

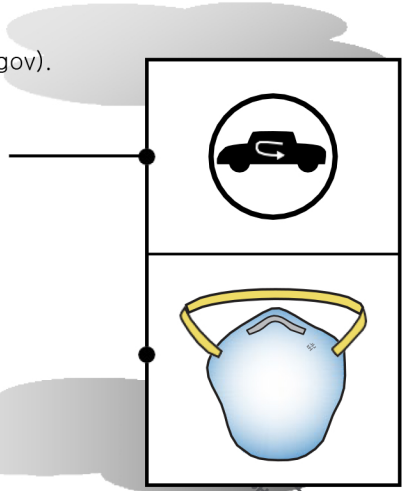


# 산불 연기가 있는 지역에서 건강 위험 줄이기:

특히 심장이나 호흡에 문제가 있는 가족이 있거나 노인, 어린이, 임산부라면 이 지침을 준수하시기 바랍니다.

## 해야 할 일

- 실내에 머무르십시오.
- 지역 뉴스에 주의를 기울이고, 공기질을 확인합니다 (airnow.gov).
- 자동차 에어컨을 내기 순환 모드에 놓습니다(연기 차단).
- 의약품과 쉽게 상하지 않는 식품을 비축합니다.
- 연기가 있을 때 밖에 나가려면 잘 맞는 N-95 또는 P100 호흡 보호구를 사용합니다. 아직까지는 이 호흡 보호구가 아이들용으로 승인되지 않았습니다.
- 연기가 너무 심해지면 대피를 준비합니다.



## 공기를 깨끗하게 유지

창문과 문을 닫습니다. 에어컨의 외기 유입을 차단합니다. 집이 너무 더우면 친구나 친척과 함께 지내는 것을 고려합니다.	HEPA 필터가 있고 방의 크기에 적절한 이동식 공기 청정기를 사용합니다.
--	---

## 하지 말아야 할 일

- X 음식을 튀기거나 굽기 - 실내 공기에 먼지가 추가될 수 있습니다.
- X 벽난로, 가스 버너 또는 가스 난로 사용
- X 실외 놀이 또는 운동
- X 실내 흡연
- X 진공 청소 - 먼지를 일으킬 수 있습니다.

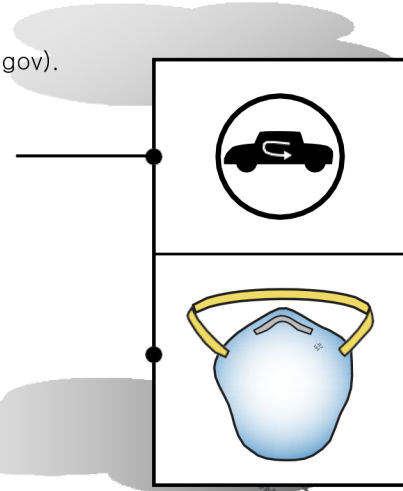


# 산불 연기가 있는 지역에서 건강 위험 줄이기:

특히 심장이나 호흡에 문제가 있는 가족이 있거나 노인, 어린이, 임산부라면 이 지침을 준수하시기 바랍니다.

## 해야 할 일

- 실내에 머무르십시오.
- 지역 뉴스에 주의를 기울이고, 공기질을 확인합니다 (airnow.gov).
- 자동차 에어컨을 내기 순환 모드에 놓습니다(연기 차단).
- 의약품과 쉽게 상하지 않는 식품을 비축합니다.
- 연기가 있을 때 밖에 나가려면 잘 맞는 N-95 또는 P100 호흡 보호구를 사용합니다. 아직까지는 이 호흡 보호구가 아이들용으로 승인되지 않았습니다.
- 연기가 너무 심해지면 대피를 준비합니다.



## 공기를 깨끗하게 유지

창문과 문을 닫습니다. 에어컨의 외기 유입을 차단합니다. 집이 너무 더우면 친구나 친척과 함께 지내는 것을 고려합니다.	HEPA 필터가 있고 방의 크기에 적절한 이동식 공기 청정기를 사용합니다.
--	---

## 하지 말아야 할 일

- X 음식을 튀기거나 굽기 - 실내 공기에 먼지가 추가될 수 있습니다.
- X 벽난로, 가스 버너 또는 가스 난로 사용
- X 실외 놀이 또는 운동
- X 실내 흡연
- X 진공 청소 - 먼지를 일으킬 수 있습니다.





올바른 인공 호흡기\*를 갖추고 적절히 착용하면 갑자기 퍼지는 연기에 노출되지 않도록 할 수 있습니다.

천(젖거나 마른 것), 종이 마스크 및 티슈는 산불로 인한 연기를 걸러 내지 못합니다. N95 또는 P100이 있는 NIOSH 인증 호흡 보호구(마스크)를 찾으십시오. 온라인 또는 공구 판매점, 가정 수리용품점 또는 잡화점에서 찾을 수 있습니다.

\* 호흡 보호구는 어린이에게 맞도록 제작되지 않았습니다. 얼굴에 난 털은 보호구의 밀착을 방해하고 효과를 감소시킵니다.

끈 1개는 귀 위로, 1개는 귀 아래로. 교차시키지 마십시오.

코 모양에 꼭 맞추는 핀치 바

코 위와 턱 아래에 착용합니다.

N95 또는 P100이 있는 NIOSH

숨을 들이실 때 호흡 보호구가 수축되며 공기가 양쪽 측면으로 들어오지 않아야 합니다.

심장이나 폐 건강에 문제가 있는 분은 사용하기 전에 의사와 상담하십시오.	더러워지거나 호흡하기 어려운 마스크는 버리십시오.	어지럽거나 메스꺼우면 연기가 덜 나는 곳으로 가서 의료 조치를 받으십시오.
--	-----------------------------	---

호흡 보호구는 먼저 연기를 피할 수 있는 보다 효과적인 다른 방법을 시도한 후에 사용하십시오. 예를 들면, 실내에 머무르고 활동을 줄이는 것입니다. 가능하면 위험에 처한 사람을 연기 지역에서 멀리 이동시켜야 합니다.



올바른 인공 호흡기\*를 갖추고 적절히 착용하면 갑자기 퍼지는 연기에 노출되지 않도록 할 수 있습니다.

천(젖거나 마른 것), 종이 마스크 및 티슈는 산불로 인한 연기를 걸러 내지 못합니다. N95 또는 P100이 있는 NIOSH 인증 호흡 보호구(마스크)를 찾으십시오. 온라인 또는 공구 판매점, 가정 수리용품점 또는 잡화점에서 찾을 수 있습니다.

\* 호흡 보호구는 어린이에게 맞도록 제작되지 않았습니다. 얼굴에 난 털은 보호구의 밀착을 방해하고 효과를 감소시킵니다.

끈 1개는 귀 위로, 1개는 귀 아래로. 교차시키지 마십시오.

코 모양에 꼭 맞추는 핀치 바

코 위와 턱 아래에 착용합니다.

N95 또는 P100이 있는 NIOSH

숨을 들이실 때 호흡 보호구가 수축되며 공기가 양쪽 측면으로 들어오지 않아야 합니다.

심장이나 폐 건강에 문제가 있는 분은 사용하기 전에 의사와 상담하십시오.	더러워지거나 호흡하기 어려운 마스크는 버리십시오.	어지럽거나 메스꺼우면 연기가 덜 나는 곳으로 가서 의료 조치를 받으십시오.
--	-----------------------------	---

호흡 보호구는 먼저 연기를 피할 수 있는 보다 효과적인 다른 방법을 시도한 후에 사용하십시오. 예를 들면, 실내에 머무르고 활동을 줄이는 것입니다. 가능하면 위험에 처한 사람을 연기 지역에서 멀리 이동시켜야 합니다.