

산불 연기와 재로부터 건강 지키기

산불 연기와 재는 심각한 건강 위험을 초래하고 공기 질을 악화시킬 수 있습니다. 또한 피부, 눈, 코, 목을 자극하고 폐와 심장에 해를 끼칠 수 있는 독성 입자를 포함하고 있습니다. 자기 자신 또는 사랑하는 사람이 가슴 통증이나 호흡 곤란을 겪고 있다면 즉시 응급 의료 조치를 받으세요.



연기, 재, 나빠진 공기에 대한 노출을 최대한 피하세요.

- **실내에 머무르세요**(집, 임시 대피소 등).
- **외출해야 하는 경우 N95 또는 P100 마스크를 착용하여** 폐를 보호하세요. 대피소에 머무는 경우에도 좋은 마스크를 착용하면 바이러스로부터도 보호받을 수 있습니다.
- **실내 공기를 재순환하도록 에어컨(AC)을 설정**(실외 공기 흡입구 닫기) 하여 연기가 자욱한 실외 공기가 실내로 유입되지 않도록 하세요. 정기적으로 공기 필터를 교체해야 합니다.
- **HEPA 공기 청정기를 가동**하여 실내 공기 질을 개선하세요. 흡연, 음식 튀기기 또는 촛불 태우기 등 실내 공기 오염을 유발하는 활동은 피해야 합니다.
- **젖은 천, 대걸레 또는 HEPA 필터 진공청소기로 재를 제거하세요.** 빗자루나 일반 진공청소기는 사용을 피하세요. 유해한 입자가 공기 중으로 퍼질 수 있습니다. 청소할 때는 장갑, 긴소매, N95 또는 P100 마스크를 착용하세요.

더 많은 산불 정보 및 자원은
<https://go.cdph.ca.gov/wildfires>

