

다음은 긴급 상황에서 쉽게 입수해야 하는 긴급 서류 목록입니다.

- 긴급 연락처 목록
- 가족 긴급 상황 플랜
- 운전면허증/신분증
- 여권
- 출생증명서
- 사회 보장 카드
- 의료 기록지
- 의료 또는 정신 건강 제공자 연락처 정보
- 처방서
- 예방접종 기록
- 보험 카드
- 은행 명세서
- 신용카드

보다 상세한 목록을 보시려면 이 안내서의 링크를 방문하십시오.

추가 고려 사항

여러분 또는 가까운 사람에게 장애가 있거나 출입과 거동과 관련해 그 밖에 필요한 사항이 있으시면, 비상 물품 키트에 다음을 추가해야 할 수 있습니다.

- 처방약 목록
- 복용량, 치료 및 알레르기 정보
- 여분의 약
- 보조 기기용 배터리 및 충전기
- 장애에 대한 상세 정보, 보조 기기, 내구성 의료 장비를 포함한 의료 건강 정보

OC 링크

행동 건강 정보 및 의뢰 상담
 (855) OC-LINKS 또는 (855) 625-4657
 TDD 번호: (714) 834-2332
www.ohealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/
 월 - 금: 오전 8시 ~ 오후 6시

위기 평가 팀

응급 정신건강 평가
 (866) 830-6011
 연중무휴 24시간 운영

24시간 자살 예방 상담

(877) 7 CRISIS 또는 (877) 727-4747
www.suicidepreventionlifeline.org/

NAMI WarmLine

비위기 지원
 (877) 910-WARM 또는 (877) 910-9276
www.namio.org
 월 - 금: 오전 9시 ~ 새벽 3시
 토 - 일: 오전 10시 ~ 새벽 3시

211 OC

Orange County 커뮤니티 자원
 211에 전화
www.211OC.ORG

SAMHSA

연중무휴 재난 장애 헬프라인
 (800) 985-5990 또는
 66746번으로 TalkWithUs 문자 전송
www.disasterdistress.samhsa.gov



행동 건강 서비스 재난 대응

405 W. 5th Street, Suite 211
 Santa Ana, CA 92701

www.ohealthinfo.com/bhs

비상 물품 키트

긴급 상황이 발생할 경우를 대비해 최소 3일간의 생존에 필요한 기본 물품을 가까운 곳에 비치해 두는 것이 좋습니다. 이 안내서에서는 비상 물품 키트에 포함할 기본 물품만 열거했으므로, 거주하는 지역과 가족의 요구 사항에 따라 그 밖의 필요한 물품을 추가해야 한다는 점을 반드시 유념하시기 바랍니다. 또한 각자 비상 물품 키트를 두 세트씩 만들어 한 세트는 가정에, 한 세트는 직장이나 차량에 구비해 두는 것을 고려해 보십시오.

비상 물품 키트를 준비하는 것은 재난에 대비하기 위해 미 국토 안보부(Department of Homeland Security)에서 권장하는 단계 중 하나입니다. 또한, 국토 안보부에서는 가정에서 긴급 상황 플랜을 만드는 것과 더불어, 거주 지역에서 발생할 수 있는 여러 유형의 긴급 상황과 이에 대한 적절한 대응 방법에 대해 숙지할 것을 권장하고 있습니다.

다음 웹사이트에는 이 안내서에 실린 정보와 함께 긴급 상황에 대비한 여러 추가 자원이 소개되어 있습니다.

<https://www.ready.gov/kit>

<http://www.readyoc.org/prepare/kit.html>

<http://www.readyoc.org/prepare/disabilities.html>



추천 물품

국토 안보부에서는 대비 캠페인(Ready Campaign)을 통해, 응급 물품 키트의 기본 항목으로 다음을 갖추도록 권장하고 있습니다.

- 물. 한 사람당 1일 1갤런 기준으로 최소 7일간 사용할 수 있는 식수 및 위생용 물.
- 식량. 최소 7일간 먹을 수 있는 부패하지 않는 음식.
- 배터리 충전식 또는 수동식 라디오 및 국립 해양 및 대기 기상 정보 라디오, 여분의 배터리.
- 손전등 및 여분의 배터리
- 구급상자
- 구조 신호용 호루라기
- 공기 및 플라스틱 시트 여과를 위한 방진 마스크, 현 위치에서 피신을 위한 접착테이프
- 개인위생용 물수건, 쓰레기봉투, 비닐 끈
- 유틸리티를 끄기 위한 렌치 또는 펜치
- 강통 따개(키트에 캔 식량이 있는 경우)
- 지도
- 핸드폰, 충전기, 인버터 또는 태양 충전

몇 가지 물품을 한 번에 챙겨 비상 물품 키트를 순식간에 준비하겠다는 목표를 세우십시오!

캔 음식, 의약품, 애완동물 사료와 같은 물품은 유통기한이 있으므로 해당 기한 내에 사용하지 않은 제품은 교체해야 한다는 점을 기억하십시오.

추가 물품

기본적인 비상 물품 키트를 준비한 후에는 다음과 같은 항목을 추가할지 고려해 보아야 합니다.

- 처방 의약품, 안경, 콘택트 렌즈 케이스 및 용액
- 이유식 및 기저귀
- 애완동물용 사료와 물
- 가족 긴급 상황 플랜을 포함한 중요한 가족 서류를 휴대용 방수 케이스에 보관
- 현금(소액권 포함)과 잔돈
- 슬리핑백 또는 담요. 인원수대로 준비 추운 지역 거주 시 추가 침구의 준비 여부를 고려하십시오.
- 긴소매 셔츠, 긴바지, 견고한 신발 등 갈아입을 옷을 인원수대로 준비. 추운 지역 거주 시 추가 의복 준비 여부를 고려하십시오
- 가정용 표백제 및 점적기. 물과 표백제를 9대 1로 희석하면 표백제를 살균제로 사용할 수 있습니다. 응급 상황에서 물 1갤런에 가정용 표백제 16방울을 넣어서 물을 표백할 수 있습니다. 방항제가 첨가되었거나, 채색 방지 기능이 있거나, 세척제가 첨가된 표백제는 사용하지 마십시오.
- 소화기
- 방수 용기에 담긴 성냥
- 다용도 도구
- 여성용품을 비롯한 개인 위생용품
- 종이컵, 종이 접시, 플라스틱 용기, 종이 타올, 종이, 연필, 펜
- 전기가 필요 없는 어린이 물품(책, 게임, 퍼즐 등)
- 여러분과 가족에게 위안을 주는 물품(가볍고 작은 것)