



Ngập Lụt Đất Liền và Do Thủy Triều

Biến đổi khí hậu đang làm tăng nguy cơ ngập lụt ở Massachusetts – đặc biệt ở những vùng có thủy triều hoặc vùng trũng thấp. Lũ lụt hình thành chậm, trong khi lũ quét có thể xảy ra trong vòng vài phút hoặc vài giờ sau bão. Mức nước biển dâng đang làm gia tăng ngập lụt do thủy triều và gây ra nước dâng do bão cao hơn.

Tiếp xúc với nước ngập có thể gây ra các bệnh do vi khuẩn, bệnh truyền nhiễm, mối nguy liên quan đến hóa chất, đuối nước, thương tích do các mảnh vỡ và ảnh hưởng tới hô hấp do nấm mốc. Tác động của biến đổi khí hậu cũng có thể gây ra hậu quả về sức khỏe tâm thần do mất nhà cửa và việc làm.

Ai là người có nguy cơ cao?

- Trẻ em dưới 5 tuổi
- Người bị suy giảm miễn dịch
- Người bị hen suyễn, dị ứng và các tình trạng hô hấp khác
- Người bị huyết áp cao
- Người có nguy cơ mắc bệnh liên quan đến nhiệt



Chúng ta có thể làm gì để phòng tránh?

- [Lên kế hoạch chống bão](#)
- [Tạo bộ dụng cụ khẩn cấp](#); bao gồm tất cả các loại thuốc cần thiết
- [Biết vùng ngập lụt và nước dâng ở khu vực quý vị sinh sống](#)
- Cập nhật thông tin: kiểm tra [cảnh báo](#) để biết thông tin khẩn cấp
- Sơ tán ngay lập tức nếu được khuyên làm như vậy
- Đừng lái xe vào vùng nước ngập – hãy quay xe lại
- Tránh tiếp xúc với nước ngập và bùn đất mà có thể bị ô nhiễm do dầu, xăng hoặc nước thải chưa qua xử lý
- Kiểm tra các giếng nhà dân để tìm chất gây ô nhiễm sau ngập lụt
- Sửa chữa hệ thống tự hoại bị hư hỏng ngay khi có thể
- Xem [hướng dẫn của EPA](#) để đánh giá và loại bỏ nấm mốc
- Tìm kiếm các nguồn lực về sức khỏe tâm thần để đối phó với sự mất mát, nỗi sợ hãi và căng thẳng