

ការងារស្រាវជ្រាវ

ផ្សិត & ផ្សិតកូចៗ

នៅក្នុង

គេហដ្ឋាន

ដែលបានបំផ្លាញដោយទឹកជំនន់ របស់លោកអ្នក



មុនពេលសំណាម



ក្រោយពេលសំណាម



FEMA

បញ្ហា ដែលទាក់ទងទៅជាមួយ ឆ្លៀត

ឆ្លៀតភាពត្រូវបានដឹងនៅលើក្រុងណាម វិស័យសេដ្ឋកិច្ចក៏ដូចជាផ្នែកផ្សេងៗទៀត គឺជាសារធាតុសំរាប់ស្ថិតិស្ថេរ ដែលសំបូរដូចនៅកន្លែង ដែលមានច្បាប់ចម្លងសេដ្ឋកិច្ច ឆ្លៀតពីផ្នែកសំខាន់មួយរបស់បរិស្ថាន គ្មានឆ្លៀតឆ្លុះឆ្លាយចេញពីសេដ្ឋកិច្ច រលួយ ហើយគ្រប់គ្រាយជំរៅជីវិតក៏មិនអាចកើតមានឡើងដែរ ។ វាអាចបំផ្លាញសារធាតុសំរាប់ធាតុ តែទោះជាយ៉ាងណាក៏វា អាចបង្ក បញ្ហាដល់អ្នករស់នៅក្នុងគោលការណ៍និងវាងការយល់យើងដែរ។

ឆ្លៀតត្រូវបានបង្កើតឡើងលើក្នុងឆ្លៀតដែលដុះនៅលើផលិតផលធ្វើពីឈើ កំរាល ឱសាន ក្រចាស់កាតុង ក្រចាស់បិទបញ្ជា កំរាលរ្យូ ជញ្ជាំងស្នូត ផ្ទាំងក្រណាត់ រុក្ខជាតិផ្សេងៗ អាហារ គ្រឿងផ្សេងៗ ឆ្លុះឆ្លាយរលួយ និងសារធាតុសំរាប់ផ្សេងៗទៀត។

ការដុះកើតមានឡើងនៃឆ្លៀតនៅលើកន្លែងឈើ គឺក្នុងចន្លោះពី ២៤ ទៅ ២៨ ម៉ោង។ វាធ្វើការបន្តបន្ទាប់គ្នា ដែលជាគ្រាប់ឆ្លៀតត្រូវបានផ្តល់ស្រោយ រលាយតាមខ្យល់។ ឆ្លៀតរំលាយសារធាតុសំរាប់ វាបំផ្លាញជាយថាហេតុនូវសារធាតុដែលវា បានដុះ នៅហើយក្រោយមកទៀតវាវាងវាលទៅបំផ្លាញសារធាតុសំរាប់ដែលនៅមិនទាន់ទៀត។ លើសពីនេះទៀត ឆ្លៀតក៏ អាចកើតមាននៅក្នុងគោលការណ៍អ្នកហើយបង្កឱ្យមាន មានបញ្ហាចេះចាស់ដល់សុខភាពផងដែរ។ ចូរ មើលវគ្គឆ្លៀតសុខភាពដើម្បីដឹងតិចៗមើលបញ្ហាបង្កឱ្យមានសុខភាពដែលបណ្តាលមកពីឆ្លៀត។

ហេតុអ្វីបានជាមាន ឆ្លៀត ដុះនៅក្នុង គោលការណ៍?

ប្រសិនបើគោលការណ៍នៃឆ្លៀតអ្នកទទួលបានការដុះខាងលើនេះហើយសាទិកដែលបណ្តាលមកពី:

- ទឹកជំនន់
- លូបង្ហូរទឹក ជំនន់ក្នុងបំពង់
- បំពង់ទឹករំលាយលិច
- ការបោសសម្អាតបំពង់លូអាំងតង់ទឹក
- សំណើចខ្លាំងដូចជា: ច្រវាសប្រើចំហាយទឹក បំពង់សំបូត គ្រឿងសំណើច

ឆ្លៀតត្រូវបានដឹងលើក្នុងឆ្លៀតផ្សេងៗនិងដុះក្នុងរយៈពេល២៤ -២៨ម៉ោងនៃការដុះឆ្លៀតហើយទឹក។ ទោះបីក្រុមយ៉ាងណាក៏ ហើយវាគឺជាគោលការណ៍ដុះរាលដាលរហូតដល់អស់ប្រភពសំណើចហើយបង្កឱ្យមានបញ្ហា ដែលទាក់ទងទៅនឹងការដុះ ឆ្លៀត យ៉ាងប្រសិទ្ធភាព។

ប្រើប្រាស់ក្រាមនៅលើទំព័រខាងចុះដើម្បីប្រឆាំងមេរោគដុះរាលដាលរបស់ឆ្លៀតនៅក្នុងគោលការណ៍នៃឆ្លៀតអ្នក។ បន្ទាប់មកហើយផ្នែក ទៅលើវគ្គឆ្លៀតចំហាយធុរណៈស្រោយ លោកអ្នកចាំបាច់ត្រូវប្រើប្រាស់ឆ្លៀតឆ្លុះឆ្លាយចេញពីឆ្លៀតដែល បណ្តាលពីឆ្លៀតកើតឡើង។ លោក អ្នកក៏ត្រូវមើលវគ្គឆ្លៀតការពារកុំឱ្យមានឆ្លៀតដុះនៅក្នុងគោលការណ៍នៃឆ្លៀតអ្នក ទៅមើលផ្នែកផងដែរ។

REMOVING MOLD FROM YOUR HOME

តើឃ្លាំងអាចកើតមានមែរីទេ?

វាតើបញ្ចាំងនិងពិភានម្លុះត្រូវបានខូច
ឈាមមែរីទេ?

បាទ/ចា

ទេ

តើមានក្លិនឃ្លាំងមែរីទេ?

ពី " បរិមាណមាតិកាឃ្លាំង " រក្សាបរិមាណមាតិកាឃ្លាំងស្របតាមស្តង់ដារ

បាទ/ចា

ទេ

សូមមើលវិធីការងារការងារឃ្លាំង

តើមានវត្ថុមាន
ឃ្លាំងប៉ុន្មានប្រភេទ?

Sq. Ft. មែរីមែរីមេញ

Sq. Ft. មែរីមែរីមេញ

Sq. Ft. ឃ្លាំង

**ប្រភេទនៃសំនើប
មែរីមែរីមេញនិងឃ្លាំងកំចាត់ចោល**

ប្រសិនបើសំនើប 25 Sq.Ft ,
សូមធ្វើការងារដោយប្រើប្រាស់ស្រោចស្រាវ

ប្រសិនបើសំនើប 25 Sq.Ft ,
សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកមើលការងារមែរីមែរីមេញ

* ប្រភេទឃ្លាំងមែរីមែរីមេញអាចជា បំបែកខ្លួន, តោមមេរី, អាគារបំបែកចម្រុះ, និងប្រភេទដទៃទៀត។

ការដោះស្រាយ ចំពោះ បញ្ហា ផ្សិត

សំភារៈដែលលោកអ្នកត្រូវការ

ស្រោមថែ មានជាតិកៅស៊ូក្រាស់, ស្រោមដើមកៅស៊ូ ប៉ាស (ប្របាប់ចងវ៉ុខុដ ឬចំបង់ចាក់សំរាប់បកបន្លែចម)
 ម៉ុងទិក ម៉ុងសំរាប់បាក់សំរាម
 ម្រាសសំរាប់មូសមូស ប៉ាស៊ីនសំបូតសំនើម
 អំប៊ុនសំរាប់ជ្រាម និងអំប៊ុនសំរាប់មូសលើឥដ្ឋ អេប៊ុន ឬក្រណាត់សំរាប់មូស
 មេកូណាប៊ូក្លាសលាយជាតិអាម៉ូញាក់, សាប៊ូ ឬប៉ាស៊ីនសំរាម (ផ្សំពីសារធាតុ ផេណុល ឬផ្រេងដែលចំរាញ់ពី
 ឆ្នុកស្រស់) ដូលុយស្យុង 10% នៃទឹកផ្ទៃធ្វើឱ្យសម្រស់មាត់ក្នុងសំរាប់សំលាប់រំពោល = 1 1/4 នៃលំហិតផ្ទៃធ្វើ
 អោយស ចំពោះទឹកមួយច្បាប់ (4,5 លីត្រ) ។

ការសំបូតទឹកនៅក្នុងផ្ទះដែលបង្ហាញចោយសារផ្សិត

បិទប្រភពភ្លើងលើ ប្រសិនបើខ្សែភ្លើងលើមួយចំនួន ត្រូវបានបាត់អគ្គិសនី ដើម្បីត្រួតពិនិត្យប្រព័ន្ធភ្លើងក្នុង ផ្ទះចុះ
 ពេលបើកមាត់ចូលភ្លើងឡើងវិញ។

ចំពោះផ្ទះដើម្បីឱ្យមានខ្យល់អាកាសចូល នៅពេលសំនើមខាងក្រៅខ្វះខាតជាងខាងក្នុងផ្ទះ។
 ប្រើកង្វាល់ និងប៉ាស៊ីនបំបាត់សំនើម ដើម្បីសំបូតសំនើម លុះត្រាតែផ្សិតបានចាប់ផ្តើមចុះចេញរួចរាល់
 កង្វាល់អាចបកប្រែបាន ដែលកំពុងកើតមាន ។

ប្រើតែ ច្រវាច គឺ ប្រសិនបើចំបង់មិន ត្រូវបានលិចទឹក ចំពោះកំហែងដែលបានកំលាំងខ្យល់ខ្លះ
 ដែលចាប់តាក់ចងជាមួយទឹក ឬផ្សិតគួរតែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យដោយអ្នកបំបាត់។

យកចេញសំភារៈលើទ្រូងទាំងអស់ ដូចជា គ្រឿងសង្ហារឹម កំរាល់ ពួក ភួយ ប្របាប់ប្របារក្មេងលេង និងកំរាល់មេ
 រូង។

ដោះចោលកំរាល់ដែលបានផ្ទុះឡើងលើ! សំរាមនិងសំលាប់ចេរោតនៅតាមរូបសំរេងរូង។

ដោះចោលរាល់ម៉តម៉ល់អាចារដែលអាចបង្កចេរោតទាំងអស់ - រូបសំរេងមួយចំនួនខ្លះទៀតមិនលិចទឹកត្រូវបានបាក់ក្នុង ប្រអប់
 បាក់ឆរ៉ាត។

ផ្ទៃបញ្ចាំងខាងក្នុង និងពិភាក្សាផ្ទះ ត្រូវយកចេញរាល់សំភារៈប្រាប់ទឹកដែលលើមួយយប់យេរោត ដូចជាឥដ្ឋពិភាក្សាផ្ទះ
 បញ្ជីស្ងួតម៉តម៉ល់ធ្វើពីឈើ។ ប្រសិនបើក្នុងបញ្ជី ត្រូវបានលិចទឹក

ត្រូវយកចេញឱ្យឆ្ងុះឆ្ងាត ដូចជាចំនើមដោះចោល។
 បង្ហាញទឹកបិទបញ្ជីដែលយេរោតចុះក្រាត់ចំពោះបញ្ជីចេញនិងខ្នង
 អោយមានប្រហោងនៅក្បែរកំរាល់ឥដ្ឋ។

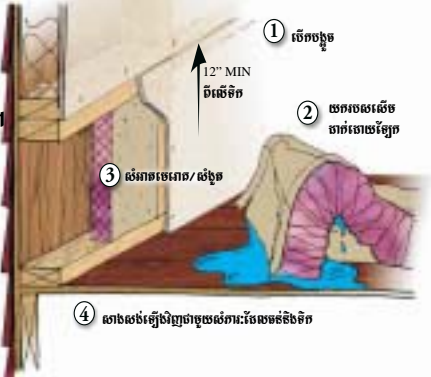
សំបូតបញ្ជីបញ្ជីចុះក្រាត់ដោយឡែកដោយប្រើប្រាស់មេកូណាប៊ូក្លាសលាយជាតិអាម៉ូញាក់
 ពិនិត្យមើលខាងក្នុងបញ្ជីក្រោមប្រទះឈើឱ្យមានផ្សិតផ្ទុះ។

កំរាល់ឥដ្ឋនិងផ្ទៃបញ្ជីខាងក្រៅ:

មកស្រទាស់ ការពារកំហែងដែលលើមចេញ។

ដោះចោលទាំងអស់ផ្ទៃពិភាក្សាមើលស្រទាស់ការពារកំហែងនៃ

ម៉ាតើមានមួយណាអាចទុកបាក់វិញបានបញ្ចប់ពីប្រើម្ចាស់សំលាប់
 មេរោតនិង សំបូតចោល។



ការសំអាត និងការសំលាប់មេរោគ

មុនពេលដែលលោកអ្នកចាប់ផ្តើម -

ប្រាកដប្រាកដថា គំរូនៃមេរោគអ្នកកំពុងធ្វើការនោះត្រូវបានធ្វើអោយមានខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់។
លាក់ស្រោមដៃ ម៉ាស់ រឿងការពារភ្នែក។

ប្រសិនបើមានឡើង មូសសំអាតរាងនោះចេញ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកមានអារម្មណ៍ថា សុខភាពរបស់លោកអ្នកត្រូវបានប៉ះពាល់
យោង មូសគិតជួលអ្នកជំនាញការដើម្បីអនុវត្តការងារនោះ។

ផ្ទាំងកាត់មេរោគជំនាញដែលត្រូវអនុវត្តចំពោះវត្ថុសម្ភារៈដែលបានសំអាតរួចរាល់ ។

ចំពោះសំភារៈមានផ្ទៃធំ៖ មូសសំអាតសម្ភារៈដូចជា របស់បរទេសពីប្រទេស កែវ ឈើរឹង ឆ្នូស្ទិច និង សម្ភារៈមិនប្រៀបធៀប
ផ្សេងៗទៀតដោយ ប្រើមេរោសាច្ចុប្បន្នជាតិអាម៉ូញាក់លាយជាមួយទឹកក្តៅ។ ប្រើប្រាស់សំលឹមចំពោះសម្ភារៈណាដែល
លាមកផ្ទៃ គ្រឿង ដូចជា បេតុងជាដើម។ ប្រើម៉ាស៊ីនសំបូសសំលឹមដើម្បីបង្កួតទឹកនិងសំអាតសម្ភារៈប្រើប្រាស់ដូចជា
ស្បែកអាវកុំត ក្រវិល កងក្លាប់ បែកបល្ល៖ ឬស៊ីឈើសំរាប់ចាក់ជាដើម។ សំលាប់មេរោគដើម្បីសំអាតហើយ
ជាមួយនិងស្បែកយុវជន១០០%។ កុកស្បែក ផ្ទាំងដែលបានលាបនោះយ៉ាងតិច១០នាទីមុនពេល លាងនិងទឹកស្អាតឬកុកអេ
យស្ត។

សម្ភារៈមិនប្រៀបធៀប៖ រួមមានគ្រឿងសង្ហារឹម ប្រាំ លូក ក្រណាត់ប្លុករាសត, រ៉ាបេន ឆ្នូស្ទិច ក្របាស និងគ្រឿង
សង្ហារឹមដែលធ្វើពីវត្ថុធាតុដើមធម្មជាតិក្នុងកុងតឺន័រ។ ពិនិត្យថាតើគួរតែអនុវត្តវាយដោះចោលសម្ភារៈក្រខ្ទក់នោះ? ត្រូវចាំថា
នៅពេលមានការសង្ស័យ ចោះវាចោលទៅ ។ ប្រសិនបើវត្ថុសម្ភារៈមានសំលឹមក្រោមរយៈពេល៤៨ម៉ោង វាអាចត្រូវបាន
យកមកសំអាតនិងចាក់ផ្ទាំងសំលាប់ *មេរោគហោយទឹកសំអាតដេណូលឬប្រេងដែលធំវាញពីស្លឹកស្រស់។* បន្ទាប់មកវាគួរតែ
ត្រូវបានកុកអោយបានស្អាតនិងសាបសម្រាល ពីទៅចុងថៃ ការពារខ្លួនក្រែងមានខ្លួនឡើង - ប្រសិនបើ មានឡើងចុះទៀត
ត្រូវដោះសម្ភារៈនោះចោល។

កុកកន្លែងដែលសើមឬក្រខ្ទក់អោយស្ងួតល្អ ជាមួយដំបូងទៅ២៤ម៉ោង) មុនពេលចាប់ផ្តើមលាបសាបសម្រាលឬធ្វើអោយដូច
ដើមវិញ ចំពោះសម្ភារៈទាំងឡាយនោះ។
មូសមើលវត្ថុស្លឹកពីការពារពាក់អោយមានឡើងចុះដើម្បីជាការបង្ហាញពីការស្ថាបតា ឬការផ្លាស់ប្តូរឡើងវិញ។

ការប្រុងប្រយ័ត្នទូទៅមួយចំនួន៖

- ប្រយ័ត្នក្នុងការសំអាតនិងប្រើផ្ទាំងសំលាប់ឡើង ព្រោះវាអាចអោយជាតិស្បែកនៅពេលដែលយើងអនុវត្តទៅលើវា។
- កុំលាយទឹកផ្ទាំងធ្វើឱ្យសម្រាលជាមួយអាម៉ូញាក់៖ ក្លិនក្រអូបដែលវាយចេញពីវាជាតិពុល
- នៅពេលចោះចោលសម្ភារៈដែលក្រខ្ទក់ដោយឡើង ត្រូវប្រយ័ត្នប្រយ័ត្នយើងអោយមែនមែន
បើមិនដូច្នោះទេត្រូវជួលអ្នក ជំនាញការដើម្បីជំនួយ។

បញ្ហា សុខភាព មិនឆ្លើយតបនឹងតម្រូវការ

យើងទាំងអស់គ្នាសុទ្ធតែបានរឹងមាំមាឃាតប្រភេទផ្សេងៗទៀតនោះទាំងក្នុងនិងខាងក្រៅទេពម្នា។ ហើយស្ថានភាពនៃការ ប៉ះពាល់នោះគឺមានច្រើននៅក្នុងកន្លែងមានសំនើបូសើម ជាពិសេស នៅក្នុងកន្លែងណាដែលគ្មានទឹកស្អាតស្អាតទឹកក្តៅ បើបើធ្វើ ឱ្យស្លាប់ឡើង។ រាល់ឋាននៃពួកផ្សិតដែលបានប៉ះ ផ្សិតមួយចំនួនត្រូវបានគេរឹងមាំមាឃាត សារជាតិធ្វើឱ្យទាស់ មួចជា ការធ្វើ ឱ្យមានភាពចង្រៃ ឬបណ្តាលឱ្យមានបញ្ហាខាងស្បែក ភ្នែក និង ប្រព័ន្ធផ្លូវ បង្ហើម) ហើយមានផ្សិតបីប្រភេទមានសារជាតិ ពុលដ៏ចម្បងនៃមនុស្សដែលអាចបង្កឱ្យមានបញ្ហាចង្រៃបាន។ ប៉ុន្តែ ផ្សិតទាំងអស់ នៅក្នុងលក្ខខណ្ឌផ្លូវ ឬក្នុងកំរិតគ្រប់គ្រាន់ខ្ពស់ ណាមួយនោះ គឺអាចមានលទ្ធភាពធ្វើឱ្យមាន ឱ្យពុលមិនមែនសំនើបូសើមនៃភាពចង្រៃណាមួយនោះទេហើយសុខភាពកើតឡើង នៅពេល យើងបិទប្រព័ន្ធបូសើម បរិមាណច្រើននៃជាតិស្កររបស់ផ្សិតនៅក្នុងខ្យល់អាសា។ ហើយចំពោះមនុស្សខ្លះ បើទោះ បីជាគ្រាន់បានប៉ះ បាល់តិចតួចនៃជាតិស្កររបស់ផ្សិតនោះក៏ហើយក៏អាចបង្កឱ្យមានបញ្ហាសុខភាពបានដែរ។ ចំពោះពាក្យ, ក្រៀម អ្នកបំរើដែលស្លៀកស្រោស, ស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ, បុគ្គលដែលមានបញ្ហាផ្លូវបង្ហើម, និងមនុស្សចាស់ គឺសុទ្ធតែជាមនុស្ស ដែលមនុស្ស ឥតពុលប៉ះផ្លូវពុលខ្ពស់បំផុតទាំងនោះ។

តាមសេចក្តីរាយការណ៍បានឱ្យដឹងថា ប្រភេទរោគសញ្ញាដែលបណ្តាលមកពីផ្សិតរួមមាន:
បញ្ហាផ្លូវបង្ហើម-មួចជា ការបកបង្ហើមចង្រៃ កើតហេតុបីត ជាដើម។
រោគបង្កឱ្យមានសំនើបូសើម និងរោគស្លាក់ឈាមហើយសារសៃឈាមយឺត ឬសត, រោគក្អកក្អើត
រោគក្តៅក្រហាយភ្នែក-គឺមានរោគសញ្ញាមួចជា ក្តៅក្រហាយ, ហ៊ាទឹកភ្នែក, និងមានភាពក្រហាយចង្រៃ។
រោគក្តៅក្រហាយច្រមុះ ឬបំបែក-ឥតព្យាបាល, ច្រមុះឥតព្យាបាលឈាម។
រោគក្តៅក្រហាយលើស្បែក-រោគសញ្ញាមួចជាមានស្នាមកន្ទុល កើតបញ្ហាស្រអាក់លើស្បែក។
ប្រព័ន្ធស្រព្វសាទ-រោគសញ្ញាមួចជា ឈឺក្បាល ធាត់បំបែករាងចំ មានការផ្លាស់ប្តូរអារម្មណ៍ ឈឺ និងមួចចាប់លើខ្នងក្រណា

បញ្ហាសុខភាពចង្រៃជាច្រើនទៀតគឺជាប់ទាក់ទងនឹងផ្សិតពិណទ្រៅដែលមានជាតិពុល រួមមានប្រេងប្រេងស្រស់ រាតា ពួកផ្សិតពណ៌ខ្មៅ-ក្រហម និងមានជាតិអិលធីត។ ស្រ្តីស្បែកនិងប្តីក៏ស្រ្តីផ្តល់ឬផ្តាំលាមពណ៌ខ្មៅ។ រួមមានប្រេងប្រេងស្រស់ រីក លូតលាស់តែតាមចែបច្រូងហើយច្រូងទៀតនៅលើសំភារៈសើមដែលមានផ្ទុកជាតិស្រព្វសាទ - គាំងបំព្រាមរម្ងូតបល់ពិភាន និងដំបូលផ្ទះ និងនៅលើប្រភេទឈើផ្ទះខ្លះ។ ក្នុងករណីស្នើតែទាំងអស់ ផ្សិតទាំងនោះអាច តូចបានក៏បានចេញហើយការ សំអាតឱ្យបានស្អាតជាមួយ១០% នៃទឹកផ្លូវធ្វើឱ្យស្រស់។ ការប៉ះច្រើនពេលពេញនៃពួកផ្សិតទាំង នោះ លោកអ្នកអាចស្នើសុំ បំបែកផ្នែកបំបែកការដែលមានបទបិសោធន៍ខាងលើនោះស្រាយបញ្ហា រួមមានប្រេងប្រេងស្រស់។ ប្រសិនបើការលេចឡើងនៃពួកផ្សិត មិនបៀតបៀនបាននោះទេ មនុស្សដែលយាយបងប្អូនត្រូវដាក់ចាំសំនើតឱ្យតិចតួច ឬចាក់បំបែកសំរាប់សំរាប់បកបង្ហើម។

ករណីទោស កុំអោយបុះ ឆ្លៀត

គ្មានចេញធានាអន្តរាគមន៍ណាដែលអាចកំចាត់ឱ្យឆ្លៀតនិងស្បៀងឆ្លៀតរបស់វាអោយអស់ ក្នុងបរិស្ថានប្រព្រឹត្តទោសចេញច្រានរបស់លោកអ្នក បានទេ។ ប៉ុន្តែចេញធានាធានាជាច្រើនដើម្បីធ្វើជាបំប្លែងគ្រួសារនិងគ្រួសារ មើលកន្លែងស្នាក់នៅកន្លែងចាត់ទុកនៅក្នុង ទោសចេញច្រានរបស់លោកអ្នក។ ខាងក្រោមនេះជាចេញ ធានាករណីទោសចេញច្រានចំនួន៖

កុំអោយចាត់ទុក៖

- មិនបំបាត់ធុនចូលយោងដែលកំពុងលិចទឹកនិងកន្លែងសំណើមដែលមាននៅប្រព្រឹត្តទោសទឹកនិងកន្លែងទឹកបាក់ដើម្បីកុំអោយ ជិះបំបាត់ធុនចូលយោង ឬប្រព្រឹត្តទោសឱ្យមានឆ្លៀតបុះ។
- ស្ថាប័នធ្វើអោយប្អូនដើម្បីប្រើប្រាស់សេវាសេវាសំណង់ប្អូន ក្រៅពី ឥដ្ឋ ឬឥដ្ឋ បេតុងចាក់គ្រឹះ គបត្បករណីធ្វើពី ដែកដែកប្រើប្រាស់ក្នុង កំណត់ក្នុង និងក្រៅទោសចេញច្រាន បន្តិចបន្តួចក្នុងកន្លែងទឹក ការវាតាទឹកជាដើម។
- ការវាតាទឹកអោយចាត់ទុកចេញពីខាងក្រៅចេញច្រានរបស់លោកអ្នក។ ទឹកភ្លៀងដែលចេញពីទី ឬបំបាត់ចេញ បំប្លែងតែបង្អួចទេ អោយដូចជាទោសចេញច្រានរបស់លោកអ្នក។ មិនប្រើប្រាស់ធានាសេវាសេវា ដើម្បី រក្សាគ្រឹះ ខាងក្រៅនិងកន្លែងបង្អួចធុនចូលយោងអោយនៅតែស្ងួត។
- ចាក់ប៊ែតកន្លែងបង្អួចធុនចូលយោងដោយមានលាយជាតិព្រូស្ត្រិកដើម្បីការពារកុំអោយមានសំណើមលេចចេញពីដី។ ចំពោះ អោយមានខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់តាមដែលអាចធ្វើបាន។

រក្សាភាពស្ងួតជាតិច្នោះ៖

- ពេកសំអាតក្រណាត់ប្រសិនបើវាឆ្លៀតចេញច្រានអោយបានស្ងួត។ ស្ថាប័នប្រឡាក់អាចជំនួសអោយមានឆ្លៀតបុះបាន។ រក្សាទុកចាក់ ក្រណាត់ប្រសិនបើដែលស្ងួតនៅកន្លែងដែលមានខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់។
- គួរសំអាតបំបាត់ខ្យល់ប្លែក ប្រសិនបើលោកអ្នកសង្ស័យថាមានសំណើមនៅខាងក្នុងផ្ទះរបស់វា ឬក៏វាបានទទួលសំនើម រួចទៅ។

រក្សាភាពស្ងួតជាតិច្នោះ៖

- បន្ថយសំណើមក្នុងខ្យល់ដោយប្រើម៉ាស៊ីនបន្ថយសំណើម កង្វាល់ និងបង្ហូរចំហរឬម៉ាស៊ីនគ្រប់គ្រង ជាពិសេសនៅក្នុង បរិយាកាសក្តៅ។ គួរកុំប្រើកង្វាល់ប្រសិនបើមានឆ្លៀតកើតឡើងទេ។
- រក្សាភាពស្ងួតនៅក្នុងទោសចេញច្រានរបស់លោកអ្នកក្រោមអំពី ៤០% ។
- នៅក្នុងកន្លែងដែលទំនងមានស្ងួត គួរប្រើស៊ីម៉ង់កំណត់ស្រួចឆ្លៀតឆ្លើយជាតិស្ងួត។
- បន្ថយកំលាំងកំលាំងនៅលើផ្ទៃទំនៀមណាដែលគ្រប់គ្រងដោយប្រើប្រាស់វា។

រចាប់ចោល៖

- គណនាថ្លៃនិងប្រើប្រាស់នៅកន្លែងដែលអាចបង្កអោយមានឆ្លៀត ឬប្រើប្រាស់ បន្ទប់ទឹក ម៉ាស៊ីនពេកសំណើមបំបាត់ បន្ទប់ចេកកាតាណា។ ប្រើប្រាស់ចេកកាតាណាប្រើសូលុយស្យុងឆ្លៀត ១០០៥ - ១១,៤-១១,២ តែលើផ្ទៃពេញលាយជាមួយ និងកំចាត់ចូលកាតាណា ៤,៥លីត្រ ឬប្រើប្រាស់ចេកកាតាណាប្រើប្រាស់លើទោសចេញច្រាន។

ព័ត៌មាន ផ្សេងៗស្តីអំពី ផ្សិត

សេចក្តីប្រកាសចេញផ្សាយដ៏ប្រសើរមួយពីការធានាក្រុមប្រឹក្សាសុខភាពសាធារណៈ និង ផ្នែកពាក់ព័ន្ធនៃស្ថាប័នសុខាភិបាល ដែលបានលិខិតអនុញ្ញាត ប្រកាសនៃព័ត៌មានដែល មានភាពសំខាន់សម្រាប់ការយល់ដឹងអំពីការធានាសុខភាពសាធារណៈ ផ្សិត :

FEMA Publications
PO BOX 70274
Washington, DC 20024

សេចក្តីណែនាំ របស់អង្គការសុខភាពសាធារណៈ និង ផ្នែកពាក់ព័ន្ធនៃស្ថាប័នសុខាភិបាលស្តីអំពីការវាយតម្លៃនិងការបង្ការការចុះតែចេញនៃផ្សិតនៅក្នុងប្រព័ន្ធស្នាក់នៅ:

U.S. Environmental Protection Agency
<http://www.epa.gov/iaq/molds/moldresources.html>

U.S. Department of Health and Human Services / Centers for Disease Control and Prevention
<http://www.bt.cdc.gov/disasters/mold/protect.asp>

Alabama Department of Public Health
<http://www.adph.org/IAQ/>

Louisiana Department of Health and Hospitals - Louisiana Public Health Institute
<http://www.stayhealthyla.org/mold.php>

Mississippi Department of Health
<http://www.msdc.state.ms.us/msdcsite>

Texas Department of State Health Services
<http://www.dshs.state.tx.us/>