

## PHÓNG XẠ TỜ DỮ KIỆN (Radiation)

### Phóng xạ là gì?

Phóng xạ là một dạng năng lượng hiện diện xung quanh chúng ta.

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

Quý vị bị tiếp xúc với các số lượng phóng xạ nhỏ mỗi ngày, cả từ các nguồn thiên nhiên và nhân tạo. Các nguồn thiên nhiên là những nguyên tố trong đất hoặc các tia vũ trụ từ mặt trời. Các nguồn nhân tạo bao gồm một số thiết bị điện tử và y khoa và từ cuộc thử nghiệm vũ khí nguyên tử.

### Bao lâu thì người bị tiếp xúc cho thấy các ảnh hưởng bất lợi đến sức khỏe?

Khoảng thời gian có các triệu chứng sẽ tùy thuộc vào loại, cách thức, và khoảng thời gian bị tiếp xúc với phóng xạ.

### Các ảnh hưởng bất lợi đến sức khỏe do phóng xạ gồm có những gì?

Phóng xạ có thể ảnh hưởng đến cơ thể dưới nhiều cách khác nhau và các ảnh hưởng bất lợi đến sức khỏe có thể không rõ ràng cho đến nhiều năm sau này. Nếu quý vị bị tiếp xúc với các liều lượng phóng xạ thấp thì có thể dẫn đến cơ nguy bị ung thư hoặc các ảnh hưởng bất lợi đến sức khỏe sau này trong cuộc đời. Nếu quý vị bị tiếp xúc với các liều lượng rất lớn phóng xạ, thì có thể gây tử vong trong vòng vài ngày hoặc vài tháng.

### Tôi có thể bảo vệ cho bản thân như thế nào trong một trường hợp khẩn cấp về phóng xạ?

Nếu có phóng xạ, các giới chức có thẩm quyền địa phương sẽ theo dõi các mức phóng xạ và xác định nên đảm nhiệm các hành động bảo vệ nào. Nghe ra đi ô hoặc truyền hình để biết tin tức và các chỉ dẫn. Quý vị có thể được khuyên là nên "ở tại chỗ", có nghĩa là ở trong nhà hoặc văn phòng của quý vị. Nếu được khuyên là "ở tại chỗ", quý vị nên làm những điều sau: Đóng và khóa tất cả các cửa ra vào và cửa sổ, tắt quạt, máy điều hòa không khí, và các máy sưởi không khí trong lành đem vào từ ngoài trời, đóng các van chặn khói lò sưởi, đem thú nuôi vào trong nhà, di chuyển vào phòng bên trong và mở ra đi ô đài tin tức địa phương. Nếu được khuyên là nên di tản, hãy rời khỏi vùng này càng sớm càng tốt. Chỉ đem theo thú nuôi nếu quý vị dùng xe riêng và đi đến một nơi mà quý vị biết là sẽ nhận thú vật. **Nếu quý vị bị thương tích hoặc bị bệnh, hãy gọi 911 để được chăm sóc y tế ngay. Đừng tự mình lái xe đến bệnh viện vì quý vị có thể bị đau nặng trên đường đi tới nơi.**

### Tôi có thể lấy thêm thông tin về phóng xạ ở đâu?

[www.bt.cdc.gov](http://www.bt.cdc.gov)  
[www.dshs.state.tx.us](http://www.dshs.state.tx.us)

### Nguồn thông tin

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