ព្រឹត្តិបត្រព័ត៌មានអំពីបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់

ក្រសួងការពារបរិស្ថាន
រដ្ឋម៉ាសាឈូសិត
100 Cambridge Street Suite 900,
Boston, MA 02114
www.mass.gov/dep

ខ៉មិនវែល
រដ្ឋម៉ាសាឈូសិត
Maura T. Healey អភិបាល
Kimberley Driscoll អភិបាលរង

ការិយាល័យប្រតិបត្តិសម្រាប់
កិច្ចការថាមពលនិងបរិស្ថាន
Rebecca L. Tepper រដ្ឋមន្ត្រី

ក្រសួងការពារបរិស្ថាន
រដ្ឋម៉ាសាឈូសិត
Bonnie Heiple ប្រធាននាយកដ្ឋាន

ផលិតដោយ
ការិយាល័យធនធានទឹក
ខែមេសា ឆ្នាំ 2024
បោះពុម្ពលើក្រដាសដែលអាចកែច្នៃ
ឡើងវិញបាន។

ព័ត៌មាននេះមានជាទម្រង់ជំនួស។
សូមទាក់ទង Glynis Bugg
តាមទូរសព្ទលេខ
617-348-4040។
TTY# សេវាកម្ម MassRelay
1-800-439-2370
គេហទំព័រ MassDEP៖
www.mass.gov/dep

នៅរដ្ឋម៉ាសាឈូសិត បទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ គឺជាបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈ ឬសេចក្តីណែនាំដល់អ្នកប្រើប្រាស់ ដែលចេញដោយ MassDEP នៅពេលដែលប្រព័ន្ធទឹកស្អាតសាធារណៈ (PWS) អាចត្រូវបានឆ្លងមេរោគ។

ព័ត៌មានទូទៅអំពីបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈ
កម្មវិធីទឹកស្អាត (DWP) របស់ MassDEP ចេញបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈ នៅពេលដែល DWP កំណត់ថាអ្នកប្រើប្រាស់ PWS ជាក់លាក់មួយគួរតែចាត់វិធានការប្រុងប្រយ័ត្នជាមុនចំពោះទឹកម៉ាស៊ីនរបស់ខ្លួន ដើម្បីរក្សាការអនុលោមតាមបទដ្ឋានទឹកស្អាត។

បទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈ គឺជាវិធានការបង្ការ ដើម្បីការពារសុខភាពសាធារណៈពីជំងឺដែលឆ្លងតាមទឹក ឬការចម្លងរោគដែលអាចកើតមាន ឬដែលកើតមានជាក់ស្តែង។ MassDEP ចេញប្រភេទបទបញ្ជាផ្សេងៗគ្នា អាស្រ័យលើភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃបញ្ហានោះ៖

- បទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ (កម្រិតលើសនៃបាក់តេរី ឬការចម្លងរោគផ្សេងទៀត)
- បទបញ្ជាកុំទទួលទានទឹក (ការចម្លងរោគដែលការដាំទឹកអាចមិនមែនជាប្រព្រឹត្តកម្មគ្រប់គ្រាន់)
- បទបញ្ជាកុំប្រើប្រាស់ទឹក (មានហានិភ័យសារធាតុចម្លងមេរោគខ្ពស់ ឬមិនស្គាល់)

នៅពេលដែល MassDEP ចេញបទបញ្ជាទៅ PWS នៅក្នុងតំបន់) PWS ត្រូវធ្វើដូចខាងក្រោម៖

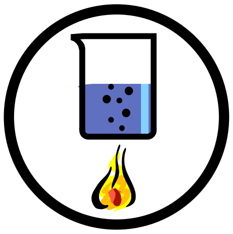
- ចាត់វិធានការកែតម្រូវសមស្រប។
- ជូនដំណឹងដល់អតិថិជនរបស់ខ្លួន។
- បន្តសាកល្បងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកខ្លួន។
- ជូនដំណឹងដល់អតិថិជននៅពេលដែលខ្លួនបានដោះស្រាយបញ្ហារួចរាល់ ហើយបទបញ្ជាត្រូវបានដកចេញ។

ក្នុងករណីខ្លះ PWS អាចនឹងចែកចាយទឹកដបដល់អតិថិជនដែលរងផលប៉ះពាល់ ជាជម្រើសជំនួសឱ្យការដាំទឹករបស់ពួកគេ។ ទឹកដបមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ក្នុងអំឡុងពេលបទបញ្ជាឱ្យដាំទឹកប្រើប្រាស់។

ជានិច្ចកាល អតិថិជនគួរទាក់ទងអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកសាធារណៈក្នុងតំបន់របស់ខ្លួន ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានអំឡុងពេលមានបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់។ អតិថិជនក៏អាចស្វែងរកព័ត៌មានបន្ថែមនៅលើគេហទំព័រទីក្រុង ឬទីប្រជុំជនរបស់ពួកគេបានដែរ។ US EPA និង MassDEP ក៏ផ្តល់ព័ត៌មានអំពីសារធាតុចម្លងមេរោគនៅក្នុងទឹកស្អាតផងដែរ។ សូមចូលទៅតំណភ្ជាប់ https://www.mass.gov/water-supplier-operations សម្រាប់៖

ដោយសារតែស្ថានភាពនីមួយៗមានភាពខុសគ្នា មិនអាចទស្សន៍ទាយបានទេថាតើបទបញ្ជាមួយនឹងនៅមានសុពលភាពរយៈពេលយូរប៉ុណ្ណោះ។ បទបញ្ជានេះនឹងមិនត្រូវបានដកចេញទេ រហូតទាល់តែការធ្វើតេស្តបង្ហាញថា ទឹកនោះត្រូវនឹងបទដ្ឋានទឹកស្អាតនិងសុខភាពសាធារណៈ។ MassDEP នឹងដកបទបញ្ជា

ចេញ នៅពេលដែលទឹកនោះត្រូវបានគេចាត់ទុកថាមានសុវត្ថិភាព និងលែងបង្កការគំរាមកំហែងដល់សាធារណជនតទៀតទៀត។



បម្រុងប្រយ័ត្នទូទៅជាមុនក្នុងអំឡុងពេលបទបញ្ជាឱ្យដាំទឹកប្រើប្រាស់៖ ខាងក្រោមនេះគឺជាបម្រុងប្រយ័ត្នទូទៅជាមុន ដែល MassDEP ណែនាំឱ្យមាននៅពេលដែលបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈចូលជាធរមាន។ សូមឆែកជាមួយនាយកដ្ឋានទឹកក្នុងតំបន់របស់អ្នកដើម្បីទទួលបានការណែនាំជាក់លាក់។

- **បោះបង់ចោល**ទឹកកក ទឹកផ្លែឈើ ទឹកដោះគោទារក ទឹកដែលរក្សាទុក និងអាហារមិនទាន់ចម្អិនដែលរៀបចំដោយប្រើទឹកម៉ាស៊ីន ក្នុងអំឡុងពេលមានក្តីបារម្ភនេះ។
- **ប្រើទឹកដាំ ឬទឹកដប** សម្រាប់
  - ទទួលទាន
  - រៀបចំម្ហូបអាហារ
  - លាយទឹកដោះគោទារក
  - ធ្វើទឹកកក
  - លាងចំណីអាហារ
  - លាងឧបករណ៍និងសម្ភារប្រើប្រាស់ដោយដៃ លាងសម្អាតនិងធ្វើអនាម័យ
  - ដុសធ្មេញ
  - សកម្មភាពណាមួយដទៃទៀតដែលទាក់ទងនឹងការប្រើប្រាស់ទឹក។
- **មណ្ឌលថែទាំកុមារ និងសាលារៀន** គួរប្រើប្រាស់តែទឹកដប ឬទឹកដាំប៉ុណ្ណោះ ដើម្បី
  - លាយទឹកដោះគោទារក
  - លាងដៃ
  - លាយសូលុយស្យុងអនាម័យសម្រាប់កន្ទប និងផ្នែកផ្សេងៗដូចជាផ្ទៃតុ និងប្រដាប់ក្មេងលេង។

និយោជិតពេញវ័យគួរប្រើទឹកអនាម័យដៃ បន្ទាប់ពីលាងដៃនឹងទឹកម៉ាស៊ីន និងសាប៊ូរួច។ កុំប្រើទឹកចេញពីរ៉ូប៊ីណេទទួលទាន និងឈប់ប្រើប្រាស់គុលេងទឹក។ អនុវត្តតាមការណែនាំទាំងអស់ដែលចេញដោយក្រសួងអប់រំរដ្ឋម៉ាសាឈូសិត (DOE) និង/ឬនាយកដ្ឋានអប់រំនិងការថែទាំកុមារតូចរដ្ឋម៉ាសាឈូសិត (DEEC)។

- **គ្រឹះស្ថានលក់ម្ហូបអាហាររាយ** ត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមប្រឹក្សាសុខភាពក្នុងតំបន់ និងក្រសួងសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋម៉ាសាឈូសិត

(MassDPH)។ ក្រុមហ៊ុនផលិតម្ហូបអាហារលក់ដុំត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ MassDPH ។ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ MassDPH និងក្រសួងកសិកម្មសហរដ្ឋអាមេរិក។

- **អាងហែលទឹក អាងទឹកក្តៅ និងស្ប៉ា** ដែលប្រតិបត្តិការបានត្រឹមត្រូវ រួមទាំងការត្រួតពិនិត្យកម្រិតសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំគ្រប់គ្រាន់ អាចបន្តប្រតិបត្តិការបាន។
- **ចែករំលែកព័ត៌មាននេះ** ជាមួយអ្នកផ្សេងទៀតទាំងអស់ដែលទទួលទានទឹកនេះ ជាពិសេសអ្នកដែលប្រហែលជាមិនបានទទួលសេចក្តីជូនដំណឹងនេះ ដូចជាភ្ញៀវទស្សនកិច្ចជាដើម។ អ្នកអាចធ្វើដូច្នេះបាន ដោយបិទផ្សាយការជូនដំណឹងនេះទៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ ឬចែកចាយសំណៅឯកសារចម្លងដោយផ្ទាល់ដៃ ឬតាមសំបុត្រប្រៃសណីយ៍។
- **បកប្រែបម្រុងប្រយ័ត្នជាមុន** សម្រាប់អ្នកដែលមិនចេះភាសាអង់គ្លេស។

ដាំទឹក រយៈពេល 1 នាទី

គន្លឹះសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ទឹកក្នុងអំឡុងពេលបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់៖

ដាំទឹកយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 1 នាទី

ទឹកសម្រាប់ទទួលទាន៖ មានវិធីសាស្ត្រសាមញ្ញចំនួនពីរដែលអ្នកអាចប្រើដើម្បីធ្វើប្រព្រឹត្តកម្មទឹកទទួលទានសម្រាប់សារធាតុចម្លងរោគមីក្រូជីវសាស្ត្រ (បាក់តេរី)។ វិធីសាស្ត្រទាំងពីរនេះមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងបាក់តេរីនៅក្នុងទឹក។

1. **ការដាំទឹក៖** យកទឹកទៅដាំឱ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1 នាទី។ ទិន្នន័យមន្ទីរពិសោធន៍បង្ហាញថា ការធ្វើបែបនេះគឺគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីធ្វើឱ្យទឹកមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ការទទួលទាន។ អ្នកក៏អាចដាំទឹកនៅក្នុងមីក្រូវ៉េវបានដែរ ដោយប្រើធុង ឬផើងតូចដែលមានសុវត្ថិភាពក្នុងមីក្រូវ៉េវ ប៉ុន្តែគេបានណែនាំឱ្យដាក់ចង្កឹះកែវ ឬចង្កឹះកូរជ័រ ឬឈើនៅក្នុងកំប៉ុងនោះ ដើម្បីការពារកុំឱ្យទឹកក្តៅខ្លាំង (ទឹកដែលកំដៅលើសពីចំណុចរំពុះរបស់វា ដោយគ្មានការបង្កើតចំហាយទឹក) ។ បន្ទាប់មក ទឹកគួរតែត្រជាក់ ហើយចាក់ចូលទៅក្នុងធុងស្អាត ឬធ្វើឱ្យកក រហូតដល់អ្នករួចរាល់ក្នុងការប្រើប្រាស់។
2. **ការរម្ងាប់មេរោគ៖** ប្រើគ្រាប់ថ្នាំរម្ងាប់មេរោគដែលទទួលបានពីហាងតូចៗ ឬឱសថស្ថាន។ ក្នុងករណីមានភាពបន្ទាន់ អ្នកអាចប្រើទឹកក្លរធ្វើឱ្យថ្លា (Chlorine bleach) ដូចជា Clorox´ ឬ Purex´ ក្នុងកម្រិតប្រើម្តង 8 ដំណក់ (1/8 ស្លាបព្រាកាហ្វេ) នៃទឹកធ្វើឱ្យថ្លាក្នុងទឹកចំណុះមួយហ្គាឡុង។ (តម្រូវឱ្យមានការវាស់វែងដោយប្រុងប្រយ័ត្នដោយប្រើឧបករបន្តក់ទឹកស្អាត ឬឧបករណ៍ត្រឹមត្រូវផ្សេងទៀត នៅពេលប្រើសារធាតុទឹកធ្វើឱ្យថ្លា។)

ទុកយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 30 នាទីមុនពេលប្រើ។ អានស្លាកព័ត៌មានដើម្បីឱ្យដឹងថាទឹកធ្វើឱ្យថ្លាមានសារជាតុក្លរ 5-6% ។

ការលាងចានៈ អ្នកអាចប្រើម៉ាស៊ីនលាងចាន ប្រសិនបើវាមានវដ្តអនាម័យ។ ប្រសិនបើវាមិនមានវដ្តអនាម័យទេ ឬអ្នកមិនប្រាកដថាមានដែរឬអត់នោះទេ អ្នកអាចលាងចាន និងប្រដាប់ប្រើប្រាស់ដោយដៃដោយធ្វើតាមជំហានទាំងនេះៈ

1. លាងចានដូចធម្មតា។
2. ជាជំហានចុងក្រោយ សូមជ្រលក់ចានយ៉ាងហោចណាស់មួយនាទីក្នុងទឹកក្ដៅឧណ្ហៗ ដែលមានលាយទឹកធ្វើឱ្យថ្លាមួយស្លាបព្រាកាហ្វេក្នុងទឹកមួយហ្គាឡុង។
3. ទុកឱ្យចានស្ងួតសព្វ។
4. អ្នកក៏អាចប្រើទឹកដាំ និងត្រជាក់ ឬទឹកដបបានដែរ។

ការងូតទឹកដងនិងទឹកផ្កាឈូកៈ ងូតទឹកឱ្យកុមារតូចៗដោយប្រើអេប៉ុងហ្វូដុសលាងខ្លួន។ កុំងូតទឹកឱ្យពួកគេក្នុងផើងងូតទឹក ជាទីដែលពួកគេអាចនឹងលេបទឹកចូលពោះ។ មនុស្សពេញវ័យ ឬកុមារធំគួរការពារកុំឱ្យលេបទឹកចូលពោះនៅពេលងូតទឹក។

ការដុសធ្មេញរបស់អ្នកឲ្យបានត្រឹមត្រូវៈ ប្រើតែទឹកដាំឬទឹកដែលមានរម្ងាប់មេរោគប៉ុណ្ណោះដើម្បីដុសធ្មេញ។

ទឹកកកៈ ប្រើតែទឹកដាំឬទឹកដែលមានរម្ងាប់មេរោគប៉ុណ្ណោះដើម្បីធ្វើទឹកកកដុំ។ ការបង្កកមិនអាចសម្លាប់បាក់តេរី ឬអតិសុខុមប្រាណដទៃទៀតបានទេ។

ការលាងចំណីអាហារៈ ប្រើតែទឹកដាំឬទឹកដែលមានរម្ងាប់មេរោគប៉ុណ្ណោះដើម្បីលាងផ្លែឈើនិងបន្លែ ឬដើម្បីលាងអង្ករ ឬគ្រាប់ធញ្ញជាតិដទៃទៀត។

ការលាងដៃៈ លាងដៃរបស់អ្នកជាមួយសាប៊ូ និងទឹកដាំ ឬសាប៊ូ និងទឹកដប។ ប្រសិនបើអ្នកមានតែទឹកម៉ាស៊ីនសម្រាប់ប្រើតែប៉ុណ្ណោះ យកល្អអ្នកគួរតែប្រើទឹកលាងដៃដែលមានជាតិអាល់កុលបន្ទាប់ពីលាងដៃរួច។ ប្រសិនបើមិនអាចធ្វើអ្វីបានទេ ហើយដៃរបស់អ្នកបានប៉ះពាល់នឹងមេរោគ (ដូចជាក្រោយពេលប្រើបន្ទប់ទឹកជាដើម) ការលាងជាមួយទឹកម៉ាស៊ីនក្ដៅឧណ្ហៗ និងសាប៊ូ រួចសម្ងួតដៃរបស់អ្នកឱ្យបានស្ងួតល្អ គឺប្រសើរជាងមិនលាងដៃទាល់តែសោះ។ នៅក្នុងករណីទាំងនេះ សូមព្យាយាមរក្សាដៃរបស់អ្នកឱ្យឆ្ងាយពីមាត់របស់អ្នក ហើយប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន បន្ទាប់ពីអ្នកបានប្រើបន្ទប់ទឹករួច។

ការចម្អិនៈ យកទឹកទៅដាំឱ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1 នាទី មុនពេលបន្ថែមទៅក្នុងម្ហូបអាហារ។

ទឹកដោះគោទារកៈ ប្រើតែទឹកដោះគោទារកកំប៉ុងឆុងស្រាប់ ដែលមិនខាប់ និងមិនត្រូវការបន្ថែមទឹក។ កុំប្រើម្សៅទឹកដោះគោដែលឆុងដោយទឹកមានមេរោគ។

រុក្ខជាតិក្នុងផ្ទះ និងសួនច្បារៈ អ្នកអាចប្រើទឹកដែលមិនបានធ្វើប្រព្រឹត្តកម្ម ដើម្បីស្រោចរុក្ខជាតិក្នុងផ្ទះ និងសួនច្បារ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ កុំប្រើទឹកដែល

មិនបានធ្វើប្រព្រឹត្តកម្មលើរុក្ខជាតិដែលជាម្ហូបអាហារដូចជា ប៉េងប៉ោះ ឬផ្លែប៊ឺរី ជាដើម។

សត្វចិញ្ចឹម៖ បម្រុងប្រយ័ត្នជាមុនដូចគ្នា ដើម្បីការពារកុំឱ្យមនុស្សអនុវត្តចំពោះសត្វចិញ្ចឹម។ កុំបញ្ចេញសត្វចិញ្ចឹមក្នុងទឹក (ឧ. ត្រី) ចូលទៅក្នុងទឹកដែលមានកម្រិតបាក់តេរីកើនឡើង។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការដូរទឹកសម្រាប់សត្វចិញ្ចឹមក្នុងទឹក ចូរប្រើទឹកដាំសមស្រប ឬទឹកដប។

ប្រើតែទឹកដាំឬទឹកដែលបានរម្ងាប់មេរោគប៉ុណ្ណោះ ដើម្បីផ្ទូតទឹកនិងរៀបចំម្ហូបអាហារ។

2.) **អ្វីដែលត្រូវធ្វើក្រោយពីបទបញ្ជាត្រូវបានដកចេញ**

បង្ហូរទឹកក្បាលរ៉ូប៊ីណេទាំងអស់ នៅពេលបទបញ្ជាត្រូវបានដកចេញ៖ នៅពេលបង្ហូរទឹកក្បាលរ៉ូប៊ីណេ ចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំដែលបានផ្តល់ឱ្យ។ បង្ហូរទឹកចេញពីទុយោក្នុងអគារឬផ្ទះ របស់អ្នករួមមាន៖

- រ៉ូប៊ីណេខាងក្នុង និងខាងក្រៅផ្ទះ
- ផ្កាឈូក
- ម៉ាស៊ីនទឹក/ទឹកកក
- ឧបករណ៍ប្រព្រឹត្តកម្មទឹក ។ល។
- ម៉ាស៊ីនកម្តៅកម្តៅទឹកប្រហែលជាត្រូវបង្ហូរទឹកចេញ ដើម្បីលាងសម្អាតទឹកកខ្វក់ចេញ។
- ប្រភេទឧបករណ៍ប្រព្រឹត្តិកម្មទឹកមួយចំនួនអាចនឹងចាំបាច់ត្រូវរម្ងាប់មេរោគ ឬផ្លាស់ប្តូរមុនពេលប្រើប្រាស់។ ឆែកជាមួយក្រុមហ៊ុនផលិតសម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិត។

ការណែនាំលម្អិតអំពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើបន្ទាប់ពីបទបញ្ជាដាំតឹកប្រើប្រាស់ត្រូវបានបញ្ចប់ ដូចខាងក្រោម៖

រ៉ូប៊ីណេទឹកត្រជាក់ បង្ហូរចេញរហូតទាល់តែមានអារម្មណ៍ថាទឹកត្រជាក់ រយៈពេលមួយនាទី ឬច្រើនជាងនេះ មុនពេលទទួលទាន ដុសធ្មេញ ឬប្រើសម្រាប់រៀបចំម្ហូបអាហារ។ ប្រសិនបើអ្នកមានក្បាលរ៉ូប៊ីណេតែមួយ សូមកំណត់វាឱ្យដំណើរការទឹកត្រជាក់មុន។

រ៉ូប៊ីណេទឹកក្តៅ៖ ដើម្បីសម្អាតទុយោទឹកក្តៅ និងឧបករណ៍កម្តៅទឹកដែលមិនបានធ្វើប្រព្រឹត្តកម្ម សូមប្តូរក្បាលរ៉ូប៊ីណេទឹកទាំងអស់ទៅជាទឹកក្តៅ ហើយបង្ហូរទឹកយ៉ាងហោចណាស់៖

- 15 នាទីសម្រាប់ធុងទឹកក្តៅចំណុះ 40 ហ្គាឡុងក្នុងផ្ទះធម្មតា។
- 30 នាទីសម្រាប់ធុងទឹកក្តៅចំណុះ 80 ហ្គាឡុងឬច្រើនជាងនេះ។

បន្ទាប់មក ទឹកក្តៅគឺមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់សម្រាប់លាងដៃ ចានឆ្នាំង ផើង និងឆ្នាំង ។ល។ កុំប្រើទឹកចេញពីរ៉ូប៊ីណេទឹកក្តៅដើម្បីទទួលទាន លាងមាត់ ឬចម្អិនអាហារ។

ម៉ាស៊ីនលាងចាន៖ បន្ទាប់ពីបង្ហូរទុយោទឹកក្ដៅ និងម៉ាស៊ីនកម្ដៅទឹកចេញរួច ចូរបើកម៉ាស៊ីនលាងចានទទេរឱ្យដំណើរការមួយលើក។

ម៉ាស៊ីនបង្កើតសំណើម៖ បោះចោលទឹកដែលប្រើក្នុងម៉ាស៊ីនបង្កើតសំណើម គ្រឿងម៉ាស៊ីនបង្កើតសម្ពាធខ្យល់វិជ្ជមានបន្តបន្ទាប់ (Continuous Positive Airway Pressure, CPAP) ឧបករណ៍ថែទាំសុខភាព ឬវេជ្ជសាស្ត្រ ឬមាត់ធ្មេញ។ លាងជម្រះឧបករណ៍ទាំងនោះដោយទឹកស្អាត។

ម្ហូបអាហារនិងទឹកដោះគោទារក៖ បោះចោលទឹកដោះគោទារក និងម្ហូបអាហារផ្សេងទៀតដែលរៀបចំដោយប្រើទឹកនៅថ្ងៃនោះ ឬថ្ងៃចេញបទបញ្ជាឱ្យដាំទឹកប្រើប្រាស់។ (ប្រសិនបើមិនប្រាកដអំពីកាលបរិច្ឆេទ សូមទាក់ទងនាយកដ្ឋានទឹករបស់អ្នក។)

ទូរទឹកកក
ម៉ាស៊ីនចាក់ទឹក៖ បង្ហូរទឹកសម្អាតយ៉ាងហោចណាស់មួយភាគបួននៃទឹក។ ប្រសិនបើមិនប្រាកដអំពីចំណុះផ្ទុកទឹករបស់ម៉ាស៊ីនចាក់ទឹក សូមយោងទៅលក្ខណៈបច្ចេកទេសរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។

ដុំទឹកកក៖ ប្រមូលដុំទឹកកកទាំងអស់ដែលផលិតចេញពីម៉ាស៊ីនស្វ័យប្រវត្តិ ក្នុងកំឡុងពេលបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ ហើយបើកដំណើរការរយៈពេល 24 ម៉ោង។ បោះចោលទឹកកកនេះ ដើម្បីធានាបាននូវការសម្អាតទឹកទុយោផ្គត់ផ្គង់ដែលផ្គត់ផ្គង់ទៅម៉ាស៊ីនផលិតទឹកកក។

កំណត់ចំណាំ៖ បន្ទាប់ពីមានបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ នាយកដ្ឋានទឹកក្នុងតំបន់អាចបង្ហូរទឹកចេញពីក្បាលម៉ាស៊ីនទឹក។ ជាលទ្ធផលនៃការបង្ហូរទឹកចេញពីទាំងទុយោទឹក និងក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកក្នុងផ្ទះ អតិថិជនមួយចំនួនអាចជួបប្រទះនឹងការខ្វះសម្ពាធទឹក និង/ឬទឹកដែលប្រែពណ៌។ នេះគឺជាលទ្ធផលរំពឹងទុក ហើយមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាពភ្លាមៗនោះទេ។ សូមទាក់ទងនាយកដ្ឋានទឹកក្នុងតំបន់របស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរណាមួយ។

ព័ត៌មានផ្សេងទៀតអំពីជំងឺឆ្លងតាមទឹក៖
អ្នកណាដែលលេបទឹកកខ្វក់អាចនឹងឈឺ។ ទារក កុមារតូច មនុស្សចាស់ និងមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធការពាររាងកាយចុះខ្សោយ ងាយប្រឈមនឹងជំងឺ។ រោគសញ្ញា អាចមានដូចជា៖

- រាគរូស
- រមួលក្រពើ
- រកកល់ចង់ក្អួត
- ជំងឺខាន់លឿង
- ឈឺក្បាល
- អស់កម្លាំង

រោគសញ្ញាអាចលេចឡើងភ្លាមៗក្នុងរយៈពេលពីរបីម៉ោង ឬច្រើនថ្ងៃបន្ទាប់ពីការឆ្លងរោគ ហើយអាចមានរយៈពេលលើសពីពីរសប្ដាហ៍។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ រោគសញ្ញាទាំងនេះមិនត្រឹមតែទាក់ទងតែនឹងជំងឺដែលបណ្ដាលមក

ពីទឹកប៉ុណ្ណោះទេ ពួកវាក៏អាចមកពីជំងឺផ្សេងៗផងដែរ។ ប្រសិនបើអ្នកឈឺដោយមានរោគសញ្ញាទាំងនេះ សូមទាក់ទងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។

ប្រសិនបើអ្នកបានលេបទឹកកខ្វក់ដោយមិនដឹងខ្លួន នោះគ្មានអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើបានចំពោះការប៉ះពាល់ជំងឺដែលអ្នកបានទទួលនោះទេ។ ប្រសិនបើអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺ សូមទាក់ទងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។ ចូរអនុវត្តតាមការណែនាំនៅទីនេះ រហូតដល់អ្នកត្រូវបានជូនដំណឹងថា ទឹករបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាពឡើងវិញហើយ។

<u>ត្រូវទាក់ទងក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទឹកសាធារណៈក្នុងតំបន់របស់អ្នកជាប់ជានិច្ចក្នុងអំឡុងពេលបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ ឬបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈទឹកស្អាតសាធារណៈផ្សេងទៀត!</u>

កំណត់ចំណាំអំពីបាក់តេរី E. coli

E. coli គឺជាអនុក្រុមនៃក្រុមបាក់តេរី fecal coliform ។ មានពូជមេរោគ E. coli ជាច្រើនប្រភេទ ដែលភាគច្រើនមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ឡើយ ប៉ុន្តែប្រភេទពូជមេរោគខ្លះអាចបង្កជាជំងឺ។ ការផ្ទុះឡើងនៃមេរោគ E. coli ទទួលបានការផ្សព្វផ្សាយតាមប្រព័ន្ធឃោសនាជាច្រើន។ ការរាតត្បាតភាគច្រើនត្រូវបានរកឃើញថាមានប្រភពចេញពីភាពកខ្វក់នៃម្ហូបអាហារ (មិនមែនទឹក) ដែលបង្កឡើងដោយប្រភេទមេរោគ E. coli ជាក់លាក់មួយ ដែលគេស្គាល់ថាជាមេរោគ E. coli O157:H7 ។ នៅពេលដែលសំណាកទឹកស្អាតត្រូវបានគេរាយការណ៍ថាមានមេរោគ "E. coli វិជ្ជមាន" វាមិនមានន័យថាមានវត្តមានពូជមេរោគជាក់លាក់នេះឡើយ ហើយតាមពិតទៅ វាប្រហែលជាមិនមែននោះទេ។ ប៉ុន្តែ វាបង្ហាញពីភាពកខ្វក់ពីលាមកនាពេលថ្មីៗ។ ការដាំ ឬធ្វើប្រព្រឹត្តកម្មទឹកស្អាតដែលឆ្លងមេរោគ ដោយប្រើថ្នាំសម្លាប់មេរោគ បំផ្លាញគ្រប់ទម្រង់នៃមេរោគ E. coli ។

ធនធាន MassDEP

- ***រកមើលបទបញ្ជាសុខភាពសាធារណៈ ទឹកស្អាត***
  ប្រើទិន្នន័យ online database of public health orders របស់ MassDEP ដើម្បីរកមើលបទបញ្ជាសម្រាប់ទីក្រុង ឬទីប្រជុំជនរបស់អ្នក។ MassDEP ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពមូលដ្ឋានទិន្នន័យនេះនៅពេលបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ បទបញ្ជាកុំទទួលទានទឹក ឬបទបញ្ជាកុំប្រើប្រាស់ទឹក ត្រូវបានដកចេញ។

  ប្រសិនបើអ្នកមិនឃើញទីក្រុងឬទីប្រជុំជនរបស់អ្នកមាននៅក្នុងបញ្ជីទេ ប៉ុន្តែអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់អ្នកបានចេញបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ អ្នកអាចស្វែងរកដោយប្រើឈ្មោះទីក្រុងរបស់អ្នកបាន។ ការស្វែងរកដោយប្រើឈ្មោះទីក្រុងរបស់អ្នក ក៏អាចបង្ហាញបទបញ្ជាដាំទឹកប្រើប្រាស់ណាមួយដែលបានបញ្ចប់សម្រាប់ទីក្រុងនោះផងដែរ។

- **ដើម្បីស្វែងរកបញ្ជីទំនាក់ទំនងប្រព័ន្ធទឹកសាធារណៈចុងក្រោយបង្អស់ដែលបានចុះឈ្មោះទាំងអស់នៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសិត** សូមមើល https://www.mass.gov/water-supplier-operations រួចបង្អូសចុះក្រោមទៅផ្នែករបាយការណ៍និងសេចក្តីជូនដំណឹងសាធារណៈ (Reporting & Public Notification) ហើយជ្រើសរយកផ្ទាំង Excel សម្រាប់ PWS បញ្ជី

ទំនាក់ទំនងនិងធនធានសកម្ម (Active Sources and Contacts Spreadsheet)។

- **ស្វែងយល់អំពីរបៀបដែលបទបញ្ញាសុខភាពសាធារណៈ: ការពារខ្លួនយើងពីការផ្គត់ផ្គង់ទឹកកខ្វក់** សូមមើល https://www.mass.gov/guides/drinking-water-boil-orders-and-public-health-orders