របៀបសម្អាតផ្សែង និងម្រែងភ្លើងពីករណីភ្លើងឆេះមួយ
តារាងព័ត៌មានការពិតផ្នែកសុខភាព

ថ្ងៃទី 23 ខែមករា ឆ្នាំ 2025

ផ្នែកសុខភាពបរិស្ថាន (ENVIRONMENTAL HEALTH)

ផ្សែង និងម្រែងភ្លើងអាចហោះហើរ និងចូលទៅក្នុងបន្ទប់នានា ហើយធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ផ្ទាំលាប កម្រាលព្រំ ស្រោមគ្រឿងសង្ហារឹម រនាំងធ្វើពីសំពត់ សម្លៀកបំពាក់ និងរបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនណាមួយផ្សេងទៀត។ ជំហានទីមួយដែលគួរតែអនុវត្តនៅពេលធ្វើការសម្អាតបន្ទាប់ពីមានករណីភ្លើងឆេះមួយនោះគឺជាការធ្វើឱ្យមានខ្យល់បក់ចេញចូលនៅទីតាំងដែលបានកើតមានករណីភ្លើងឆេះ ហើយនិងការយកកំទេចកំទីចេញ។ អ្នកគឺតម្រូវចាំបាច់ត្រូវធ្វើការសម្អាត ហើយនិងធ្វើការកម្ចាត់ការប្រឡាក់ និងក្លិនមិនល្អឱ្យបានហ្មត់ចត់ ដោយរួមមានការសម្អាតផ្ទៃផ្សេងៗនៅខាងក្រៅដូចជាឧបករណ៍នៅតាមទីកម្សាន្តកុមារជាដើម មុនពេលធ្វើការតុបតែង ឬប្រើប្រាស់សាជាថ្មីណាមួយ។

> **កំណត់សម្គាល់៖ ប្រសិនបើអ្នកមានកូនៗ ចូរដាក់ពួកគេឱ្យស្នាក់នៅជាមួយនឹងសាច់ញាតិ ឬមិត្តភក្តិ ខណៈពេលអ្នកធ្វើការសម្អាតបន្ទាប់ពីករណីភ្លើងឆេះនេះ។ ទីតាំងកើតហេតុអាចនឹងមិនមានសុវត្ថិភាពចំពោះកុមារទាំងឡាយទេ ហើយការមើលឃើញការខូចខាតអាចនឹងធ្វើឱ្យពួកគេមិនសប្បាយចិត្ត និងបណ្តាលឱ្យមានការប៉ះពាល់ក្នុងរយៈពេលវែង ដោយរួមមានការយល់សប្តិមិនល្អ ផងដែរ។**

របៀបចាប់ផ្តើម – វិធីសម្អាតជាទូទៅផ្សេងៗ

ប្រភេទនៃករណីភ្លើងឆេះនឹងកំណត់ថាត្រូវប្រើប្រាស់វិធីសម្អាតណាមួយ។ **ករណីភ្លើងឆេះដែលមានអុកស៊ីសែនច្រើន**គឺមានលក្ខណៈសម្គាល់ដោយសមត្ថភាពក្នុងការរីករាលដាលឆាប់រហ័ស ដែលបណ្តាលឱ្យមានការខូចខាតកាន់តែច្រើន និងកាន់តែពិបាកពន្លត់។ តាមធម្មតា **ករណីភ្លើងឆេះដែលមានអុកស៊ីសែនច្រើន**នឹងទទួលបានលទ្ធផលជាម្រែងភ្លើងដែលស្ងួត និងមានធូលីច្រើន។ វិធានការណ៍សម្អាតគឺមាននៅខាងក្រោមនេះ។

ដំបូន្មាន និងសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗសម្រាប់ការសម្អាត៖

- ចូរពាក់ស្រោមដៃ ដូចជាស្រោមដៃសម្រាប់លាងចាននៅតាមផ្ទះ អាវដៃវែង និងខោជើងវែង ដើម្បីជៀសវាងមិនឱ្យប៉ះពាល់ដល់ស្បែក។ ប្រសិនបើអ្នកមានប្រឡាក់ផេះនឹងស្បែករបស់អ្នក ចូរលាងសម្អាតចេញឱ្យបានឆាប់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ចូរពាក់ឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន ដូចជាម៉ាស់សម្រាប់ការពារធូលីដី (គួរពាក់ម៉ាស់ប្រភេទ N95) ដើម្បីជៀសវាងការស្រូបផេះ និងភាគល្អិតតូចៗផ្សេងទៀតនៅក្នុងខ្យល់ចូលតាមដង្ហើម។
- ចូរធ្វើឱ្យមានខ្យល់បក់ចេញចូលនៅបរិវេណនោះ (ដូចជាបើកបង្អួច ជាដើម) ដើម្បីនាំយកម្រែងភ្លើង និងក្លិនមិនល្អចេញ។
- ចូរយកកំទេចកំទីដែលបានឆេះចេញ ដើម្បីកាត់បន្ថយក្លិនមិនល្អ។
- ចូរដាក់ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ dehumidifier [ឌី ហ្យូ មីត ឌី ហ្វាយ អឺ] ដើម្បីគ្រប់គ្រងជាតិសំណើមនៅក្នុងខ្យល់ ជាពិសេសនៅទីកន្លែងដែលបានប្រើប្រាស់ទឹក ដើម្បីពន្លត់ភ្លើងនោះ។
- ចូរធ្វើការវាយតម្លៃដោយឆាប់រហ័សទៅលើរបស់របរផ្សេងៗទៅតាមលំដាប់តម្លៃ ដើម្បីកំណត់ថាត្រូវការសម្អាត ឬយករបស់របរទាំងនេះចេញ។
- ដើម្បីកម្ចាត់ម្រែងភ្លើង និងផ្សែងពីជញ្ជាំង គ្រឿងសង្ហារឹម និងឥដ្ឋ ចូរប្រើប្រាស់សាប៊ូ ឬម្សៅសាប៊ូកម្រិតស្រាល ឬក៏លាយសមាសធាតុ tri-sodium phosphate [ត្រាយ សូ ដៀម ផូស ផ្វេត] **ចំនួនចាប់ពី 4 ទៅ 6 ស្លាបព្រាបាយ** ជាមួយនឹងផលិតផលសម្រាប់សម្អាតនៅតាមផ្ទះ ឬទឹកធ្វើឱ្យសដែលមានផ្ទុកសារធាតុក្លរ (chlorine bleach) **ចំនួន 1 ពែង** ហើយដាក់ទៅក្នុងទឹកក្តៅល្មម**ចំនួន 1 ហ្គាលិន**។ (ចូរបន្តលាយតាមកម្រិតនេះទៅតាមបរិមាណទឹក។) ចូរពាក់ស្រោមដៃកៅស៊ូ ហើយឱ្យប្រាកដថាលាងសម្អាតផ្ទៃផ្សេងៗជាមួយនឹងទឹកធម្មតាដែលក្តៅល្មម និងសម្ងួតឱ្យបានហ្មត់ចត់។
- ចូរលាងសម្អាតជញ្ជាំងម្តងបន្តិចៗ ដោយចាប់ផ្តើមពីឥដ្ឋខាងក្រោមឡើងទៅ ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឱ្យមានស្នាមប្រឡាក់ឆ្នូតៗ។ លាងសម្អាតដោយប្រើប្រាស់ទឹកស្អាតឱ្យបានភ្លាមៗ។

Environmental Health Division
5050 Commerce Drive, Baldwin Park, CA 91706
www.publichealth.lacounty.gov/eh

- ចូរលាងសម្អាតពិដានចុងក្រោយបង្អស់។
- ដើម្បីកាត់បន្ថយឱកាសនៃការកើតមានផ្សិតដែលដុះនៅតាមជញ្ជាំងឬពិដាន (mold) ឬក៏អាចម៍អណ្តើក (mildew) ចូរជូតសម្អាតផ្ទៃទាំងអស់ដែលបានសើម ដោយប្រើប្រាស់ល្បាយ bleach សម្រាប់ប្រើប្រាស់នៅតាមផ្ទះ**ចំនួន 1 ពែង** ដាក់ចូលទៅក្នុងទឹក**ចំនួន 1 ហ្គាលិន**។ **ជាដំបូង ចូរធ្វើការសាកល្បងល្បាយ bleach នេះនៅលើផ្ទៃតូចមួយសិន ដើម្បីធ្វើឱ្យប្រាកដថាមិនមានការសាកពណ៌។ ដើម្បីអនុវត្តការសាកល្បងនេះ ចូរជូតដោយប្រើប្រាស់ល្បាយនេះ ហើយទុកឱ្យស្ងួតឱ្យបានចំនួន 24 ម៉ោង។**
- កុំលាបថ្នាំពណ៌សាជាថ្មីទៅលើជញ្ជាំង និងពិដាន រហូតដល់ផ្ទៃទាំងពីរនេះបានស្ងួតទាំងស្រុង។
- ក្រដាសបិទជញ្ជាំងដែលអាចលាងសម្អាតបាន (washable wallpaper) គឺអាចសម្អាតពីលើបានដូចជាជញ្ជាំងដែលមានលាបថ្នាំពណ៌ផងដែរ ប៉ុន្តែកុំធ្វើឱ្យសើមដល់ស្រទាប់ក្រដាសខាងក្នុង។ ចូរប្រើប្រាស់ជ័រការដែលអាចរកទិញបានធម្មតា ដើម្បីបិទគែម ឬផ្នែកណាមួយដែលរបក។
- ចូរជូតផ្ទៃដែលមានសារធាតុដែក ដោយប្រើប្រាស់ប្រេងឆា ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឱ្យមានច្រេះ និងស្នាមប្រឡាក់។
- ដើម្បីបំបាត់ស្នាមសាកពណ៌នៅលើដែកប្រភេទមិនច្រេះចាប់ (stainless steel) ចូរជ្រលក់កន្សែងទន់មួយទៅក្នុងទឹកខ្មេះ ហើយជុសទៅលើផ្ទៃដែកប្រភេទមិនច្រេះចាប់នោះ។ ចូរជុសផ្ទៃនោះ រហូតដល់មិនឃើញមានស្នាមប្រឡាក់ឆ្នូតៗទៀត។
- ចូរសម្អាតវត្ថុធ្វើពីប្លាស្ទិក ឬផ្ទៃផ្សេងៗ ដូចជាបង្អួចធ្វើពីជ័រប្លាស្ទិកប្រភេទ PVC និងផ្ទៃដែលបានលាបថ្នាំពណ៌ស ដោយប្រើប្រាស់ម្សៅសាប៊ូ កម្រិតស្រាល ដើម្បីកម្ចាត់ម្រែងភ្លើងដែលអាចមានជាតិអាស៊ីត ហើយដែលអាចនឹងមានប្រតិកម្មជាមួយនឹងជាតិសំណើមក្នុងខ្យល់ និងនាំឱ្យមានស្នាមប្រឡាក់ជាប់ជារៀងរហូត។
- គួរតែលាងសម្អាតឆ្នាំង ខ្ទះ និងឧបករណ៍បរិភោគអាហារផ្សេងៗជាមួយនឹងទឹកដែលមានជាតិសាប៊ូ ហើយលាងសម្អាតដោយទឹកស្អាត និងបន្ទាប់មកធ្វើការជូតសម្អាតឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- ចូរញាត់ក្រដាសកាសែតទៅក្នុងកាបូប និងស្បែកជើង ដើម្បីកុំឱ្យខូចទ្រង់ទ្រាយ ហើយត្រូវបើកចំហរាំលីសនានា។
- មិនគួរប្រើប្រាស់ផលិតផលដែលមានក្លិនខ្លាំង ដើម្បីសម្អាតនោះទេ ព្រោះផលិតផលទាំងនេះបិទបាំងក្លិនមិនល្អទាំងឡាយ។
- នៅពេលមិនអាចបំបាត់ស្នាមប្រឡាក់នៅលើផ្ទៃបានទេនោះ ចូរពិចារណាលើការប្រើប្រាស់ថ្នាំលាបប្រភេទពិសេស (ដែលមានលក្ខណៈមិនជ្រាបពណ៌ចូលគ្នា) ដើម្បីកម្ចាត់ស្នាមប្រឡាក់នោះ។ ជាទូទៅ ថ្នាំលាបទាំងនេះគឺ**ជាប្រភេទថ្នាំលាបឱ្យរលោង (lacquer) [លេក ឃើ]** ឬ**ជាប្រភេទមានគ្រឿងផ្សំចម្បងជាប្រេង (oil-based)**។

វិធីសម្អាតសម្រាប់ការខូចខាតជាប្រភេទជាក់លាក់ផ្សេងៗ៖

សម្រាប់ការខូចខាតដោយសារករណីភ្លើងឆេះដែលមានអុកស៊ីសែនច្រើន៖ ចូរប្រើប្រាស់ដុំជ័រកៅស៊ូទន់ៗ (sponge) មានសារធាតុគីមីសម្រាប់សម្អាត ដែលស្ងួត ហើយដែលប្រើប្រាស់ជាក់លាក់សម្រាប់បំបាត់ស្នាមប្រឡាក់ជាមុនសិន ហើយបន្ទាប់មកប្រើប្រាស់ម្សៅសាប៊ូកម្រិតស្រាល។

សម្រាប់ការខូចខាតដោយសារករណីភ្លើងឆេះនៅក្នុងផ្ទះបាយ៖ តម្រូវចាំបាច់ឱ្យមានការសម្អាតយ៉ាងហ្មត់ចត់ ដោយសារសំណល់ផ្សេងៗគឺមិនអាចនឹងមើលឃើញភ្លាមៗនោះទេ។ ចូរចងចាំថា ជាទូទៅគឺត្រូវយកទូដាក់របស់របរ និងថតតុចេញ ដើម្បីឱ្យអាចចូលទៅដល់ទីកន្លែងលាក់កំបាំងទាំងឡាយបាន។

ការសម្អាតសំណល់ដែលប្រឡាក់ខ្លាំង៖ ចំណុចនេះអាចនឹងតម្រូវចាំបាច់ឱ្យមានជំនួយពីការសម្អាតដោយអ្នកជំនាញ និងការសម្អាតដោយប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនផ្សេងៗ។ វិធីសាស្ត្រសម្រាប់ការសម្អាតរួមមានចំណុចដូចខាងក្រោមនេះ៖

- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់ដីខ្សាច់ក្នុងសម្ពាធទាប (low-pressure sandblasting)
- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់សារធាតុ sodium bicarbonate [សូ ដ្យូម បាយ ខា បូ ណេត] (sodium bicarbonate blasting)
- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់ទឹកកកស្ងួត (dry ice blasting)
- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់ចំហាយទឹកដែលមានសម្ពាធខ្លាំង (power washing with steam)

- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី និងមានការក្រឡុក (chemical application and agitation)
- ការបាញ់សម្អាតដោយប្រើប្រាស់ជ័រកៅស៊ូ និងដោយមិនធ្វើឱ្យខូចខាត (non-destructive rubber blasting)។

វិធីសម្អាតសម្រាប់របស់របរជាប្រភេទដាក់លាក់ផ្សេងៗ៖

វាំងនន និងស្រោមគ្រឿងសង្ហារឹម៖ ម្រែងភ្លើងគឺមានលក្ខណៈជាប្រេង ហើយគួរតែបូមចេញឱ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបានដោយប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនខ្លាំងមួយ។ នៅលើសាច់សំពត់ដែលមានម្រែងភ្លើងច្រើន កុំប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនបូមក្នុងលក្ខណៈបញ្ឈរ ឬក៏ប្រភេទម៉ាស៊ីន ឬឧបករណ៍បន្តណាមួយដែលមានជាច្រាស ឬជុំជ័រប្លាស្ទិកដែលវិល ព្រោះឧបករណ៍ប្រភេទនេះនឹងធ្វើឱ្យម្រែងភ្លើងជាប់ទៅលើរបស់របរផ្សេងទៀត ហើយធ្វើឱ្យរបស់របរទាំងនោះកាន់តែពិបាកនឹងសម្អាត។ ចូរដាក់បំពង់បូមនៅជិតនឹងផ្ទៃទាំងនេះ ហើយទុកឱ្យកម្លាំងបូមនោះស្រូបយកម្រែងភ្លើងចេញពីផ្ទៃទាំងឡាយ។ ចូរគ្របរបស់របរណាមួយដែលបានសម្អាតរួច ដោយប្រើប្រាស់កម្រាលស្អាត**ឱ្យបានភ្លាមៗ** ដើម្បីជៀសវាងមិនឱ្យប្រឡាក់សាជាថ្មីក្នុងអំឡុងពេលកិច្ចខំប្រឹងប្រែងសម្អាតរបស់អ្នក។ កុំបោកគក់សម្អាតរនាំងធ្វើពីសំពត់ ឬរបស់របរផ្សេងទៀតដែលតម្រូវចាំបាច់ឱ្យបោកគក់បែបស្ងួតនោះ នៅក្នុងម៉ាស៊ីនបោកគក់ធម្មតា។

កម្រាលព្រំ៖ ចូរប្រើប្រាស់ច្រាសម៉ាស៊ីន ឬម៉ាស៊ីនបូមកម្រាលព្រំ (extraction machine) ពីហាងដាក់ជួលឧបករណ៍ទាំងនេះ ឬផ្សារទំនើប ឬក៏ជួលអ្នកជំនាញផ្នែកសម្អាតកម្រាលព្រំម្នាក់។

សម្លៀកបំពាក់ ហើយនិងកម្រាលពូកឬស្រោមខ្នើយ៖ ក្លិនផ្សែងអាចនៅជាប់នឹងសាច់សំពត់អស់រយៈពេលយ៉ាងយូរណាស់ រហូតដល់បានសម្អាតសារធាតុគីមីដែលមិនទាន់ឆេះទាំងអស់ចេញ។ សារធាតុគីមីភាគច្រើនគឺមិនអាចមើលឃើញដោយភ្នែកនោះទេ។ ចូរដាក់ត្រាំរបស់របរទាំងនេះពេញមួយយប់ដោយមានដាក់សាប៊ូ ហើយបោកគក់សម្អាតតាមធម្មតា។ សម្រាប់របស់របរដែលអាចប្រើប្រាស់ទឹកធ្វើឱ្យស (bleach) ដើម្បីសម្អាតបាននោះ ចូរដាក់បន្ថែម bleach សម្រាប់សម្លៀកបំពាក់តាមធម្មតាក្នុងអំឡុងពេលបោកគក់។

វត្ថុរឹងផ្សេងៗ - ដែលអាចជ្រាបទឹកបាន (ផ្ទៃដែលបានលាបថ្នាំពណ៌ បន្ទះក្តារជញ្ជាំង កំបោរ ក្រដាសបិទជញ្ជាំង ឬឈើដែលមិនមានលាបថ្នាំត្រឹមត្រូវ)៖ ប្រសិនបើមានម្រែងភ្លើងនៅលើផ្ទៃដែលអាចជ្រាបទឹកបាន យើងខ្ញុំណែនាំឱ្យប្រើប្រាស់ដុំជ័រកៅស៊ូទន់ៗ (sponge) មានសារធាតុគីមីសម្រាប់សម្អាត ដែលស្ងួត ដើម្បីជូតយកម្រែងភ្លើងឱ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ជំហាននេះអាចទប់ស្កាត់មិនឱ្យម្រែងភ្លើងជ្រាបចូលជ្រៅទៅក្នុងផ្ទៃទាំងនោះ ហើយដែលអាចនឹងបង្ហាញចេញជាស្នាមប្រឡាក់ដែលនៅជាប់ជារៀងរហូត។

វត្ថុរឹងផ្សេងៗ - ដែលមិនសូវជាជ្រាបទឹកបាន (ឥដ្ឋការ៉ូ ផ្ទៃធ្វើការ ឈើដែលបានលាបថ្នាំត្រឹមត្រូវ កញ្ចក់ឬកែវ ដែក ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ ឬក៏ក្រដាសបិទជញ្ជាំងប្រភេទជ័រប្លាស្ទិក)៖ ចូរប្រើប្រាស់ sponge ឬក៏ន្សែង ឬក៏សំពត់សម្រាប់ជូត ដោយមានប្រើប្រាស់ម្សៅសាប៊ូសម្រាប់សម្អាតនៅតាមផ្ទះ។

គន្លឹះផ្នែកការសម្អាតសម្រាប់ឧបករណ៍នៅតាមទីកម្សាន្តកុមារ

ឧបករណ៍នៅតាមទីកម្សាន្តកុមារទាំងឡាយគឺអាចសម្អាតបានដោយការអនុវត្តន៍តាមវិធីសម្អាតនានាដែលបានរៀបរាប់ខាងលើនេះ ប៉ុន្តែចំពោះប្រអប់ដាក់ដីខ្សាច់សម្រាប់លេង (sandbox) ការសម្អាតដោយហូត់ចត់គឺ**មិនមាន**ប្រសិទ្ធិភាពក្នុងការកម្ចាត់ផេះ និងម្រែងភ្លើងចេញឡើយ។ ចូរផ្លាស់ប្តូរដីខ្សាច់ថ្មី ដើម្បីធានាថាមានសុវត្ថិភាព និងបានស្អាតល្អ។

គន្លឹះផ្នែកសុវត្ថិភាពផ្សេងៗក្នុងអំឡុងពេលធ្វើឱ្យផ្ទះបានដូចដើមឡើងវិញ៖

- កុំដាក់ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះដែលដំណើរការដោយចរន្តអគ្គិសនី ហើយដែលបានស្ថិតនៅជិតករណីភ្លើងឆេះនោះ។
- កុំប្រើប្រាស់វត្ថុដាក់ជាប់នឹងពិដាន ប្រសិនបើពិដាននោះមានលក្ខណៈសើម។
- កុំប៉ះពាល់អ្វីក៏ដោយក្នុងអំឡុងពេលការពិនិត្យជាលើកដំបូងរបស់អ្នក ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឱ្យនាំយកម្រែងភ្លើងពីវត្ថុមួយទៅវត្ថុមួយទៀត។
- ប្រសិនបើត្រូវការ ចូរស្វែងរកជំនួយពីអ្នកជំនាញក្នុងដំណើរការធ្វើឱ្យផ្ទះបានដូចដើមឡើងវិញនេះ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម ចូរទាក់ទងទៅកាន់**ផ្នែកសុខភាពបរិស្ថាន (Environmental Health Division)** តាមរយៈលេខ **(888) 700-9995** ឬក៏អ៊ីម៉ែល ehmail@ph.lacounty.gov។