

بخش دوم

اقدامات آموزشی در زمان بارش های شدید و سیل

نکات آموزشی در زمان وقوع بارش های شدید و سیل:

- 1- در صورت مشاهده جریان آب مسیر خود را تغییر دهید. هرگز در جریان آب شنا نکنید.
- 2- از قدم زدن و یا رانندگی در جریان آب خودداری کنید.
- 3- جریان سیلاب به ارتفاع 15 سانتی متر به دلیل سرعت بالا می تواند تعادل یک فرد بالغ را بر هم زده و وی را غرق نماید
- 4- تنها وجود جریان آب به ارتفاع 60 سانتی متر می تواند خودروی شما را با خود جابجا کند.
- 5- در زمان وقوع سیلاب، هرگز به تنهایی در این مسیرها تردد نکنید.
- 6- در صورت وجود احتمال سیل برق آسا، فوراً به مناطق مرتفع حرکت کنید. سیل برق آسا اولین علت مرگ های ناشی از مخاطرات آب و هوایی است.
- 7- در صورتی که آب ناشی از سیل، خودروی شما را در بر گرفته ولی این آب در حال حرکت نمی باشد، خودرو را رها کرده و به مناطق مرتفع بروید. در صورتی که به هنگام وقوع سیل در حال رانندگی هستید ، مراقب پیچ های جاده ، شیب ها و سیم های برق باشید. توجه داشته باشید که ترمز اتومبیل در آب کار نمی کند، بنابراین با دنده سنگین حرکت کنید.
- 8- در زمان بارش های شدید از استقرار در مسیر حرکت آب، رودخانه و نهرها پرهیز کنید. این مناطق می تواند به سرعت در اثر سیل تحت تاثیر قرار گیرد و فرصت کافی برای توجه به هشدار در این مناطق وجود ندارد.
- 9- در مناطق سیل خیز، لازم است مردم منطقه با سامانه های هشدار اولیه آگاه باشند. منظور از هشدارهای اولیه مخاطرات این است که خانواده باید از حوادثی که آنها و محله آنها را تهدید می کند، آگاه باشند. این هشدارها می تواند به شکل صوتی (آژیر و ...) یا دیداری یا اخبار صدا و سیما باشند.
- 10- برای اطلاع از احتمال وقوع سیل، تلویزیون و رادیوی خود را روشن نگه دارید تا از آخرین اخبار مربوط به وضعیت آب و هوا مطلع شوید.
- 11- منطقه مرتفع در محل زندگی خود را از قبل شناسایی کنید و در صورت دریافت هشدار، به سرعت به آن منطقه حرکت کنید.
- 12- کیف اضطراری خود را از قبل آماده کنید. این کیف حاوی چراغ قوه و باتری اضافه، مقداری پول، وسایل کمک های اولیه، اسناد و مدارک مهم (مدارک شناسایی و اسناد و ...)، مقداری آب و غذای پرانرژی یا کنسرو شده، داروی افراد بیمار، نیازهای گروه های ویژه مانند کودکان، پتوی گرم، لباس، شل بارانی و لوازم کمک های اولیه می باشد. باید توجه داشت که این موارد باید در پلاستیک نگهداری شود تا در اثر نفوذ آب خیس نشوند.
- 13- برای حفظ وسایل منزل، بهتر است کلیه اثاثیه مهم منزل به بالاترین طبقه منتقل شود.
- 14- وسایل برقی را از پریز جدا کنید و در صورتی که دست و یا لباس شما خیس می باشد، از تماس با وسایل برقی خودداری کنید تا از برق گرفتگی شما جلوگیری شود.
- 15- محل نصب کنتور را در ارتفاع مناسب پیش بینی کنید و آن را به گونه ای بپوشانید که در اثر بارش های شدید و یا سیل خیس نشود.
- 16- جهت رعایت احتیاط می توانید جریان کلی برق محل سکونت خود و شیر گاز را ببندید تا از آتش سوزی احتمالی و یا انفجار پیشگیری کنید.
- 17- وقوع سیل بسیار سریعتر آن است که شما تصور می کنید. بنابراین به سرعت به مناطق مرتفع محله خود و یا طبقات فوقانی منزل بروید.

بعد از وقوع سیل:

قبل از ورود به منزل از استحکام سازه ای آن مطمئن شوید. زمانی به منزل خود بازگردید که مسئولین محلی اعلام شرایط عادی نموده و اعلام نمایند که اکنون شرایط برای بازگشت شما امن است. قبل از ورود به منزل از عدم وجود خطر برق گرفتگی، انفجار، آلودگی با فاضلاب و ... مطمئن شوید.

- 1- در منطقه سیل زده مراقب مارگزیدگی باشید. زیرا سیل مارها را از لانه خود بیرون می کشد.
- 2- پس از سیل احتمالی شیوع بیماری های عفونی مانند عفونت دستگاه گوارش ناشی از انواع میکروب ها وجود دارد. لذا ضروری است به بهداشت فردی، عمومی، آب و غذا توجه ویژه نمایید.
- 3- پس از فروکش کردن سیل و سیلاب، سریعاً نسبت به پاکسازی خانه و محل سکونت خود اقدام نمایید.
- 4- تا زمان اطمینان از سالم بودن آب شرب که ممکن است به علت سیل آلوده شده باشد، از آب بطری استفاده کنید.
- 5- از مصرف مواد غذایی تماس یافته با سیلاب خودداری کنید.
- 6- تماس خود را با آب باقیمانده از سیل به حداقل برسانید چرا که احتمال آلودگی شدید آن، قابل توجه است.
- 7- پس از ورود به منزل کلیه وسایلی که به آب سیل آلوده شده اند (مبلان و اثاثیه منزل و ...) به علت آلودگی باید ضدعفونی شوند.
- 8- برای بازگشت به منزل خود، در مسیرهایی که در آنها سیل فروکش کرده است، مراقب اشیاء شناور در سیلاب و یا باقی مانده از سیل در مسیر حرکت باشید. حرکت سیلاب موجب شسته شدن جاده ها و راه ها می شود.
- 9- از ایستادن در لب پرتگاه ها پرهیز کنید. زیرا ممکن است رانش زمین به دنبال سیل، خطر جدی را متوجه شما نماید.
- 10- از تلاش برای رانندگی در مسیرهایی که هنوز سیلاب در آنها در جریان است، خودداری کنید.
- 11- از تماس با آب های سطحی پرهیز کنید. زیرا ممکن است به علت وجود سیم های برق، دچار برق گرفتگی شوید.
- 12- در صورتی که منزل یا محل کار شما بیمه در برابر خسارات سیل می باشد، به منظور دریافت غرامت، از صدمات و خسارات عکس تهیه کنید.