

## NHIỄM VÀ TIẾP XÚC VỚI PHÓNG XẠ TỜ DỮ KIẾN

### **Nhiễm phóng xạ là gì?**

Điều này xảy ra khi chất phóng xạ bám vào trên hoặc trong một vật thể hoặc một người. Chất phóng xạ thải vào khu vực có thể làm cho không khí, nước, bất cứ bề mặt nào, đất, cây cối, tòa nhà, con người, hoặc thú vật bị nhiễm. Có hai loại nhiễm: nhiễm bên ngoài và nhiễm bên trong.

### **Tiếp xúc với phóng xạ là gì?**

Một người bị tiếp xúc với phóng xạ không nhất thiết bị nhiễm chất phóng xạ. Quý vị có thể bị tiếp xúc với phóng xạ qua các sóng hoặc hạt xuyên vào cơ thể, chỉ từ một quang tuyến x.

### **Quý vị có thể bị nhiễm hay tiếp xúc với phóng xạ như thế nào?**

Quý vị có thể bị tiếp xúc với phóng xạ qua nhiều phương cách như tai nạn tại nhà máy điện nguyên tử, một vụ nổ bom nguyên tử, hoặc do một hoạt động cố tình của khủng bố. Nếu xảy ra việc bị nhiễm bên ngoài, quý vị có thể tiếp xúc với người khác hoặc các bề mặt qua việc chạm, ôm nựng người khác hoặc ngồi vào các ghế. Nhiễm bên trong xảy ra nếu quý vị ăn nuốt hoặc hít thở chất phóng xạ, hoặc khi chất này vào trong cơ thể qua một vết thương hở hoặc ngấm qua da.

### **Tôi cần phải làm gì nếu nghĩ là mình tiếp xúc với phóng xạ?**

Nếu quý vị nghĩ là mình có thể bị nhiễm phóng xạ, hãy rời khỏi vùng này nhanh chóng. Cởi bỏ các lớp y phục bên ngoài. Bỏ y phục này vào một túi plastic và đặt chúng vào một khu vực khuất, như góc phòng. Che các vết cắt và trầy xước lại khi xử lý các vật bị nhiễm. Rửa sạch tất cả các phần cơ thể bị tiếp xúc bằng cách dùng thật nhiều xà bông và nước ấm để loại bỏ chất ô nhiễm. Tiến trình này được gọi là khử nhiễm. **Nếu quý vị nghĩ là mình bị tiếp xúc với phóng xạ, hãy gọi bác sĩ của quý vị hoặc 911 ngay. Đừng tự mình lái xe đến bệnh viện vì quý vị có thể lây chất phóng xạ cho những người khác.**

### **Tôi có thể lấy thêm thông tin ở đâu?**

[www.bt.cdc.gov](http://www.bt.cdc.gov)

### **Nguồn thông tin**

Các Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Bệnh Tật (Centers for Disease Control and Prevention - CDC)