災害期間，若您不得離開住家或必須接受疏散，補給物資包便可派上用場。

於提袋或容器內存放下列物品，便可完成緊急災害補給物資的準備。

- 罐裝或桶裝水。您應為家中成員準備每人每天至少一加侖的水。若家中成員有孩童、哺乳者，或天氣炎熱時，則必須準備更多備用水。
- 食物：
 - 湯品與鮭魚等罐裝或密封袋裝的食物。
 - 勿需冷藏或烹煮之食物與果汁。
 - 幼兒食品或年長者的食物。
- 手動開罐器、紙盤、塑膠餐具，以及小型火烤爐具。為避免一氧化碳蓄積，請務必保證於室外使用煤炭或煤氣烤爐。
- 漂白劑及滴管（用於淨水）
- 紙巾、衛生紙、肥皂。
- 電池式收音機、手電筒、行動電話，以及備用電池。
- 供所有家人使用的毛毯 / 睡袋與枕頭。
- 家人的替換衣物。
- 紙尿布、遊戲盒、玩具與書籍等幼兒與孩童必需物品。
- 急救箱，其中必須擺放：
 - 藥物（處方藥、退燒藥、阿斯匹靈）
 - 眼鏡，以及隱形眼鏡用品
 - 就診醫師與其聯絡電話清單
 - 醫療用品（結腸造口用品、胰島素注射器）
- 垃圾袋與清潔用品
- 寵物所需的食物與飲水、寵物提籃或提籠、藥物、口套、頸圈、鏈條、識別標籤與接種紀錄。
- 備用車鑰匙、信用卡、現金，以及社會安全號碼、出生證明等重要資訊。
- 塑膠與萬用膠帶（請參閱第 7 頁「密封空間」一節）。
- 本指南
- 家庭成員與寵物的照片，供失散協尋之用。

請每數月一次，檢查、補充應急物資，並確認其中沒有過期食物或電池。您可於春、秋換季時實施檢查。您可於平日分次購買罐頭食品或電池等物品，輕鬆備齊緊急災害補給物資包。

為有特殊需求者制定應變計畫

若您或認識的人屬於有特殊需求者，例如視障、聽障、行動障礙者或病患者，除緊急災害準備工作外，您必須考量其它事項：

若您有孩子：

幼童需要下列物品：配方奶粉、紙尿布、奶瓶、藥物、擦拭紙巾、幼兒食品、大量清水、玩具、書籍。

發生緊急災害時，母乳不但可以應急，更可以讓寶寶保持健康、免於受汙染水源帶來的風險，並遠離呼吸道問題與腹瀉等緊急災害期間足以致命的疾病。供電、供水等服務受到影響時，更反映出母乳的重要性。詳細資訊請前往 www.usbreastfeeding.org。

日間托付 / 學齡孩童：若發生緊急災害時，您的孩子仍在學校或日間托兒所，該場所將會實施適當計畫，保護您的孩子。您應於發生緊急災害前，瞭解其計畫內容。

若您為年長者：

- 若您雇用家庭衛生服務，必須讓機構人員得知您家人的緊急災害應變計畫，以及發生緊急災害時的聯絡人。
- 告知家人緊急災害補給物資的存放處，並說明使用特殊醫療設備的方法。
- 於輪椅、拐杖或助行器等特殊設備上標註您的姓名。

若您身心障礙者：

- 發生緊急災害時，請家人或朋友提供協助。
- 告知其它人緊急災害補給物資的存放處。
- 將您的住家鑰匙交給可以信賴的人。
- 配戴醫療警示標籤 / 手環，讓他人得以辨別您的障礙類別。
- 向其它人示範如何使用您用的特殊醫療設備。
- 若您使用需要電力的醫療設備，且必須疏散至庇護所，請隨身攜帶延長線。
- 若您訂購醫療用品尚未送達，且必須接受疏散或暫居別處，請向醫療用品供應商說明您的暫時居所，讓需要的醫療用品確實送達。
- 若您必須接受透析治療，請找出最近的透析治療中心。

若您必須住在旅館或汽車旅館，請向服務生表示您在發生緊急災害時需要哪些協助。

您居住的市鎮行政單位應備有身心障礙者名單，可於發生緊急災害時，快速進行搜尋。發生緊急災害時，請撥打當地緊急災害處理中心或消防局專線詢問可提供哪些協助。

請為自己準備「緊急災害健康資訊卡」，該卡必須載有下列資訊：

- 您的姓名、住址與電話號碼。
- 障礙類別。
- 認識您且熟悉您障礙狀況的醫師、或朋友或家庭成員的姓名、住址與電話號碼。
- 當其他人在您失去意識、無法與您交談，或必須及時將您帶離住家時，應充分瞭解之其它必要資訊。
- 醫療需求：
 - 您需要的藥物或特殊設備
 - 藥物過敏或其它藥物相關問題
 - 交談或理解困難
 - 您所需接受的治療
 - 您的就診醫師
 - 您使用的語言

請準備多份此卡片，放入緊急災害補給物資包、車內、輪椅背袋、工作場所與錢包內（置於駕照或身分證後方）。

您可前往 www.ct.gov/dph/prepare 下載空白卡片填寫。

The image shows a form and a wallet card for emergency disaster health information. The form is titled 'KEEP THIS FORM UP-TO-DATE. Take this form with you to all and all hospital visits. Write down all changes made to your...' and contains sections for Doctor, Pharmacy, Medical Insurance, and Medical Conditions/Allergies. The wallet card is titled 'WALLET EMERGENCY CARD' and contains fields for Name, Phone, Emergency Contact Name, and Emergency Contact Phone. It also includes emergency contact information for the Department of Emergency Services and Public Protection and the CT Poison Control Center.

緊急災害期間及過後應如何安撫孩子情緒

- 問孩子：「什麼東西讓你很害怕？」讓孩童提出問題並說出感受，讓所有家人一起參與討論這次的緊急災害。
- 讓孩子感受您滿滿的愛，讓他們瞭解現在很安全，隨時給予安撫與擁抱。
- 以簡單易懂的用語向孩童說明該事件，讓他們瞭解狀況。
- 務必讓孩童瞭解發生緊急災害並非他們的過錯。
- 告知孩童可放心返校，並可恢復正常活動，例如與朋友遊玩等。並告知孩童可向教師提出關於緊急災害的問題。

您應寫下並隨身攜帶的資料

緊急災害時您應前往的地點

請寫下您家人進行大部分活動的場所：工作場所、學校、日間托兒所、朋友與親戚家。工作場所、學校與日間托兒所應已備妥緊急災害應變計畫，請詳細瞭解其內容，並寫下來。您可撥打市府服務專線，瞭解發生緊急災害時，當地將採取哪些應變措施，並將計畫寫下。緊急災害期間，當地廣播電台與電視台可提供重要資訊，請寫下至少三個當地廣播電台與電視台。

重要姓名與電話號碼

請填寫本表，並讓每位家人取得一份。

所在州內之家庭聯絡人

姓名：.....
城市：..... 州名：.....
電話號碼（日）：.....
電話號碼（夜）：.....
行動電話：.....

所在州外之家庭聯絡人

姓名：.....
城市：..... 州名：.....
電話號碼（日）：.....
電話號碼（夜）：.....
行動電話：.....

距離最近之親屬

姓名：.....
城市：..... 州名：.....
電話號碼（日）：.....
電話號碼（夜）：.....
行動電話：.....

家人工作場所之聯絡電話

母：.....
父：.....
其他人：.....

公用事業公司電話號碼

電力公司：.....
煤氣公司：.....
自來水公司：.....
電信公司：.....
有線電視公司：.....

學校

地址：.....
電話號碼：.....

其它學校或工作場所

地址：.....
電話號碼：.....

其它學校或工作場所

地址：.....
電話號碼：.....

其它重要資訊與電話號碼

醫師：.....
.....
.....

藥師：.....

醫療保險單位：.....

社會安全號碼：.....

當地衛生部門 / 區公所：.....

獸醫師：.....

住家 / 租賃保險

姓名：.....

電話號碼：.....

保險單號：.....



美國紅十字會將協助康涅狄克州居民進行緊急災害準備工作，並提供災害救助服務。由志願者提供多數服務，您可免費接受相關服務。美國紅十字會為康涅狄克州境內31家醫院的主要輸血供應單位。

發生緊急災害之應變措施

我該做什麼？

- 待在安全處，收看收聽當地電視台或廣播電台，瞭解保障自身安全的方法。
- 依州立與當地緊急災害應變中心官員的指示行動。
- 檢查您身邊人員是否受傷，並為重傷者尋求協助。
- 請於發生危及生命的狀況時，再行撥打9-1-1。請將急救專線保留給需要立即協助者。
- 確認您的寵物安全無虞。
- 撥打電話，聯絡家庭聯絡人—若無危及生命之緊急狀況，請避免再次使用電話。對於非緊急電話，請考慮用移動電話發送簡訊。通常情況下，當電話不通時，簡訊還是可以發出。
- 確認鄰居（尤其年長者或身心障礙者）是否安全。

我不該做什麼？

- 若無緊急醫療需求，請勿前往醫院就醫。

告知去避難所時，我該做什麼？“SHELTER IN PLACE”

在某些緊急災害中，您可能會接到讓你避難所的通知。在這個時候，您應待在室內，不要外出。您應該：

- 保持鎮定。
- 立即將孩童與寵物帶入室內。
- 將所有門窗關閉並上鎖。
- 將緊急災害補給物資包取出備用。
- 移動至住家中央或無窗戶之房間。
- 打開收音機，收聽當地消息。
- 得知狀況安全前，請勿離開您的所在位置。

發生化學、核能或輻射緊急災害時，您也應該：

- 關閉所有可將戶外空氣引入室內的風扇與空調設備。
- 若您的住家內設有壁爐，請將煙囪擋板關閉。
- 您也應考慮將房室密封（請參閱第7頁「密封空間」一節）。

告知需接受疏散時，我該做什麼？

若您得知須進行疏散時，請立即離開所在場所，並隨身攜帶緊急災害補給物資包。務必隨身攜帶往後數日必須使用的藥物或醫療用品。視事件狀況的不同，您將得知最安全的疏散方法與目的場所。您可藉由當地電視台與廣播電台得知相關資訊。

隨時留意最新資訊：

發生緊急災害時，當地官員可能無法立即提供您相關資訊與應採取之行動。您應持續留意官員於電視台、廣播電台與網路發布的新聞與資訊。

我的寵物怎麼辦？

您應於發生緊急災害前，即完成寵物安置計畫，以確保您必須接受疏散時，寵物仍可獲得妥善照顧。您應詢問住於較遠處的朋友、家人、獸醫師或寄宿寵物俱樂部是否可暫時代為照顧寵物。請注意：紅十字會庇護所無法容納大多數寵物，唯有身心障礙者的輔助動物可進入。請前往www.ready.gov/animals網站，進一步瞭解於緊急災害前 / 期間 / 過後，如何照顧寵物。

緊急災害警示系統

緊急災害發生時，康涅狄克州啟用緊急災害警示系統 (EAS)。啟動該系統後，將停止播放所有電視與廣播節目，並發送緊急災害訊息。請仔細聆聽指示，並隨時留意最新資訊。康涅狄克州當地廣播電台請至www.ctba.org/stations.cfm 查詢。

緊急災害期間聯絡注意事項：

發生緊急災害時，許多人會同時試圖以行動與一般電話進行聯絡。此時，您的電話將會難以接通。發生緊急災害時，採取以下措施可以保持電話暢通：

- 若非緊急狀況，請避免撥打電話
- 長話短說
- 若非緊急狀況，請試著以移動電話傳簡訊。在許多狀況下，即使電話無法接通，簡訊仍可順利發出。

自然災害

康涅狄克州的任何地點都可能發生自然災害，例如：大雷雨、暴洪、暴風雪、颶風與龍捲風。若大型風暴即將來臨，由於電力及電信服務可能會中斷數天甚至數週，請備妥手電筒、以電池供電的收音機、備用電池及移動電話。

自然災害發生前的準備工作：

- 請備妥緊急災害補給物資包。
- 瞭解各種氣象術語。
 - 發布強烈風暴注意報時，代表未來可能發生危險氣象狀況。
 - 發布強烈風暴警報時，代表風暴即將襲擊此處—請立即尋找掩蔽物或避難處。
- 若緊急災害應變中心官員表示應進行疏散，請立即行動。請選擇一個必須接受疏散時，可待上幾天的地方。

自然災害期間：

- 請轉移至接近住家中央之房間。若發生颶風或龍卷風等風暴，請前往地下室等家中最低處。若發生重大水災，則前往家中最高處。
- 隨身攜帶緊急災害補給物資包。
- 密切注意官員是否透過當地電視台、廣播電台與網路發布指示，包括避難處位置、氣象報告等。

自然災害過後：

- 確認家庭成員是否受傷。
- 請勿觸摸或接近遭擊落的電線。若發現遭擊落的電線，請通知當地電力公司處理。
- 若電力中斷，請您留意食品安全及一氧化碳中毒風險。詳細資訊請參閱第 9 頁「停電」一節。
- 若發生水災，請遠離這些可能含有病毒、細菌等病原體的洪水，否則將可能使您生病。與洪水接觸的食品、飲水及藥物均應視為已遭汙染，並應立即丟棄。

發生重大風暴或水災時，下水道污水可能會迴流至您的家中。迴流的污水可能含有足以引發疾病病毒、細菌等病原體，使您的住家不再適於居住。

若污水迴流至您的家中：

- 若室內積水，或電線可能與水或其他濕物接觸，請將電源關閉。
- 請勿沖馬桶。
- 請讓兒童及寵物遠離污水。
- 接觸沾有污水的物體時，先戴上橡膠手套並完後立即洗手。請勿赤手接觸下水道污水。
- 發生污水迴流時，請向市鎮或當地衛生機關通報。

旅行時請準備冬季車用緊急災害物資包：

- 毛毯 / 睡袋。
- 鐵鍬。
- 手電筒以及備用電池。
- 擋風玻璃刮刀與刷子。
- 急救箱。
- 工具箱。
- 萬用刀。
- 拖繩與跨接線。
- 高熱量、不易腐敗的食物（高蛋白營養棒、燕麥棒或水果棒）。
- 瓶裝水。
- 指南針與地圖。
- 可保持身體乾燥之替換衣物。
- 砂袋（或貓砂）。

各種自然災害

暴風雪：

發生暴風雪前，您可藉由氣象預報得知相關資訊。一旦暴風雪即將來臨，避免駕車出行並準備足以維持數天的食物和生活必需品以備電力或通信中斷所需。。如果有雪，為確保通風良好、避免一氧化碳堆積，請確認暖爐與其他家電的入 / 出風口均無積雪。此外，發動車輛前，請確認排氣管是否積雪或結冰。

暴洪：

請迅速往高處移動。暴洪的強勁水流將使您無法站立！水深達兩呎的水流便足以將車輛沖走，因此水流抵達時，若您仍身處車中，請立即下車，並往高處移動。

颶風：

颶風是一種大型風暴，挾帶雷電與強風。大型颶風的風速可達每小時 75 英里以上。康涅狄克州於 6 月 1 日至 11 月 30 日期間最常受颶風的襲擊。接獲颶風警報時，請立即尋找避難處；若發布疏散通知，請立即進行疏散。您可前往 www.ct.gov/hurricane 網站，進一步瞭解颶風來襲前 / 過後，應如何反應。

龍捲風：

接獲龍捲風警報時，請立即尋找避難所。若您身處車中，請立即停車，請勿試圖強行闖過龍捲風的可能途徑！下車後，請於低處俯臥。妥善保護頭部，等待龍捲風通過。若您身處家中，請移動至地下室、風暴避難所或住家內接近中央的房間。若您身處較高建築物中，請移動至天井或大廳等建築物中央處。

生物性緊急災害

細菌、病毒及毒素可藉由空氣傳播，或污染（毒害）食物與飲水，引發生物性緊急災害。部分類型亦可經人際接觸傳染。生物性緊急災害的發生原因包括意外或蓄意釋出病菌或其它生物性危險物質，導致民眾受到感染。依病原體種類不同，您必須採取不同保護措施：例如，炭疽桿菌等病原體並非人傳人之類型，而天花病毒等病原體則屬於人傳人之類型。出現感染案例時，病患應接受隔離治療，曾接觸病原體者則須接受隔離檢疫。

何謂「隔離檢疫」與「隔離治療」？

為避免疾病傳播，您可能須接受隔離檢疫或隔離治療。若您曾接觸傳染性或非傳染性病原體，但仍未發病，則應遠離他人，接受「隔離檢疫」；若您已發病，則應遠離其他人，接受「隔離治療」。緊急災害期間常採取此類措施，為防止疾病傳播，即使未經通知，您亦可自行採取適當措施。

生物性緊急災害發生前：

- 請備妥緊急災害補給物資包。

生物性緊急災害期間：

- 密切注意當地電視台、廣播電台與網路所發布的指示。該指示會說明當您或家人受到感染時，應前往何處就醫，以及相關單位是否將提供藥物進行治療。
- 請依醫師與官員之指示行動。
- 等待領藥、接種或就醫的民眾可能相當多，請保持耐心。
- 曾接觸人傳人病原體者應接受隔離檢疫。
- 每位居民應維持良好的衛生與清潔習慣，避免病原體散播。

生物性緊急災害過後：

- 密切注意官員是否透過當地電視台、廣播電台與網路發布新聞、資訊與指示。

康涅狄克州分為許多公共衛生區域，這麼做可以在緊急危害期間便於發放藥物。發生緊急危害時，州立及當地官員會透過電視與廣播告知尋求協助的時間。您可經由www.ct.gov/dph/mda 瞭解在生物緊急危害期間負責發放藥物或疫苗的當地衛生單位。

化學性緊急災害

當毒性氣體、液體或固體外洩時，將引發化學性緊急災害。發生此類災害的原因包括意外或恐怖分子攻擊。

部分化學物質具有高危險性，可能會立即使人致病；有些化學物質的危險性較低，可能不會引發傷害。一般而言，液體與氣體的危險性高於固體。

發生化學性緊急災害前 / 期間 / 過後，請為您與家人採取適當保護措施，可保障安全，避免致病。請遵循以下簡單措施：

化學性緊急災害發生前：

- 請妥善準備緊急災害補給物資包。
- 請以住家或建築物中央處做為避難處，最高樓層的無窗房間最為理想。

化學性緊急災害期間：

- 將所有門窗關閉。
- 若您家中具有壁爐，請將擋板關上。
- 關閉所有可將戶外空氣引入室內的風扇與空調設備及抽風式暖爐。
- 若您被告知應停留於原處，請確實遵守指示。
 - 移動至較內部的房間，並隨身攜帶緊急災害補給物資包。
 - 密切注意官員是否透過當地電視台、廣播電台與網路發布新聞、資訊與指示。
- 您也應考慮將房室密封（請參閱第 7 頁「密封空間」一節）。

化學性緊急災害過後：

- 若您認為先前曾接近化學物質，請立即以肥皂與清水清洗身體。
- 請更換衣物。
- 若出現不適感，請立即就醫。

於生物性或化學性緊急災害期間，官員可能需要一些時間瞭解該緊急災害會引發哪些疾病（或由哪些化學物質引起）、如何治療，以及哪些對象屬於高危險族群，因而無法及時告知您應如何行動。您應密切注意官員是否透過當地電視台、廣播電台與網路發布新聞，以瞭解：

- 此次災害之危險性。
- 您可能出現的症狀。
- 必要時可前往何處索取藥物。
- 可前往何處就醫或避難。

核能與放射性災害

發生核能或放射性緊急災害的可能原因，包括核能電廠意外，以及使用小型核子武器或「核廢料髒彈」(dirty bomb)。核廢料髒彈爆炸時，將使特定區域受到危險放射性物質污染。輻射的健康危害可能輕微（皮膚發紅），也可能非常嚴重（引發癌症或導致死亡）。

核能或放射性災害發生前：

- 請備妥緊急災害補給物資包。
- 請確認您可取得城鎮資訊之地點與管道。
- 若您居住於 Millstone Station（一座核電廠）附近，您應於每年收到一份名為「Millstone 核電廠緊急災害應變計畫」的指南。請將該指南放入緊急災害補給物資包中。若您居住於核電廠方圓 10 英里內，您應瞭解鄰近的疏散路線。

核能或放射性災害期間：

- 當地、州立與聯邦官員將於放射性物質外洩期間 / 之後，持續監控放射劑量，並告訴你應該做什麼來保護你自己。
- 最理想的行動應視緊急災害狀況而定。緊急災害期間，請隨時留意當地電視台、廣播電台與網路的資訊與指示。
- 放射性緊急災害期間，若發生大量放射性物質外洩，相關單位將要求您「就地避難」，即您應待在住家或公司內，或要求您前往另一地點。
- 若您接獲就地避難之通知，您應執行以下動作：
 - 將所有門窗關閉上鎖。
 - 關閉所有可將戶外空氣引入室內的風扇、空調與熱空氣式加溫器等設備。僅使用建築物內的氣體循環設備。
 - 關閉壁爐擋板。
 - 盡可能將寵物攜至室內。
 - 移動至較內部的房間或地下室。
- 您也應考慮將房室密封（請參閱「密封空間」）。
- 利用收音機收聽緊急災變應變網或當地新聞資訊，瞭解您應採取的應變措施。
- 在當地官員表示狀況安全前，請勿離開避難處。
- 若獲知應進行疏散，請依當地官員指示執行之，並應迅速、冷靜地離開該處。此外：
 - 請關閉車內的風扇、空調與加熱系統。這些裝置會將外界空氣吸入。請將通風口關閉，並將窗戶關起。
 - 請攜帶緊急災害補給物資包、必需藥物、替換衣物、現金與信用卡。

- 僅於您自行開車，且動物可進入您的目的場所時，才攜帶寵物同行。一般而言，緊急災害車輛與避難所僅接受身心障礙者的輔助動物，而不接受寵物入內。

核能或放射性災害過後：

密切注意當地電視台、廣播電台與網路的官方新聞、資訊與指示。

密封空間

發生化學、核能或輻射緊急災害時，外界空氣可能會變得相當危險。此時，將房室密封可暫時讓您和您的家人免於外界有害空氣的危害。若您發現空氣中散布大量碎屑或當地官員表示外界空氣相當危險，您將必須採取此項措施。

請擇住家中央或無窗戶的房間做為避難所。當您進入避難所時，請以萬用膠帶與塑膠墊封起門窗及通風口，避免充滿化學或輻射物質的煙羽滲入（請從廣播取得指示）。經過大約 2-3 小時後，請取下塑膠墊與萬用膠帶並讓空氣流通。請注意，待在密封空間中超過 5 小時可能會引發窒息！將房間密封的方法：

- 請以 2-4 毫米厚的塑膠墊與萬用膠帶密封房間內所有門窗及通風口。為節省時間，您可先行量好長度，再進行切割。
- 塑膠墊的寬度應較開口多出至少 6 英寸，並為每張塑膠墊標示。
- 請先從角落開始封起，再沿邊緣封起。

若康涅狄克州 Waterford 的 Millstone Station 或紐約州 Buchanan 的 Indian Point 核電廠發生緊急災害，康涅狄克州均已備有應變計畫，包括各項保障州內居民健康與安全的應變措施。若其中一座設施發生緊急災害，公共安全官員將啟動州內緊急災害應變計畫，並向州內居民告知當前狀況與應採取之行動。

大規模流感疫情

什麼是大規模流感疫情？

當新型流感病毒造成世界各地民眾感染時，即代表流感疫情的爆發。疫情可持續數月之久，影響範圍甚廣，且具有極高危險性。全球急症病患約可達數百萬名，並造成部分民眾死亡。在二十世紀期間，共爆發三次大規模流感疫情，其中以1918年爆發，奪走全球四千萬人民生命的西班牙流感（美國死亡人數超過50萬人）最具代表性。而在2009年爆發的H1N1大規模流感疫情中，約有六千萬人受到感染。美國境內的住院人數超過27.4萬人，並有超過1.2萬人死亡。沒有人能確定何時、何地將再次爆發大規模流感疫情，但無論如何，每位民眾都應做好萬全的準備。

大規模流感疫情的元凶為何？

當動物流感病毒發生突變（型態改變）時，人類便可能因此感染。

可能引發的後果：

- 病患難以計數。
- 醫院與診所人滿為患、藥物短缺。
- 學校、公司、商店、銀行與行政機關強制放假。
- 物資（食物與飲水）短缺。
- 公共服務（電力、自來水與垃圾清運）受限。

您應採取的防範措施：

- 尽可能地保持健康。均衡飲食、充分休息且每天運動。
- 遠離病患。
- 若感到不適，請於家中靜養，避免前往公司或學校。
- 定期清潔公用物品（電話、工作檯、門把）。
- 留意學校與公司是否關閉。
- 避免碰觸眼、鼻、口（流感病毒感染目標）。
- 確認備妥緊急災害補給物資包。

流感疫情期間的工作注意事項：

- 盡可能待在家中，或於受到感染後，待在家中靜養。
- 計劃以較少人力仍可完成工作的方案。
- 請做好擔任職務代理人員的準備。

爆發流感疫情時，請密切注意當地電視台、廣播電台與網路的資訊與指示。

您可前往www.ct.gov/ctfluwatch網站，進一步瞭解流感疫情資訊。

飲用水污染

康涅狄克州甚少發生飲用水（遭危險化學藥劑或物質）污染的事件。但輸水系統故障、意外或恐怖分子攻擊等都可能引發飲用水污染。例如，當化學品或動物／人類排泄物等廢棄物侵入供水線路時，將使飲用水遭受污染。

颶風等緊急災害期間／過後，飲用水可能會受到污染，自來水公司或政府官員將向您告知飲用水是否安全，以及何時可安心飲水。若飲用水變色、出現異常氣味或味道，應不得飲用。請留意新聞，或自來水公司將會通知您是否可安心飲水。

若您的住家位於水災區域，且私有水井遭到波及，則請將水井視為受到汙染，並應於使用前消毒。完成消毒前，請於用水前加以處理，或考慮使用瓶裝水。為水井消毒的相關資訊請參閱www.ct.gov/dph/floods。

如果您被告知需處理飲用水，則在烹調、清洗蔬果、刷牙或沖泡奶粉時使用經處理的水或瓶裝水。成人與較年長的兒童無需使用經處理的水洗澡，但應避免將未經處理的水吞下或使其流入口中。為嬰幼兒，智障者，老年人及嚴重免疫系統功能低下者洗澡時，應使用經處理的水或瓶裝水。

水質處理方法

發生緊急災害時，您必須處理飲用水或使用瓶裝水。為保護您和您的家人的用水安全，您應採取以下任一措施

- 請於確認飲用水中無漂浮物後，再將飲用水煮沸一鐘，或
- 飲用密封罐裝飲用水，或
- 在每加侖清水／混濁水中，分別加入8／16滴液含氯漂白劑(liquid chlorine bleach)。請勿使用添加香精或非次氯酸鈉成分的家用漂白劑，否則可能引發中毒。請攪拌至混合均勻為止，並於30分鐘後再行使用，或
- 依包裝指示添加淨水片劑。（投入淨水片劑後，請攪拌至混合均勻為止，並於30分鐘後再行使用）

若您發現可疑人物／活動，請立即報告

若您於公共飲水水源或供水設施發現可疑人物或活動，請向當地警察機關提報。

停電

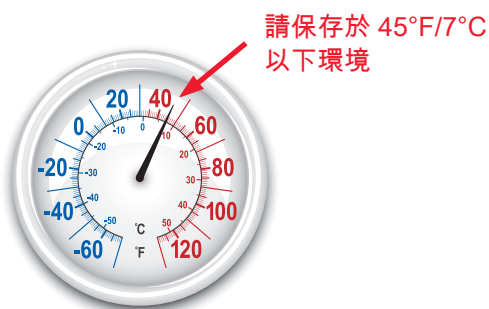
發生停電時，請務必向電力公司通報。康涅狄克州的主要電力公司包括：

- Connecticut Light & Power: 1-800-286-2000
- United Illuminating: 1-800-7-CALL-UI

食品安全：

發生以下狀況時，冷藏庫與冷凍庫的食品可能已不適合食用：

- 停電達四小時以上。
- 冷藏室內溫度達 45°F/7°C 以上，並維持超過兩小時。



保持冷藏庫與冷凍庫緊閉，可以讓食品保存更久。

- 停電時，請保持冷藏庫與冷凍庫緊閉，維持其溫度。
- 冷藏食品四小時內仍為安全的。
- 冷凍庫擺滿冷凍食品時，可於 48 小時內維持其安全性，而半滿則為 24 小時。

停電後請清潔冷藏庫及冷凍庫：

- 恢復供電時，請先確實清理冷藏庫與冷凍庫，再將新品放入。
- 請以肥皂與溫水清洗冷藏庫與冷凍庫內部，再以溫和漂白劑（添加半大匙至一加侖水中）擦拭內部，接著風乾。
- 風乾後，請將冷藏庫及冷凍庫的門關上，使內部降溫後再放入食品。
- 長時間停電後應丟棄的食物請參閱 www.ct.gov/dph/power-outage/food。

母乳：

- 若您將母乳放入冷凍庫保存，且母乳中出現冰晶，則仍可將其放回冷凍庫。
- 若母乳已解凍（無冰晶），請於 48 小時內用於餵食健康寶寶。若為早產或生病的寶寶，請於 24 小時內用畢。

一氧化碳 (CO)：

在颶風或冬季風暴等緊急災害期間停電時，有些人會使用攜帶式發電器發電，或以戶外爐具烹調或加熱取暖。

不當使用攜帶型發電機或戶外烹調設備可能會使一氧化碳堆積於住家、車庫或露營車內，導致人員與動物中毒。請注意，一氧化碳中毒足以導致死亡！為避免發生一氧化碳中毒：

- 請勿於住家、車庫、車棚、地下室，或是密閉式門廊等其他封閉空間使用攜帶型發電機。請務必於室外使用攜帶型發電器，且應距離您和鄰居住家至少 20 英尺。請將發電器遠離門窗及抽氣口。
- 請勿於家中使用炭爐、煤氣爐或露營爐具。
- 請勿於家中使用丙烷或煤油爐具。
- 請勿以煤氣灶或煤氣烤爐取暖
- 請確認家中各樓層及房間外已安裝一氧化碳偵測器。請每 6 個月更換電池，且每 5 年應更換一次偵測器。

重要：打開門窗及使用風扇並不足以避免一氧化碳於家中堆積至足以致命的程度。一氧化碳中毒徵兆和流感類似：頭痛、疲勞、暈眩、噁心、嘔吐或喪失意識。由於一氧化碳無色無味，這些徵兆是最可靠的警示。若您或家人出現一氧化碳中毒的徵兆，請前往室外，並以行動電話或鄰居的家中電話撥打 9-1-1。

關於一氧化碳的進一步資訊可前往 www.ct.gov/dph/co 查詢。



請務必於室外使用攜帶式發電器或戶外爐具。

重要電話號碼與網頁

發生緊急狀況時，請撥打9-1-1。

康涅狄克州緊急服務與公共保護部 1-860-685-8190

www.ct.gov/demhs

www.twitter.com/ctdemhs

www.facebook.com/ctemhs

康涅狄克州公共衛生部 1-860-509-8000

www.ct.gov/dph/prepare

www.twitter.com/ctdph

www.facebook.com/dphct

康涅狄克州毒害管制中心 1-800-222-1222

聯合勸募協會資訊專線 2-1-1

美國紅十字會 1-877-RED-CROSS (1-877-733-2767)

www.redcross.org

提報專線

可疑恐怖分子行動提報 1-866-HLS-TIPS (1-866-457-8477)

發生緊急災害時，康涅狄克州內的廣播電台與電視台均可作為即時資訊來源。康涅狄克州當地電台清單請前往www.ctba.org/stations.cfm 查詢。

我可提供哪些協助？

- 您可撥打美國紅十字會康涅狄克州輸血服務區域專線：1-800-RED-CROSS (1-877-733-2767)，預約捐血。
- 與您居住地的災害救助機關 / 組織聯絡，詢問是否需要衣物或食物等物品。
- 您也可接受基本的急救或CPR課程。
- 您可參與社區緊急災害應變小組(CERT)，請向當地城鎮管理機關洽詢。
- 您可擔任公共衛生應變小組志願者，請向當地衛生部門 / 區公所洽詢。當地衛生部門資訊請前往www.ct.gov/dph/localhealth 查詢。
- 若您為領有證照或退休的專業醫療人員，或您並非專業醫療人員，但有意願於災害期間前往醫院或當地 / 地區醫療後備單位擔任志工，請前往www.ct-edsar-vhp.org 或 www.ctmrc.org 申請。
- 與鄰居一同成立守望相助小組，為未來可能發生的災害事件進行充分準備。



本項康涅狄克州緊急災害應變宣傳活動，係由聯邦疾病管制局贊助。