

用品包 (續)

- 個人衛生用品，例如牙刷及牙膏
- 塑料垃圾袋
- 氯漂白劑
- 現金 (小額紙幣及硬幣。如果斷電，您將無法使用ATM或信用卡)

寵物用品

- 食品
- 飲水
- 藥物
- 寵物牽引帶
- 標籤
- 糞便盒
- 免疫接種資訊

衣物及鋪蓋

至少包括一整套換洗衣物及一雙結實的鞋子。

- 毯子或睡袋

特殊物品

- 嬰兒配方奶
- 尿片
- 奶瓶
- 隱形鏡片及用品
- 備用眼鏡
- 娛樂用品 — 遊戲、書籍

重要的家庭文件

將這些記錄放在一個防水的便攜容器內

- 遺囑、保單、合約、契據、股票及債券
- 護照、社會安全卡、免疫注射記錄
- 銀行帳號
- 信用卡帳號及公司
- 家庭珍貴物品清單、重要的電話號碼
- 家庭記錄 (出生證、結婚證、死亡證)

大洛杉磯地區美國紅十字會及洛杉磯郡健康服務部希望個人及家庭為各類緊急情況作好準備。我們相信緊急情況準備能拯救生命，我們鼓勵每一個人按照本手冊的要求採取盡可能多的措施，幫助確保自身的安全。



家庭緊急情況用品包



發生災難時，您需要哪些物品？



欲瞭解有關緊急情況準備的進一步詳情，請查閱

www.redcrossLA.org、www.labt.org 或 www.lapublichealth.org

This publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.



緊急情況用品包

緊急情況隨時都可能發生，並且可能會要求家庭在幾天內自行解決家庭成員的需求。發生緊急情況後再開始計劃您及您的家人應如何應對或收集生存所需的物品已經為時過晚。發生重大災難後，緊急服務可能供不應求，僅能對危及生命的緊急情況作出應答。如果需要數小時、甚至數日後才能獲得幫助，您的家庭是否作好了應對的準備？

在緊急情況發生之前作好準備是最穩妥的生存方法。其中一項重要的步驟是準備緊急情況用品包。透過事先收集緊急用品，您的家人能夠為撤離或較長時間待在家中作好充分的準備。

首先準備的物品

確定您需要使用哪一種容器存放用品。這取決於用品的使用人數。應當使用在撤離時能夠提起或推走的容器。例如帶蓋大垃圾桶、塑料儲存箱或背包。

確定用品包的存放地點

將用品包存放在一個所有家庭成員都知道且方便的地點。



在汽車行李箱中存放一個簡易緊急情況用品包。



緊急情況用品包核查單

緊急情況用品包中的主要物品至少應當包括為每個人準備的三天的飲食、急救用品、衣物及睡袋、工具、緊急情況用品及特殊物品。

每隔六個月檢查一次用品包。更換食品及飲水，並根據您的家庭成員需求的變化增加必要的物品。

飲水

- 為每人（或每隻寵物）每天儲存一加侖飲水。
- 將飲水儲存在塑料罐中，例如汽水瓶。避免使用可能破裂的容器，例如玻璃瓶。

食品

選擇無須冷藏、加工或烹調且水份很少或不含水份的食品。選擇體積小、重量輕的食品。最重要的是，選擇您及您的家人喜愛的食品。

- 即食罐裝肉、水果及蔬菜
- 罐裝果汁、牛奶、湯
- 高能食品，例如花生醬、果凍、餅乾、格蘭諾拉麥片條、混合果蜜
- 供嬰兒、年長者或食用特殊飲食的人食用的特殊食品
- 休閒食品，例如餅乾、糖果等

急救用品

為您的家中及每一輛汽車準備一個急救用品包。

- 不同大小的消毒橡膠繃帶
- 2英吋見方消毒紗布塊（4-6塊）
- 4英吋見方消毒紗布塊（4-6塊）
- 低過敏材料膠帶
- 三角巾（3塊）
- 2英吋寬成卷消毒繃帶（3卷）
- 3英吋寬成卷消毒繃帶（3卷）
- 剪刀
- 鑷子
- 針線
- 小塊濕毛巾
- 消毒劑

- 體溫表
- 壓舌板（2個）
- 凡士林或其他潤滑劑
- 各種大小的別針
- 清潔劑/肥皂
- 乳膠手套（2副）
- 防曬霜

非處方藥物/處方藥物

- 阿司匹林或不合阿司匹林的止痛藥
- 止瀉藥
- 解酸藥（用於治療胃部不適）
- 吐根糖漿（依照毒物控制中心的指示，用於誘吐）
- 緩瀉藥
- 活性炭（在毒物控制中心的指導下使用）
- 處方藥

工具及用品

- 食品容器及杯盤
- 太陽能、手動或電池操作收音機及備用電池
- 手電筒及備用電池
- 手動開罐器
- 口哨
- 塑料布
- 管道膠帶
- 地圖
- 手套
- 扳手（用於關閉煤氣開關及水龍頭）
- 撬棍
- 肥皂或殺菌膏
- 衛生紙
- 女性用品

