

จงพร้อม...และ เตรียมทุกอย่างพร้อมกัน



10

รายการสิ่งของจำเป็น

อย่างในชุดบรรเทาเหตุภัยเบื้องต้น



1. น้ำดื่ม

สำหรับ 3 วัน ถึง 1 อาทิตย์
(ทั้งนี้ปกติคนธรรมดาจะ
ดื่มน้ำวันละ 1 แกลลอน)
อย่าลืม! น้ำสำหรับ
สัตว์เลี้ยงของท่านด้วย



2. อาหาร

สำหรับ 3 วัน ถึง 1 อาทิตย์
เตรียมอาหารที่ไม่ต้อง
กังวลเรื่องการเน่าเสีย เช่น
อาหารกระป๋องต่างๆ พร้อม
ที่เปิดกระป๋องด้วยมืออย่าลืม!
อาหารสำหรับสัตว์เลี้ยง
ของท่านด้วย



3. เงิน และเอกสาร สำคัญ

อาทิเช่น หนังสือเดินทาง
โฉนดที่ดิน เอกสารประกัน
ภัยต่างๆ บัตรโรงพยาบาล
ใบสูติบัตร



4. เสื้อผ้า

และรองเท้าดีๆ สำหรับ
ทุกคนในครอบครัว



5. ไฟฉาย

พร้อมแบตเตอรี่สำรอง



6. ชุดปฐมพยาบาล เบื้องต้น

พร้อมคู่มือการใช้



7. ยารักษาโรค

เช่น ยารักษาโรคต่างๆ ไป
ยาตามใบสั่งแพทย์ พร้อม
อุปกรณ์การแพทย์เบื้องต้น



8. วิทยุ

พร้อมแบตเตอรี่สำรอง



9. สิ่งจำเป็น ในห้องน้ำ

เช่น ผ้าอ้อม, ผ้าอนามัย,
กระดาษชำระ, กระดาษ
สำหรับทำความสะอาด
และถุงขยะ



10. เครื่องมือ สำหรับใช้กับ

อุปกรณ์การแพทย์ เช่น
ถังดับเพลิง, ถังมือดี,
นกกหวีด, กุญแจเลื่อน
สำหรับใช้กับถังออกซิเจน

866-999-LABT (5228)

www.labt.org



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health