

علاج واقعه پیش از وقوع

مراقب باشیم بارندگی های پاییزی غافل گیرمان نکند

گوش به زنگ اخبار باشیم

نخستین نکته ای که باید آن را جدی بگیریم توصیه های هواشناسی است که از زمان و شدت بارندگی ها به ما اطلاعات موثقی می دهند. معمولاً هرچه به زمان بارندگی ها نزدیک تر می شویم اطلاعاتی که در این باره صادر می شود دقیق تر و جزئی تر خواهد بود. بنابراین به جای دنبال کردن اخبار از شبکه های اجتماعی یا شنیده های دیگران بهتر است که گوش به زنگ اخبار از رسانه های معتبر مانند صدا و سیما، روزنامه ها و خبرگزاری های رسمی باشیم. همچنین از انتشار اخبار نامطمئن جدا بپرهیزیم و سبب نگرانی و تشویش ذهن دیگران نشویم.

از پیش برنامه داشته باشیم

اگرچه سیل مانند زلزله یا طوفان نیست و در مناطق شهری به علت تدابیر صورت گرفته خسارت های زیادی برجا نمی گذارد. باز هم لازم است که یک کیف امداد شامل قدری خوراکی و آب بسته بندی شده، کمک های اولیه و وسایل ضروری مانند چراغ قوه و پاوربانک در خانه داشته باشیم که همه اعضای خانواده از محل آن اطلاع داشته باشند. همچنین لازم است که پیش از وقوع سیل با همه اعضای خانواده

کمک های اولیه را آموزش ببینیم

شاید برای آموزش کمک های اولیه فرصت زیادی نداشته باشیم. با این همه، یکی از کارهای مهمی که باید در دستور کار خود و اعضای خانواده قرار بدهیم، همین موضوع است. دست کم می توانیم در این فرصت محدود از یک فرد آموزش دیده بخواهیم قدری در این باره به ما اطلاعات بدهد. مانند اینکه اگر کسی غرق شده باشد تا پیش از رسیدن نیروهای امدادی چه کمکی می توان به او کرد. دوره های آموزش مجازی که سازمان هلال احمر برگزار می کند نیز می تواند در این فرصت محدود قدری به ما اطلاعات بدهد که از بی اطلاعی صرف بسیار بهتر است. همچنین لازم است که شماره های ضروری مانند آتش نشانی (۱۲۵)، اورژانس (۱۱۵)، هلال احمر (۱۱۲) را در تلفن همراه خود ذخیره و اطمینان حاصل کنیم که همه اعضای خانواده نیز این شماره ها را می دانند.

سیلاب به هم میزانی خطر آفرین است

در آب سیلاب نباید راه رفت و از آب های در حال حرکت باید دوری کرد. چون پانزده سانتی متر آب در حال حرکت می تواند سبب برهم خوردن تعادل ما شود. اگر مجبوریم برای بیرون آمدن از منطقه در آب حرکت کنیم باید از مسیری برویم که آب حرکت نمی کند. برای اینکه از استحکام زمین جلو بایمان مطمئن شویم بهتر است از یک تکه چوب دستی کمک بگیریم. اگر وسیله نقلیه مان به علت فرورفتن در آب یا گل از حرکت ایستاد، فوری باید آن را ترک کنیم و به جای مرتفعی برویم. همچنین اگر هنگام رانندگی گرفتار آب گرفتگی و آب هایی شدیم که به سرعت در حال بالا آمدن هستند، سریع باید از وسیله نقلیه پیاده شویم و به مناطق مرتفع تر برویم. به یاد داشته باشیم اگر ارتفاع آب به کف وسیله نقلیه برسد می تواند کنترل آن را مختل کند یا حتی سبب توقف حرکت آن شود. در زمان وقوع سیل یا طوفان خطر افتادن درخت ها وجود دارد. بنابراین نباید از آن ها به عنوان محل امنی برای درامان ماندن از سیل استفاده کرد.

خون سردی خود را حفظ کنیم

حفظ خون سردی در هر شرایطی ضروری است. به ویژه پس از وقوع حادثه. اگر سیلابی اتفاق افتاده است یا مجبور به ترک خانه شده ایم، برای اطلاع از حال عزیزانمان فقط در حد اطلاع یابی کوتاه خطوط تلفن را مشغول نگه داریم، در صورت وجود مصدوم و داشتن مهارت کمک های اولیه، اقدامات ضروری را تا رسیدن نیروهای امدادی انجام دهیم و به مناطق سیل زده نرویم، چون حضور ما عملیات امداد و نجات را مختل می کند و فقط پس از اعلام رسمی مبنی بر رفع خطر به خانه برگردیم.

مصالح ساختمانی را سامان بدهیم

اگر ساختمان نیمه سازی داریم، مصالح ساختمانی مانند گچ و سیمان را در این چند روز از پیاده رو و محل رفت و آمد مردم جمع آوری و مهارشان کنیم. ورود این مواد همراه با آب به درون خانه مردم حجم گل ولای وارده را زیاد و درد سرهای جدی تری مانند بسته شدن مسیر آب ها ایجاد می کند. همچنین ساختمان های نیمه ساز ایمنی بسیار پایینی دارند که برای این موضوع هم به کمک مهندسان ساختمان باید فکر جدی بکنیم تا خسارت های وارده به کمترین میزان برسد.

محدوده وقوع احتمالی سیل را بشناسیم

تجربه نشان می دهد در زمان وقوع سیل، همه نقاط یک شهر به یک اندازه در معرض خطر نیست. در برخی نقاط احتمال سیلاب و خسارت بیشتر است، مانند اطراف رودخانه ها و کال ها و کوهپایه ها. اطلاع از این موضوع دو مزیت مهم برایمان دارد. اول اینکه از نزدیک شدن یا اتراق کردن در نزدیکی این محل ها باید خودداری کنیم. دوم اینکه اگر املاک یا دارایی در این محدوده داریم، نسبت به ایمن سازی آن اقدام کنیم. بخشی از این ایمن سازی شخصی و برعهده خودمان است و بخشی مربوط به متولیان شهری مانند شهرداری ها می شود که برای این موضوع هم باید با آن ها هماهنگی لازم را انجام داد.

از دستور تخلیه، ساده نگذریم

احتمال دستور تخلیه در برخی مناطق مانند بیلاقات و کوهپایه ها وجود دارد. در صورتی که از منابع رسمی یا از طریق بلندگوهای عمومی دستور تخلیه صادر شد، فوری همسایگان و اطرافیان خود را با خبر و هرچه سریع تر خانه را ترک کنیم. در صورت امکان و داشتن زمان کافی برای تخلیه خانه، اسباب و اثاثیه مهم را به طبقه بالای خانه منتقل کنیم. وسایل الکتریکی را از برق خارج و جریان آب، برق و گاز ساختمان را قطع کنیم. در صورت داشتن حیوان خانگی آن ها را همراه خود ببریم. همچنین در صورت تمایل برای رفتن به خارج از شهر، با اطلاع از وضعیت جاده ها و پل ها، از مسیرهای اصلی رفت و آمد کنیم و به هیچ وجه وارد بیراهه ها نشویم.

ایمن سازی ساختمان را جدی بگیریم

بهر است پیش از وقوع بارندگی ها نقاط ضعف ساختمانمان را پیدا و تاحدی آن را تقویت کنیم. مانند اینکه اگر زیرزمین داریم، برای جلوگیری از ورود آب به آن فکری بکنیم یا دیوارهای زیرزمین را با عایق های ضد آب ببوشانیم تا جلوی نفوذ آب و آسیب های بعدی به ساختمان گرفته شود. اگر از لوله های ضعیفی برای انتقال آب از پشت بام به فاضلاب استفاده شده است یا هر نقطه ای که آب در آن قسمت جمع می شود، حتماً آن لوله ها را تعویض کنیم و از باز بودن این مسیرها مطمئن شویم. اگر نگران برگشت آب سیل از طریق مجاری فاضلاب به داخل خانه هستیم حتماً در محل زانوپی

به توصیه های ایمنی عمل کنیم

در روزهایی که بارش اعلام می شود حتی اگر خبری از بارندگی در یک نقطه از شهر نباشد، توصیه های ایمنی را جدی بگیریم. برای نمونه این روزها اصلاً مناسب گردش رفتن به خارج از شهر نیست، از اتراق و چادر زدن در مناطق سنبل خیز مانند حاشیه رودخانه ها بپرهیزیم، خودرو خود را زیر درختان کهن سال پارک نکنیم، اگر بارش همراه با رعد و برق و طوفان است، از تردد غیر ضرور در فضای باز یا توقف زیر درختان بپرهیزیم، چون احتمال سقوط درختان و اشیایی مانند تابلوها بسیار زیاد است، از باز بودن مسیرهای آب پشت بام خانه تا خروجی آن از ساختمان مطمئن شویم و اگر دستور تخلیه محله ای صادر شد، فوراً خانه را ترک کنیم. لازم به ترک سریع خانه هم این است که از پیش مدارک و اشیای گران بهای خود را در کیفی قرار دهیم و آماده باشیم.

آنچه پس از حادثه باید بدانیم

جرقه یا استشمام بوی سیم سوخته و امثال آن، فوری جریان برق را از کنترل اصلی قطع و نسبت به رفع عیب اقدام کنیم. تمامی تجهیزات و لوازم الکتریکی را پیش از استفاده کاملاً خشک کنیم. به هیچ وجه با دستان خیس یا وقتی درون آب ایستاده ایم به وسایل برقی دست نزنیم. سیم های سقوط کرده برق را لمس نکنیم و فوری موضوع را به اداره برق یا مراکز امدادی مانند آتش نشانی اطلاع دهیم. به افرادی که به کمک ویژه ای نیاز دارند بیشتر توجه کنیم، مانند زنان، کودکان، افراد مسن، معلول و بیمار. تا زمان اعلام رسمی درباره سالم بودن آب آشامیدنی از آب موجود در بطری های بسته بندی استفاده کنیم. درباره روش تمیز کردن سطوح و لوازم آلوده به آب سیلاب

مطابق دستورالعمل های بهداشتی اعلام شده از سوی منابع رسمی اقدام کنیم. درها و پنجره ها را باز کنیم و اجازه دهیم هوای تازه در خانه جریان بیابد و هوای را که خارج شود. پس از وقوع سیل، احتمال ابتلا به بیماری های واگیردار و مالاریا و تب دنگی وجود دارد. از این رو همه داروها، لوازم بهداشتی و مواد غذایی را که با آب آلوده تماس داشته اند باید دور بریزیم. همه چیز باید با آب و صابون و محلول ضد عفونی کننده تمیز شود. هر چیزی که قابلیت شست و شو و تمیز کردن با محلول ضد عفونی کننده را نداشته باشد باید دور بیندازیم. در صورت داشتن تب ادامه دار، سردرد، یبوست، تهوع و استفراغ، کاهش اشتها و اسهال آبیکی با دفعات بالا سریع به درمانگاه مراجعه کنیم.