抵禦野火煙霧

尋找室內避難所

在家中和工作場所儲備藥品和其他必需品。留在室內。限制出行。

潔淨室內空氣

空氣清淨機以及密封的窗戶可以保護室內空氣。關閉家中或建築物內的通風口。

限制室內污染物

野火肆虐期間，應限制使用烤箱、吸塵器或其他可能污染室內空氣的電器。

保護您的寵物

限制寵物在戶外活動，並清理寵物身上的灰燼或碎屑。

戴口罩

如果必須出門，請戴上 N95 口罩。

尋求醫療救助

注意觀察是否出現咳嗽、喘鳴、胸部灼燒、呼吸急促等症狀。

格外小心

若您患有氣喘、心臟病或肺病，或您有兒童或嬰兒，或您已年過 65 歲，或您懷孕了，請特別注意。

抵禦野火煙霧

尋找室內避難所

在紅旗警告期間儲備藥品和其他必需品，以盡可能減少離開室內區域的需要。

潔淨室內空氣

空氣清淨機和密封窗戶可以幫助保護您家中的空氣，使其免受野火侵襲。

佩戴高品質呼吸器

獲得 NIOSH 認證的 K95 或 P100 呼吸器可以保護您，讓您免受看不見（和看得見）的污染物侵害。這些呼吸器比醫用口罩提供的防護效果好得多。

循環利用潔淨空氣

減少接觸污染物。例如，開車時，開啟車內空氣循環功能。

如有需要，請就醫

症狀包括咳嗽、喘息、胸部灼燒和呼吸急促。如果您患有氣喘、心臟病或肺病，或您是兒童、65 歲以上的成年人或孕婦，請特別注意

了解空氣品質指數 (AQI)

綠色——良好。低風險

黃色——中等。空氣品質尚可接受。對已有疾病族群的風險。

橘色——對敏感族群不健康。沒有既往疾病的人不太可能受到影響。

紅色——不健康。任何人都有可能出現健康問題。敏感族群可能會出現更嚴重的健康影響。

紫色——健康警報。所有人受到的健康的影響增加。

暗紅色——極度健康警告，每個人都更有可能受到影響。

注意：即使火災風險等級很低，如果您身處距離火災地點數英里以內，也應保持警惕。並非所有火災造成的後果都能用此框架來衡量。

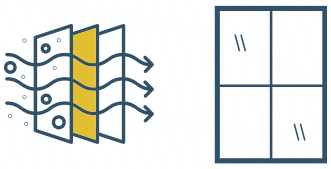
抵禦野火煙霧

尋找室內避難所

在紅旗警告期間儲備藥品和其他必需品，以減少離開避難所的需要。

潔淨室內空氣

空氣清淨機和密封窗戶可以保護您的空氣。



配戴呼吸器

相較其他口罩，K95 或 P100 呼吸器提供更多支援，可防止您受到看不見（和看得見）的污染物侵害。

限制室內污染物

在野火肆虐期間，限制使用瓦斯烤箱、吸煙、使用吸塵器、點燃蠟燭或其他可能增加室內污染物的活動。

保護您的寵物

限制您的寵物外出，並及時清理寵物身上的污垢或碎屑。

尋求醫療救助

若您出現咳嗽、喘鳴、胸部灼燒、呼吸急促等症狀。

格外小心

若您患有氣喘、心臟病或肺病，或您有兒童或嬰兒，或您已年過 65 歲，或您懷孕了，請特別注意。

管轄區
標識

防止您受到空氣品質不佳的影響

管轄區
標識

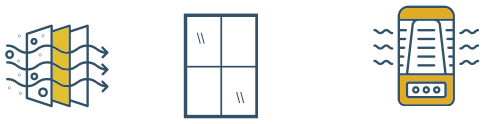
野火與空氣品質

尋找室內避難所

在紅旗警告期間儲備藥品和其他必需品，以盡可能減少離開室內區域的需要。

潔淨室內空氣

空氣清淨機和密封窗戶可以幫助保護您家中的空氣，使其免受野火侵襲。



配戴呼吸器

相較其他口罩，K95 或 P100 呼吸器提供更多支援，可防止您受到看不見（和看得見）的污染物侵害。

保護您的寵物

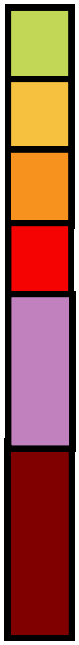
限制寵物外出時間，並清除身上的灰塵或煙燻殘留物。

尋求醫療協助

若您出現咳嗽、喘息、胸悶、呼吸急促等症狀。

如果您患有氣喘、心臟病或肺病，或您是兒童、65 歲以上的成年人或孕婦，請特別注意。

了解空氣品質指數 (AQI)



綠色——良好。

黃色——中等。

橘色——對敏感族群不健康。沒有既往疾病的人不太可能受到影響。

紅色——不健康。任何人都有可能出現健康問題。敏感族群可能會出現更嚴重的健康影響。

紫色——健康警報。所有人受到的健康的影響增加。

暗紅色——極度健康警告，每個人都更有可能受到影響。

注意：即使火災風險等級很低，如果您身處距離火災地點數英里以內，也應保持警惕。並非所有火災造成的後果都能用此框架來衡量。

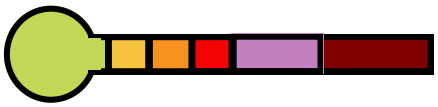
空氣品質（續）

穿上能完全遮蓋身體的衣服，回家後放在一旁清洗

如果需要離開，請準備一個應急包

若您需要外出，請注意空氣品質指數（AQI）的高峰或低谷時段。

減少室內污染物：避免燒烤、油炸、吸煙、吸塵和點燃蠟燭



Diana Borges——特別行動組
空氣品質相關幻燈片連結
（供參考）