

# ຄຳແນະນຳໃນການລົມກັບເດັກນ້ອຍ ແລະ ວັຍໜຸ່ມ ກ່ຽວກັບພິດຈາກເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ

## ຄູ່ມືແນະນຳສຳລັບພໍ່ແມ່ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ຄວາມຮູ້



ຄວາມເສົ້າໂສກ, ຄວາມສູນເສັຽ ແລະ ການປ່ຽນແປງທີ່ເປັນຜົນມາຈາກ ເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ ສາມາດສົ່ງຜົນ ກະທົບໃຫ້ເດັກນ້ອຍຮູ້ສຶກຕຶກໃຈຢ້ານ, ສັບສົນ, ແລະ ບໍ່ໝັ້ນຄົງປອດພິດ. ບໍ່ວ່າ ເດັກນ້ອຍໄດ້ມີປະສົບການສ່ວນຕົວກັບ ຜົນກະທົບຈາກເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ ຜ່ານຄອບຄົວ ຫຼື ຊຸມຊົນຂອງເຂົາເຈົ້າ, ການໄດ້ເບິ່ງຜ່ານທາງໂທລະທັດ, ຫຼື ໄດ້ຍິນຜູ້ໃຫຍ່ລົມກັນ, ທັງພໍ່ແມ່ແລະຜູ້ໃຫ້ ການສຶກສາຕ້ອງໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນແລະພ້ອມທີ່ ຈະຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອເກີດປະຕິກິລິຍາໂຕ້ຕອບ ທາງອາລົມ ແລະ ຮ່າງກາຍ.

ເດັກນ້ອຍແລະໂອໝູ່ອາດມີປະຕິກິລິຍາຕອບໂຕ້ ຕໍ່ພິດຈາກເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼໃນຫຼາຍ ຮູບແບບ. ບາງຄົນອາດມີປະຕິກິລິຍາຢ່າງໄວ; ຄົນອື່ນໆ ອາດຮັບໂຕ້ເປັນອາທິດ ຫຼື ເດືອນ ແລະ ຈາກນັ້ນກໍເລີ່ມສະແດງອາການປະພຶດທີ່ມີບັນຫາ. ການຮູ້ຈັກສັນຍານອາການທີ່ໄປໃນວັຍຕ່າງໆ ສາມາດຊ່ວຍພໍ່ແມ່, ຜູ້ເບິ່ງແຍງ ແລະ ນາຍຄູ່ໃຫ້ ຮູ້ຈັກບັນຫາແລະຮັບມືຕໍ່ບັນຫາໂຕຢ່າງເໝາະສົມ.

### ອາຍຸກ່ອນເຂົ້າຮຽນ

ເດັກທີ່ອາຍຸ 1-5 ປີຈະພົບວ່າມັນຍາກຫຼາຍທີ່ຈະປັບ ໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບການປ່ຽນແປງ ແລະ ການສູນເສັຽ. ໂອໝູ່ເຫຼົ່ານີ້ຍັງບໍ່ໄດ້ພັດທະນາທັກສະຄວາມ ຊຳນານໃນການຮັບມືກັບເຫດການດ້ວຍຕົນ ເອງເທື່ອ, ສະນັ້ນເຂົາເຈົ້າແມ່ນຂຶ້ນຢູ່ກັບພໍ່ແມ່, ສະມາຊິກໃນຄອບຄົວ, ນາຍຄູ ເພື່ອຊ່ວຍເຂົາເຈົ້າ ໃຫ້ຜ່ານຊ່ວງເວລາແຫ່ງຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃຫ້ໄດ້.

ເດັກໂຕນ້ອຍໆ ອາດກັບຄືນໄປສູ່ການປະພຶດຄືແຕ່ກ່ອນ ເພື່ອຮັບມືກັບຄວາມຄຽດ ແລະ ການສູນເສັຽທີ່ກ່ຽວ ມືນກັບພິດຈາກນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ. ເດັກນອຍວັຍ ກ່ອນເຂົ້າຮຽນອາດກັບມາມີພິດໃກ້ການດູໂຕ້ມີ ແລະ ຍຽວໃສບອນນອນ, ຫຼື ເຂົາເຈົ້າອາດຮູ້ສຶກຢ້ານຄົນ ແປກໜ້າ, ສັດລຽງ, ຄວາມມືດ, ຫຼື “ສັດປະຫຼາດ” ຂຶ້ນມາທັນທີທັນໃດ. ເຂົາເຈົ້າອາດເກາະຕິດພໍ່ແມ່ ຫຼື ນາຍຄູ, ຫຼື ກາຍເປັນຄົນຍິດຕິດກັບສະຖານທີ່ທີ່ ເຂົາເຈົ້າຮູ້ສຶກປອດພິດ.

ການປ່ຽນແປງຕ່າງໆ ກ່ຽວກັບນິສັຍການກິນ ແລະ ການນອນ ແມ່ນຖືວ່າທຳມະດາ, ເຊັ່ນດຽວກັບ ການເຈັບປວດຊຶ່ງເກີດຂຶ້ນໂດຍບໍ່ສາມາດອະທິບາຍ ໄດ້. ອາການອື່ນໆ ທີ່ຕ້ອງສັງເກດແມ່ນ ການບໍ່ເຊື່ອຜັງ, ເຮັດກິດຈະກຳຫຼາຍໂຜດ, ຍາກລຳບາກໃນການປາກເວົ້າ, ແລະ ຮາຍ ຫຼື ມີພິດຕິກຳຖອນໂຕອອກຈາກສັງຄົມ.

### ວັຍເດັກເລີ່ມຕົ້ນ

ເດັກອາຍຸ 5-11 ປີອາດມີປະຕິກິລິຍາ ແບບດຽວກັນກັບເດັກທີ່ອາຍຸອ່ອນກວ່າ. ນອກຈາກນີ້ ເຂົາເຈົ້າອາດຖອນໂຕອອກ ຈາກສະໜາມເດັກຫລິ້ນ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ, ພະຍາຍາມດຶງຄວາມສົນໃຈຈາກພໍ່ແມ່, ຢ້ານທີ່ຈະໄປໂຮງຮຽນ, ການຮຽນຕົກຕໍ່າ, ກາຍເປັນຄົນຮ້າຍ, ຫຼື ບໍ່ມີສະມາທິ. ເດັກເຫຼົ່ານີ້ ອາດກັບຄືນໄປປະພຶດແບບເປັນເດັກຫຼາຍຂຶ້ນ, ເຊັ່ນ ຂີ້ໃຫ້ປ້ອນອາຫານໃຫ້ ຫຼື ແຕ່ງຕົວໃຫ້.

### ວັຍໜຸ່ມ

ເດັກນ້ອຍແລະວັຍໜຸ່ມທີ່ອາຍຸ 12-18 ປີ ນັກມີອາການທາງຮາຍແບບກວ່າໆ ເມື່ອຕົກຢູ່ພາຍໃຕ້ຄວາມຄຽດ, ແລະ ເຂົາເຈົ້າ ອາດບໍ່ສົນໃຈວຽກເລັກໆນ້ອຍໆ, ວຽກໂຮງຮຽນ, ຫຼື ຄວາມຮັບຜິດຊອບຕ່າງໆ ທີ່ເຂົາເຈົ້າເຄີຍເຮັດມາກ່ອນ. ເຖິງແມ່ນວ່າ ບາງຄົນ ອາດດຶງຄວາມສົນໃຈຈາກພໍ່ແມ່ແລະນາຍຄູໂຕຢ່າງ ດີ, ແຕ່ເຂົາເຈົ້າກໍອາດຖອນໂຕອອກຈາກສັງຄົມ, ຕີ, ສ້າງຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ ຫຼື ຮ້າຍ ເມື່ອຢູ່ເຮືອນ ຫຼື ຢູ່ໃນຫ້ອງຮຽນ, ຫຼື ເລີ່ມຫິດລອງປະພຶດໄປໃນທາງ ທີ່ສ່ຽງສູງ, ເຊັ່ນ ຕິນເຫຼົ້າ ຫຼື ໃຊ້ຢາເສບຕິດ.

ຄົນໜຸ່ມເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນຢູ່ໃນວັຍທີ່ມີການພັດທະນາ ຊຶ່ງ ນັກເຫັນວ່າຄວາມຄິດເຫັນຂອງຜູ້ອື່ນມີຄວາມສຳຄັນ ຫຼາຍ. ເຂົາເຈົ້າຢາກໃຫ້ໝູ່ເພື່ອນຂອງເຂົາເຈົ້າຄິດວ່າ ເຂົາເຈົ້າແມ່ນຄົນ “ທຳມະດາປົກກະຕິ” ແລະ ບໍ່ ຄ່ອຍສົນໃຈກັບຜູ້ໃຫຍ່ຕິປານໃດ ຫຼື ມີສ່ວນຮ່ວມກັບ ກິດຈະກຳຂອງຄອບຄົວທີ່ຄັ້ງໜຶ່ງພວກເຂົາ ຮູ້ສຶກມ່ວນ.



ໃນວັຍຜູ້ໃຫຍ່ຫຼາຍຂຶ້ນ, ວັຍລຸ້ນອາດຮູ້ສຶກໝົດຫວັງ ແລະຮູ້ສຶກສິດ ຍ້ອນວ່າ ເຂົາເຈົ້າບໍ່ສາມາດຮັບຜິດຊອບໄດ້ແກ້ນສ່ວນຄືຜູ້ໃຫຍ່ ໃນເວລາທີ່ຄອບຄົວແລະຊຸມຊົນຂອງເຂົາເຈົ້າຮັບມືກັບເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ. ວັຍລຸ້ນທີ່ມີອາຍຸຫຼາຍຂຶ້ນອາດຜູດຜ່ອນອາລົມຂອງ ເຂົາເຈົ້າ.

### ວິທີການຊ່ວຍເຫຼືອ

ການເຮັດໃຫ້ໝັ້ນໃຈຂຶ້ນແມ່ນສິ່ງສຳຄັນທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເດັກແລະວັຍໜຸ່ມຜ່ານຜົນຊ່ວງເວລາຫຍຸ້ງຍາກນີ້. ເດັກນ້ອຍໆ ຫຼາຍແມ່ນຕ້ອງການການກອດຮັດ ແລະການເວົ້າໃຫ້ຮູ້ສຶກອຸ່ນໃຈ. ຂໍໃຫ້ຕອບຄຳຖາມກ່ຽວກັບເຫດການຕ່າງໆ ຢ່າງຈິງໃຈ, ແຕ່ບໍ່ຕ້ອງບອກລາຍລະອຽດຫຼາຍກິໄດ້ ທີ່ ປ່ອຍໃຫ້ເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼມາບົດບັງເວລາຂອງຄອບຄົວແລະຫ້ອງຮຽນຢ່າງບໍ່ມີ ທີ່ສິ້ນສຸດ. ຊຸກຍູ້ໃຫ້ເດັກນ້ອຍໆກັບວັຍສະແດງອາລົມອອກມາໂດຍຜ່ານການສົນທະນາ, ການຂຽນ, ຫຼື ງານສິລະປະ ແລະຊອກຫາ ວິທີຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ອື່ນທີ່ຖືກຜົນກະທົບ.

ຜະຍາຍາມຮັກສາກິດຈະວັດປະຈຳວັນຂອງຄົວເຮືອນ ຫຼື ຫ້ອງຮຽນໄວ້ ແລະຊຸກຍູ້ໃຫ້ເດັກເຂົ້າຮ່ວມໃນກິດຈະກຳທີ່ສ້າງສັນ. ຫຼຸດ ຜ່ອນຄວາມຄາດຫວັງຂອງທ່ານລົງຊົ່ວຄາວ ກ່ຽວກັບການປະພຶດໃນໂຮງຮຽນ ຫຼື ຢູ່ເຮືອນ, ບາງເທື່ອ ດ້ວຍການຫຼຸດຜ່ອນການ ຮຽກຮ້ອງຄວາມຮັບຜິດຊອບໃຫ້ໜ້ອຍລົງສຳລັບວຽກທີ່ນອບໝາຍປົກກະຕິ ຫຼື ວຽກເລັກໆນ້ອຍໆ.

ຮັບຮູ້ວ່າ ທ່ານກໍອາດມີປະຕິກິລິຍາສຳພັນກັບເຫດຜົນພິບັດດ້ານນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼດ້ວຍ ແລະດຳເນີນການເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອໃນການບຳບັດ ຮ່າງກາຍແລະຈິດໃຈຂອງຕົນເອງ. ພິດຕິກຳທີ່ມີຮູບແບບຫຼຸດຄວາມຄຽດ, ລົດການຕົ້ນເຫຼົ້າ, ແລະກະຕິລິລິ້ນໃນການຈັດການ ຄວາມຄຽດຂອງຄອບຄົວແລະຫ້ອງຮຽນ.

### ຄຳແນະນຳໃນການເວົ້າລົມກັບເດັກ ແລະວັຍໜຸ່ມກ່ຽວກັບນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ

- ໃຫ້ເດັກນ້ອຍແລະວັຍໜຸ່ມໄດ້ມີໂອກາດເວົ້າລົມກ່ຽວກັບສິ່ງທີ່ເຂົາເຈົ້າເຫັນໃນໂທລະທັດແລະໃຫ້ຖາມຄຳຖາມຕ່າງໆ
- ຢ່າຢ້ານທີ່ຈະຍອມຮັບວ່າ ທ່ານບໍ່ສາມາດຕອບຄຳຖາມຂອງເຂົາເຈົ້າໄດ້ທັງໝົດ
- ຕອບຄຳຖາມຕ່າງໆ ໃນລະດັບທີ່ເຂົາເຈົ້າສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້
- ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໄດ້ມີໂອກາດເວົ້າຢູ່ເລື້ອຍໆ
- ປຶກສາຫາລືເບິ່ງວ່າເຂົາເຈົ້າສາມາດຊ່ວຍເຮັດຫຍັງໄດ້ແທ້; ເກືອບທຸກຄົນມັກຮູ້ສຶກດີທີ່ໄດ້ເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ
- ຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການລົມກັນກ່ຽວກັບຄວາມຢ້າວກົວແລະຄວາມເປັນຫ່ວງອື່ນໆ ໃນປະເດັນບັນຫາທີ່ບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງກັນ. ນີ້ແມ່ນໂອກາດ ດີທີ່ຈະສຳຫຼວດເບິ່ງປະເດັນເຫຼົ່ານີ້ດ້ວຍ.
- ກວດຕິດຕາມເບິ່ງການເບິ່ງໂທລະທັດ. ພໍແມ່ບາງຄົນ ຫຼື ຜູ້ເບິ່ງແຍງອາດຕ້ອງການທີ່ຈະຈຳກັດການເບິ່ງ ຫຼື ອ່ານສື່ຕ່າງໆ ທີ່ ກ່ຽວກັບຜົນກະທົບຈາກເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ. ເພື່ອຂະຫຍາຍຄວາມເປັນໄປໄດ້, ຜູ້ໃຫຍ່ຄວນຢູ່ນຳໃນເວລາລູກຂອງເຂົາເຈົ້າ ກຳລັງເບິ່ງຂ່າວກ່ຽວກັບເຫດການນ້ຳມັນຮົ່ວໄຫຼ. ຍ້ອນວ່າໃນເວລາເຊັ່ນນີ້ ເດັກນ້ອຍອາດມີຄຳຖາມເກີດຂຶ້ນ.
- ຊ່ວຍເດັກນ້ອຍໃຫ້ເຂົ້າໃຈວ່າ ບໍ່ມີອາລົມທີ່ບໍ່ດີ ແລະ ການມີປະຕິກິລິຍາໂຕຕອບໃນລະດັບຕ່າງໆນັ້ນ ແມ່ນຖືວ່າປົກກະຕິ. ຊຸກຍູ້ ໃຫ້ເດັກໄດ້ສະແດງຄວາມຮູ້ສຶກຂອງເຂົາເຈົ້າຕໍ່ຜູ້ໃຫຍ່ (ລວມເຖິງ ນາຍຄູ ແລະພໍ່ແມ່) ຜູ້ທີ່ສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຂົ້າໃຈ ຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ອາລົມຂອງຕົນເອງ.
- ຊ່ວຍໃຫ້ເດັກນ້ອຍຮູ້ຈັກສິ່ງທີ່ເປັນຜົນບວກຂອງເກີດຂຶ້ນຈາກເຫດການພິບັດ, ເຊັ່ນ ການກະທຳທີ່ກ້າຫານ, ຄອບຄົວມາລວມໂຕກັນ ແລະ ແບ່ງປັນການຊ່ວຍເຫຼືອກັນ, ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ຄົນທີ່ວຽນຊົນ



## ສາຍດ່ວນ

ສາຍໂທລະສັບຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພັຍພິບັດຈາກເຫດການນໍ້າມັນຮົ່ວໄຫຼ  
ໂທລະສັບ: 1-800-985-5990

ສາຍໂທລະສັບດ່ວນບັນຫາການໃຊ້ຄວາມຮຸນແຮງພາຍໃນຄອບຄົວແຫ່ງຊາດ  
ໂທລະສັບ: 1-800-799-SAFE (7233)  
ສາຍ TTY: 1-800-787-3224

ສາຍໂທລະສັບ

ສາຍຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອປ້ອງກັນການຂ້າຕົວຕາຍແຫ່ງຊາດ:  
ໂທລະສັບ: 1-800-273-TALK (8255)  
ສາຍ TTY: 1-800-799-4TTY (4889)  
ເວັບໄຊ: <http://www.suicidepreventionlifeline.org>

## ການຊອກຫາການປິ່ນປົວ

ສາຍຊ່ວຍເຫຼືອໃນການສົ່ງຕໍ່ເພື່ອຮັບການປິ່ນປົວ SAMHSA:  
ໂທລະສັບ: 1-800-662-HELP (4357)  
ສາຍ TTY: 1-800-487-4TTY (4889)  
ເວັບໄຊ: <http://www.samhsa.gov/treatment/>

## ລະບົບເຄືອຂ່າຍໃຫ້ບໍລິການຂໍ້ມູນ

ເຄືອຂ່າຍຂໍ້ມູນສຸຂະພາບ SAMHSA:  
ໂທລະສັບ: 1-877-726-4727  
ສາຍ TTY: 1-800-487-4TTY (4889)  
ເວັບໄຊ: <http://www.samhsa.gov/shin>

## ແຫຼ່ງຊ່ວຍເຫຼືອທີ່ເປັນປະໂຫຍດ

ສູນຊ່ວຍເຫຼືອທາງເທັກນິກສໍາລັບພັຍພິບັດ SAMHSA (DTAC):  
ໂທລະສັບ: 1-800-308-3515  
ອີເມລ: [DTAC@samhsa.hhs.gov](mailto:DTAC@samhsa.hhs.gov)  
ເວັບໄຊ: <http://www.samhsa.gov/dtac>  
ສໍາລັບຂໍ້ມູນການສົ່ງຕໍ່ລະຫວ່າງຮັຖສະເພາະ, ກະຮຸນາຕິດຕໍ່  
SAMHSA DTAC.

ເວັບໄຊເຄືອຂ່າຍຊ່ວຍເຫຼືອສໍາລັບເດັກທີ່ມີຄວາມຕຶງຄຽດຈາກຄວາມ  
ບອບຊ້າທາງຈິດໃຈແຫ່ງຊາດ  
ເວັບໄຊ: <http://www.nctsn.org>

## Workplace Helpline

ໂທລະສັບ: 1-800-967-5752  
ເວັບໄຊ: <http://www.workplace.samhsa.gov/>

ໝາຍເຫດ: ຂໍ້ມູນທີ່ລວມຢູ່ໃນເອກະສານສະບັບນີ້ບໍ່ໄດ້ສະແດງວ່າໄດ້  
ຮັບການຮັບຮອງໂດຍສູນບໍລິການສຸຂະພາບຈິດ, ພະແນກບໍລິຫານ  
ການບໍລິການສຸຂະພາບຈິດແລະການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານການຕິດສານເສບ  
ຕິດ, ຫຼື ກະຊວງສາທາລະນະສຸກແຫ່ງສະຫະຣັຖ.

SMA10-4600Lao  
Revised (ແກ້ໄຂ) 10/4/2010- Lao

## ໃນກໍລະນີການເວົ້າລົມບໍ່ພຽງພໍ

ສໍາລັບເດັກນ້ອຍບາງຄົນ, ການເຂົ້າແຊກແຊງຊ່ວຍເຫຼືອເພີ່ມເຕີມອາດຈໍາເປັນ,  
ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ຖ້າຫາກ ເຂົາເຈົ້າໄດ້ຮັບຜົນກະທົບໂດຍກົງຈາກຜົນຂອງ  
ພັຍພິບັດນໍ້າມັນຮົ່ວໄຫຼ.

- ຄອບຄົວ, ໃນຖານະເປັນໜ່ວຍໜຶ່ງ, ອາດພິຈາລະນາເຖິງການໃຫ້ຄໍາປຶກສາ  
ຖ້າຫາກ ຍັງຄົງມີບັນຫາດ້ານອາລົມ ຫຼື ຮ່າງກາຍຢູ່
- ບັນດາຄອບຄົວຕ່າງໆອາດເລືອກທີ່ຈະອະນຸຍາດໃຫ້ມີຜິດຕິກໍາ “ຊົ່ວຄາວ” ເຊັ່ນ  
ການເກາະຕິດ. ການຈັດການຫຼາຍຢ່າງອາດຊ່ວຍໃຫ້ເດັກສາມາດແຍກຕົວໄດ້  
ເພື່ອລະນ້ອຍຫຼັງຈາກການຈໍາກັດເວລາຕາມຕົກລົງກັນ ໄວ້: ເຊັ່ນ ການໃຫ້  
ເດັກນ້ອຍໄດ້ໃຊ້ເວລາຢູ່ກັບພໍ່ແມ່ເພິ່ນເປັນຜິເສດທັນທີກ່ອນເຂົ້າອນ, ການເປີດ  
ປະຕູຫ້ອງນອນຂອງເດັກນ້ອຍອ່າວໜ່ວຍນຶ່ງ, ແລະເປີດໄຟກາງຄືນໄວ້.
- ພໍ່ແມ່ຫຼາຍຄົນມີຄວາມຢ້າວກົວຂອງຕົນເອງທີ່ກ່ຽວພັນກັບພັຍພິບັດນໍ້າມັນຮົ່ວໄຫຼ  
ຫຼື ຄວາມກົວອື່ນໆ ທີ່ເຂົາເຈົ້າອາດບໍ່ຮູ້ຕົວເອງ. ພໍ່ແມ່ມັກສາມາດຊອກຫາ  
ການຊ່ວຍເຫຼືອແທນລູກຂອງເຂົາເຈົ້າ, ຄວາມຈິງແລ້ວ, ນໍາໃຊ້ບັນຫາຂອງ  
ລູກເປັນວິທີໃນການຊອກເອົາຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອໂຕເຂົາເຈົ້າເອງ ແລະ  
ສະມາຊິກຄົນອື່ນໃນຄອບຄົວ.
- ນອກຈາກນີ້ ນາຍຄູຍັງສາມາດຊ່ວຍເຫຼືອລູກດ້ວຍສິລະປະ ແລະຫຼິ້ນກິດຈະກໍາ,  
ເຊັ່ນດຽວກັບ ການຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການສົນທະນາເປັນກຸ່ມໃນຫ້ອງຮຽນ ແລະການ  
ນໍາສະເໜີຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຫດການນໍ້າມັນຮົ່ວໄຫຼ

ໝາຍເຫດ: ຂໍ້ມູນບາງຢ່າງທີ່ຢູ່ໃນເອກະສານນີ້ໄດ້ຖືກຮວບຮວມ  
ຈາກເອກະສານທີ່ພັດທະນາໂດຍໂຄງການ Project Heartland—  
ຊຶ່ງເປັນໂຄງການ ຂອງກົມສຸຂະພາບຈິດປະຈໍາໂອກາໂຮມາ  
(Oklahoma Department of Mental Health) ແລະການ  
ບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານການຕິດສານເສບຕິດ ໃນການຕອບ  
ຮັບຕໍ່ບັນຫາການວາງລະເບີດໃນອາຄານ Murrah Federal  
Building ໃນເມືອງໂອກາໂຮມາ. Project Heartland  
ໄດ້ຮັບການພັດທະນາດ້ວຍກອງທຶນຈາກ ອົງການຈັດການ  
ດ້ານເຫດສຸກເສີນແຫ່ງຣັຖບານກາງ (Federal Emergency  
Management Agency) ພ້ອມດ້ວຍການປຶກສາຫາລືກັບສູນ  
ບໍລິການສຸຂະພາບຈິດຂອງຣັຖບານກາງ (Federal Center for  
Mental Health Services)