ସାମୁଦାୟିକ ସଚେତନତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

रा. आ. मो. बल • भारत
NDRF • INDIA
जीवन रक्षा से भी आगे...
Saving Lives & Beyond...

ଜୈବିକ ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି

ପରିଚୟ :

ଜୈବିକ ଏଜେଣ୍ଟର ଆକ୍ରମଣର ଶିକାର ହୋଇଥିବା କେଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ। ଏକ ଜୈବିକ ଏଜେଣ୍ଟର ଆକ୍ରମଣ ତୁରନ୍ତ ସ୍ପଷ୍ଟ ନ ହୋଇପାରେ, କାରଣ ଏହାର ଅଙ୍କୁରନ ଅବଧି ଥାଏ ଯେଉଁଥିରେ ଏଜେଣ୍ଟର କୁପ୍ରଭାବ ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ।

ସାଧାରଣ ଲକ୍ଷଣ :

- ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଅସ୍ପଷ୍ଟ ମାନବ ରୋଗ ଏବଂ ପଶୁ ଓ ପକ୍ଷୀଙ୍କର ଅସ୍ପଷ୍ଟ ମୃତ୍ୟୁ।
- ଅନେକ ଜୈବିକ ଆକ୍ରମଣରେ, ଲୋକମାନେ ତୁରନ୍ତ ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ ଯେ ସେମାନେ ପୀଡିତ ହୋଇଛନ୍ତି (ସଂକ୍ରମିତ ନୁହେଁ)। ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ, ପ୍ରଥମ ପ୍ରମାଣ ସେତେବେଳେ ହୋଇପାରେ ଯେତେବେଳେ ସଂକ୍ରମିତ ଏଜେଣ୍ଟ ଯୋଗୁଁ ହେଉଥିବା ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ।

ସମ୍ପର୍କରେ ରୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରଶାସନକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ :

- ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାଣିକୁ ଢାଙ୍କି ଷ୍ଟୋର୍ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଖରାପ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ରୂପେ ବଦଳାନ୍ତୁ।
- ପରିବାର / ପଡ଼ୋଶୀରେ ରୋଗର କେଣସି ମାମଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଜଣାନ୍ତୁ।
- ଖାଦ୍ୟ, ଫସଲର ସଂକ୍ରମିତ ଷ୍ଟକ କୁ ନଷ୍ଟ କରିବାରେ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା, ପ୍ରଭାବିତ ପଶୁଧନର ବହୁତ ବଡ଼ ସଂଖ୍ୟା ହେବାରୁ ରୋକିବା।

ସଂକ୍ରମଣ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି :

- ନିଜ ପରିସର (କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, ଘର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପରିବେଶ)କୁ ସଫା ରଖନ୍ତୁ, ଯାହାଫଳରେ କୀଟାଣୁମାନଙ୍କୁ ବିସ୍ତାର ରୋକା ଯାଇପାରିବ।
- ଖାଇବା ବା ପିଇବା ପୂର୍ବରୁ ସାବୁନ ଏବଂ ପାଣିରେ ହାତ ଧୁଅନ୍ତୁ / ମାନକ ମୌଳିକ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଏବଂ ଶରୀରର ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଉପାୟ ଆଦିର ପାଳନ କରନ୍ତୁ।
- ଖାଦ୍ୟ ରାନ୍ଧିବା / ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ପନିପରିବା / ଫଳକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପିଇବା ପୂର୍ବରୁ ପାଣି ଫୁଟାନ୍ତୁ, ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ ତ ଏହାକୁ କ୍ଲୋରିନଯୁକ୍ତ କରନ୍ତୁ।
- କିଛି ଜିନିଷ ଯାହା ଆପଣ ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରିପାରିବେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେଣସି ବିଶେଷ ଘଟଣା ନ ହୁଏ, ଯେପରିକି ସମାଚାରରୁ ଅବଗତ ରହିବା ଏବଂ ଭଲ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା।

- ସଂକେତ ଏବଂ ଜୈବିକ ଏଜେଣ୍ଟର ଉପଯୋଗର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ ଅଧିକ ସୂଚନା ପାଇଁ ଗଣମାଧ୍ୟମର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆପଣ ଅସୁସ୍ଥ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ଜରୁରୀକାଳୀନ ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନଟ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଅନେକ ସାଧାରଣ ରୋଗର ସମାନ ଲକ୍ଷଣ ଥାଏ, ଏହା ଭାବନ୍ତୁ ନାହିଁ ଯେ ଏହି ରୋଗଗୁଡିକ ଘୋଷିତ ଜୈବିକ ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିର ପରିଣାମ।
- ଯଦି ଆପଣ ଅନିଶ୍ଚିତ ଅଛନ୍ତି, ତେବେ ଡାକ୍ତରୀ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ।

ସଂକ୍ରମଣ ସମୟରେ :

- ଯଦି ଆପଣ ଭାବୁଛନ୍ତି ଯେ ଆପଣ କାହା ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଛନ୍ତି, ତେବେ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆପଣ ଜୈବିକ ଏଜେଣ୍ଟ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଥିବା ସନ୍ଦେହରେ କାହାକୁ ସମ୍ପର୍କ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ସୁରକ୍ଷା ରହିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ।
- ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ଦୂରତା ବଜାୟ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସିଧାସଳଖ ସମ୍ପର୍କରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ।
- ସମାଚାର ପତ୍ର ପଢ଼ନ୍ତୁ, ଟିଭି ଦେଖନ୍ତୁ, ସୂଚନା ପାଇଁ ରେଡିଓ ଶୁଣନ୍ତୁ ଏବଂ ସରକାରୀ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଏବଂ ଜରୁରୀକାଳୀନ ଚେତାବନୀ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ତ୍ୱଚା ବା ପୋଷାକ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପିନ୍ଧିବା ଯୋଗ୍ୟ ବସ୍ତୁ ଏକ ଦୃଶ୍ୟମାନ ସମ୍ଭାବିତ ସଂକ୍ରାମକ ପଦାର୍ଥର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସେ, ତେବେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ହଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତୁରନ୍ତ ସାବୁନ ଏବଂ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ନିଜକୁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ, ସଫା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ଏବଂ ଡାକ୍ତରୀ ସହାୟତା ନିଅନ୍ତୁ।
- ଏପରି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିର ସନ୍ଦିଗ୍ଧ ବିସ୍ତାର ସମୟରେ ସମସ୍ତ ଝରକା, କବାଟ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ପଙ୍ଖା ଏବଂ ଏୟାର କଣ୍ଡିସନର/କୁଲରର ଉପଯୋଗରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ।
- ଡାକ୍ତରୀ ସହାୟତା ପାଇଁ କଲ୍ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସର୍ବଦା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଦିଆଯାଇଥିବା ପରାମର୍ଶର ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

ସଂକ୍ରମଣ ପରେ :

ଯଦି ଆପଣ ସନ୍ଦେହ କରୁଛନ୍ତି ଯେ ଆପଣ କେଣସି ସଂକ୍ରମଣର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସିଛନ୍ତି, ତେବେ ନିମ୍ନ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତୁ:

- ତୁରନ୍ତ ପ୍ରଭାବରେ ସେହି କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ ଯେଉଁଠାରେ ସନ୍ଦିଗ୍ଧ ଜୈବିକ ଏଜେଣ୍ଟର ବିସ୍ତାର ହୋଇଛି ତଥା ସେହି ସ୍ଥାନରୁ ଦୂରେଇ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କ ନାକ ଏବଂ ପାଟିକୁ କପଡ଼ାର ସ୍ତରଗୁଡ଼ିକରେ ଢାଙ୍କନ୍ତୁ ଯାହା ପବନକୁ ଫିଲ୍ଟର୍ କରିପାରିବ।
- ଆପଦା ପ୍ରବନ୍ଧନ ଏବଂ ପୋଲିସ ସମ୍ପର୍କ କରନ୍ତୁ।
- ଅବସର ମିଳିବା କ୍ଷଣି ସାବୁନ ଏବଂ ପାଣିର ପ୍ରୟୋଗ କରି ଭଲ ଭାବରେ ସ୍ନାନ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସଫା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଅସୁସ୍ଥ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବତାଯାଇଥିବା ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଡାକ୍ତରୀ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ।

ସର୍ବଦା ମନେରଖନ୍ତୁ ରଖନ୍ତୁ କି ଆପଣଙ୍କ ଆଖପାଖରେ କିପରି ପ୍ରକାର କାରଖାନା/ଉଦ୍ୟୋଗ ସ୍ଥିତ ଅଛି, ତଦନୁସାର ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରବାହୀ/ନିବାରକ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ, ଯଦି କେଣସି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ହୁଏ।

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय आपदा मोचन बल

NATIONAL DISASTER RESPONSE FORCE

आपदा सेवा सदैव सर्वत्र

ରାସାୟନିକ ଆପଦା

ରାସାୟନିକ ଆପଦା:

ଆମ ଦେଶରେ ଶିଳ୍ପ ବିକାଶ ଆରମ୍ଭ ହେବା ସହିତ ରାସାୟନିକ ଏଜେଣ୍ଟର ବ୍ୟବହାର ବହୁଗୁଣିତ ହୋଇଛି। ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରାୟ ଲକ୍ଷ ରାସାୟନିକ ଏଜେଣ୍ଟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଛି।

ରାସାୟନିକ ଏଜେଣ୍ଟ:

ଏଗୁଡ଼ିକ ଏପରି ରସାୟନ ଯାହା ନିଜର ରାସାୟନିକ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଓ ମାନବ ଶରୀର ଉପରେ ହାନିକାରକ ପ୍ରଭାବ ଆଧାରରେ ଘାତକ ହୋଇପାରନ୍ତି। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯେପରି କ୍ଲୋରିନ୍ ଗ୍ୟାସ୍, ମିଥାଇଲ୍ ଆଇସୋ ସାଇନାଇଡ୍, ସାଇନୋଜେନ୍ କ୍ଲୋରାଇଡ୍, ସଲଫର୍ ମଷ୍ଟର୍ଡ ଗ୍ୟାସ୍ ଆଦି।

ମାନବ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶର ଉପାୟ:

- ✓ ତ୍ୱଚା (Skin)
- ✓ ନେତ୍ର (Eyes)
- ✓ ଶ୍ୱାସ (ଶ୍ୱାସ ନେବା) (Respiration)
- ✓ ଅନ୍ତର୍ଗ୍ରହଣ (Ingestion)
- ✓ ଇଞ୍ଜେକ୍ସନ୍ (Injection)

ସାମାନ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ:

ପ୍ରଭାବିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ କାଶ, ବାନ୍ତି, ଆଖିରୁ ଲୁହ, ତ୍ୱଚା ଜଳନ, ସାହା ନେବାରେ କଠିନତା, ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ଦେଖାଯାଏ।

ସମ୍ବାଦ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରଶାସନକୁ ମଦଦ କରନ୍ତୁ:

- ✓ ଯଦି କେଉଁଠି ଗ୍ୟାସ୍ ଲିକ୍ ବା ଅଜବ ଗନ୍ଧ ଅନୁଭବ ହୁଏ ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଆପଦା ପ୍ରବନ୍ଧନକୁ ସୂଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ✓ ପରିବାର ତଥା ପଡ଼ୋଶୀରେ ଅସୁସ୍ଥ ଲୋକଙ୍କ ସୂଚନା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ✓ ପ୍ରଶାସନ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ସହଯୋଗ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶର ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

ରାସାୟନିକ ଦୁର୍ଘଟଣା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି:

- ➢ ଲୋକଙ୍କୁ ରାସାୟନିକ ଆକ୍ରମଣ/ଘଟଣା/ଆପଦାର ବିପଦ ବିଷୟରେ ଏବଂ ଏହାର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଆପଣାଯାଉଥିବା ଉପାୟ ଏବଂ ସାଧନ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ସୂଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ➢ ଘରର ଝରକା ଏବଂ କବାଟ ସିଲ୍ କରିବା ପାଇଁ ସାମଗ୍ରୀ ରଖନ୍ତୁ।

- ✓ ଫେସ୍ ମାସ୍କ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ଡିକଣ୍ଟାମିନେସନ୍ କିଟ୍ ଏବଂ ଔଷଧ ତିଆରି ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ଘରେ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସେବା ଏବଂ ଡାକ୍ତରଖାନା ଆଦିର ଫୋନ୍ ନମ୍ବର ରଖନ୍ତୁ।

ରାସାୟନିକ ଆକ୍ରମଣ / ଘଟଣା ପରେ କଣ କରନ୍ତୁ:

- ✓ ନିଜ ପୂରା ଶରୀରକୁ ଢାଙ୍କି ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ମୁହଁରେ ଓଦା କପଡ଼ା ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଶ୍ୱାସ ନିଅନ୍ତୁ।
- ✓ ପବନର ବିପରୀତ ଦିଗରେ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ✓ ସମସ୍ତ ଦ୍ୱାର, ଝରକା ଏବଂ ପଙ୍ଖା, କୁଲର ଆଦି ବନ୍ଦ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ଖୋଲା ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାନୀୟ ପଦାର୍ଥ ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ✓ ଯଦି ତ୍ୱଚାରେ କାଛୁକୁଣ୍ଡି ହେଉଛି ତେବେ ମୁଲତାନି ମାଟି କିମ୍ବା ଅଟାର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ।
- ✓ ରେଡିଓ ଏବଂ ଟେଲିଭିଜନରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଶୁଣନ୍ତୁ।
- ✓ ନା ତ ମିଥ୍ୟା ଗୁଜବ ପ୍ରଚାର ଏବଂ ନା ହିଁ ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ।

ରାସାୟନିକ ଏଜେଣ୍ଟର ପ୍ରଭାବକୁ କମ୍ କରିବା ପରେ କଣ କରନ୍ତୁ:

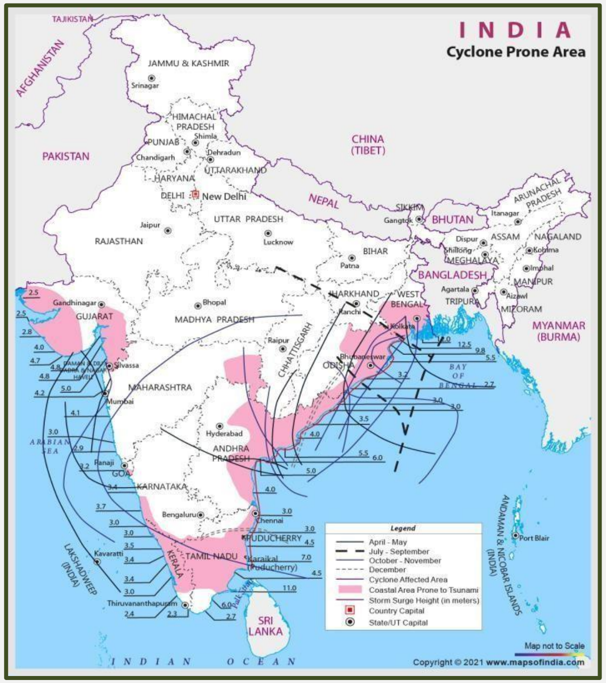
- ✓ ଆହତମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦିଅନ୍ତୁ।
- ✓ ଆହତମାନଙ୍କୁ ଶୀଘ୍ର ଡାକ୍ତରଖାନା ପଠାନ୍ତୁ।
- ✓ ପୂରା ଶରୀରକୁ ଜୀବାଣୁମୁକ୍ତ କରନ୍ତୁ।
- ✓ ଖୋଲା ପବନକୁ ବାହାରନ୍ତୁ।

ସମୁଦାୟ ବିକିରଣ, ଜୈବିକ ଏବଂ ରାସାୟନିକ ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ନିଜ ସ୍ତରରେ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ ନିର୍ମାଣ ମଧ୍ୟ କରିପାରେ।

କଣ ନ କରନ୍ତୁ:

- ➢ ପ୍ରଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିନା ଢାଙ୍କି ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ/ପାଣି/ପାନୀୟ ଆଦିର ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ➢ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ / ବେସମେଣ୍ଟରୁ ବାହାରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ➢ ବାହାରୁ ଆସିଥିବା ଅଟା, କାଗଜରେ ଗୁଡ଼ା ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ, ଖୋଲା ପାଣିର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ➢ ଖୋଲା ପଡ଼ିଆରେ ବିନା ସୁରକ୍ଷାରେ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।

ସର୍ବଦା ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ କି ଆପଣଙ୍କ ଆଖପାଖରେ କିସ୍ ପ୍ରକାର କାରଖାନା / ଉଦ୍ୟୋଗ ସ୍ଥିତ ଅଛି, ତଦନୁସାର ସୁରକ୍ଷା ବହାଲୀ/ନିବାରକ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ପ୍ରାଧିକରଣ ସହ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ, ଯଦି କେଣସି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ହୁଏ।



ବାତ୍ୟା ସମୟରେ:

- ଗ୍ୟାସ୍ ସପ୍ଲାଏର ସୁଇଚ୍ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଖୋଲା ନିଆଁ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ।
- ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ରେଡିଓରୁ ଜରୁରୀ ଖବର ଶୁଣୁଥାନ୍ତୁ।
- ଯଦି ବାତ୍ୟା ପରେ ବାହାରେ ଶାନ୍ତି ଛାଇଯାଏ ତେବେ, ଶୀଘ୍ର ବାହାରକୁ ଆସନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସରକାରୀ ଆଦେଶକୁ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଯେ ବାହାରକୁ ଯିବା ସୁରକ୍ଷିତ ଅଟେ।
- ଯଦି ଗାଡ଼ିରେ ଯାଉଛନ୍ତି ତେବେ ଗାଡ଼ିକୁ ରୋକି ଦିଅନ୍ତୁ, କିନ୍ତୁ ସମୁଦ୍ର, ବିଜୁଳି ଖୁଣ୍ଟ ଏବଂ ପାଣି ଭଣ୍ଡାରଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।

ବାତ୍ୟା ପରେ:

- ଗ୍ୟାସ୍ ଲିକେଜ୍ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ।
- ବିଜୁଳି ଉପକରଣ ନ ଚଲାନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀ ଏବଂ ମୃତ ଲୋକଙ୍କୁ ଖୋଜନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀ ଲୋକଙ୍କୁ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଶୀଘ୍ର ହସ୍ପିଟାଲ୍ ପଠାନ୍ତୁ। ପୋଲିସ୍ ଓ ଅର୍ଦ୍ଧସାମରିକ ବଳକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ।
- ମିଥ୍ୟା ଗୁଜବ ନ ଫଇଲାନ୍ତୁ।

ବାତ୍ୟା ଏକ ବିଶାଳ ବାୟୁ ପ୍ରଣାଳୀ ଅଟେ ଯାହା ଏକ ନିମ୍ନ ଚାପ କେନ୍ଦ୍ରର ଚାରିପାଖେ ବୁଲିଥାଏ, ଯାହା ଫଳରେ ପ୍ରବଳ ପବନ ଏବଂ ଖରାପ ପାଗ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ଝଡ଼ ଯାହା ସମୁଦ୍ର ପୃଷ୍ଠରୁ ଗରମ, ଆର୍ଦ୍ର ପବନ ଉପରକୁ ଉଠିବା ଏବଂ ଘୂର୍ଣ୍ଣିବଳୟ ପବନର ଏକ ପ୍ରଣାଳୀ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ଦ୍ୱାରା ଘଟିଥାଏ।

ଲକ୍ଷଣ:

- ✓ **ପ୍ରବଳ ଝଡ଼** ଏବଂ ଆନ୍ଧି।
- ✓ **ଅଧିକ ବର୍ଷା**, ଯାହାକି ବନ୍ୟା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ।
- ✓ **ବହୁ ମାତ୍ରାରେ** ଝଡ଼ ଲହରୀ।

ବାତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ:

- ✓ ରେଡିଓ ଏବଂ ଟିଭିରେ ପାଣିପାଗ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମାଚାର ଶୁଣୁଥାନ୍ତୁ ଏବଂ ବାତ୍ୟା ଖବର ପାଇବା ମାତ୍ରେ ଆଖପାଖର ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ ଜଣାନ୍ତୁ।
- ✓ ପୂର୍ବରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ପକ୍କା ଘର ଖୋଜି ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ରାସ୍ତା ମଧ ଚୟନ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ଘରେ ଜରୁରୀ କାଗଜପତ୍ର ଓ ମୂଲ୍ୟବାନ ଜିନିଷର ଏକ ସ୍ଥାନରେ ଜରୁରୀକାଳୀନ କିଟ୍ ବନାଇ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାଣିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ✓ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆବାସର ସ୍ଥାନ ସୁରକ୍ଷିତ ଅଟେ।
- ✓ ଆପଣଙ୍କ ଘରର ଝରକା, କବାଟ ଏବଂ ଛାତ ଇତ୍ୟାଦିକୁ ମଜବୁତ ଏବଂ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ରହିତ ବନାନ୍ତୁ।

ଜରୁରୀକାଳୀନ କିଟ୍:

- ➢ ଫାଷ୍ଟ ଏଡ୍ ବକ୍ସ
- ➢ ପିଇବାର ପାଣି
- ➢ ଖାଇବାର ସାମଗ୍ରୀ
- ➢ କପଡ଼ା
- ➢ ପଲିଥିନ
- ➢ ବିଛଣା
- ➢ ଘରର ଜରୁରୀ କାଗଜପତ୍ର

ବାତ୍ୟା ସମୟରେ କଣ କରନ୍ତୁ:

- ✓ ଉତ୍ତେଜିତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ✓ ଝରକା ଉପରେ କାଗଜ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ ତାହା ଭାଙ୍ଗି କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇବ ନାହିଁ।
- ✓ ପିଇବା ପାଣି, ଖାଦ୍ୟ ତଥା କପଡ଼ାକୁ ଏକ ପଲିଥିନ ବା ୱାଟରପ୍ରୁଫ୍ ଥଳିରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଗରମ କପଡ଼ା ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ✓ ସମୁଦ୍ର ଆଡ଼କୁ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ✓ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ସହିତ ସୁରକ୍ଷିତ ପକ୍କା ଘରକୁ ଚାଲିଯାଆନ୍ତୁ, ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ସୁନିଶ୍ଚିତ ଅଛି।
- ✓ ବିଜୁଳିର ସୁଇଚ୍ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।

ବାତ୍ୟା

ବାତ୍ୟା ଏକ ବିଶାଳ ବାୟୁ ପ୍ରଣାଳୀ ଅଟେ ଯାହା ଏକ ନିମ୍ନ ଚାପ କେନ୍ଦ୍ରର ଚାରିପାଖେ ବୁଲିଥାଏ, ଯାହା ଫଳରେ ପ୍ରବଳ ପବନ ଏବଂ ଖରାପ ପାଗ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ଝଡ଼ ଯାହା ସମୁଦ୍ର ପୃଷ୍ଠରୁ ଗରମ, ଆର୍ଦ୍ର ପବନ ଉପରକୁ ଉଠିବା ଏବଂ ଘୂର୍ଣ୍ଣିବଳୟ ପବନର ଏକ ପ୍ରଣାଳୀ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ଦ୍ୱାରା ଘଟିଥାଏ।

<u>ଲକ୍ଷଣ:</u>

- ପ୍ରବଳ ଝଡ଼ ଏବଂ ଆନ୍ଧି।
- ଅଧିକ ବର୍ଷା, ଯାହାକି ବନ୍ୟା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ।
- ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଝଡ଼ ଲହରୀ।

<u>ବାତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ:</u>

- ରେଡିଓ ଏବଂ ଟିଭିରେ ପାଣିପାଗ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମାଚାର ଶୁଣୁଥାନ୍ତୁ ଏବଂ ବାତ୍ୟା ଖବର ପାଇବା ମାତ୍ରେ ଆଖପାଖର ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ ଜଣାନ୍ତୁ।
- ପୂର୍ବରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ପକ୍କା ଘର ଖୋଜି ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ରାସ୍ତା ମଧ ଚୟନ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଘରେ ଜରୁରୀ କାଗଜପତ୍ର ଓ ମୂଲ୍ୟବାନ ଜିନିଷର ଏକ ସ୍ଥାନରେ ଜରୁରୀକାଳୀନ କିଟ୍ ବନାଇ ରଖନ୍ତୁ।
- ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାଣିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାଗଜପତ୍ରକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆବାସର ସ୍ଥାନ ସୁରକ୍ଷିତ ଅଟେ।
- ଆପଣଙ୍କ ଘରର ଝରକା, କବାଟ ଏବଂ ଛାତ ଇତ୍ୟାଦିକୁ ମଜବୁତ ଏବଂ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ରହିତ ବନାନ୍ତୁ।

ଚକ୍ରବାତ ସମୟରେ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ୍:

- ଶାନ୍ତ ରୁହନ୍ତୁ, ଆତଙ୍କିତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଝରକା ଏବଂ କବାଟଗୁଡ଼ିକୁ ଭଲଭାବେ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଘର ଭିତରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ଝରକା କାଚ ଉପରେ ମୋଟା କାଗଜ କିମ୍ବା ଟେପ୍ ଲଗାନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ କାଚ ଭାଙ୍ଗିଲେ ଆଘାତ ଲାଗିବ ନାହିଁ।
- ପିଇବା ପାଣି, ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପୋଷାକକୁ ୱାଟରପ୍ରୁଫ୍ ବ୍ୟାଗ୍ କିମ୍ବା ପଲିଥିନରେ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖନ୍ତୁ।

- ଜରୁରୀକାଳୀନ କିଟ୍ ସବୁବେଳେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରଖନ୍ତୁ।
- ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଗରମ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ସମୁଦ୍ର ଆଡକୁ ଆଦୌ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ସହିତ କେଣସି ସୁରକ୍ଷିତ ଏବଂ ପକ୍କା ଘରକୁ ଯାଆନ୍ତୁ, ଯାହାକୁ ଆପଣ ପୂର୍ବରୁ ଚିହ୍ନଟ କରିଛନ୍ତି।

- ବିଜୁଳିର ସମସ୍ତ ସୁଇଚ୍ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଗ୍ୟାସ୍ ସପ୍ଲାଇର ନବ୍ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଖୋଲା ନିଆଁ ତୁରନ୍ତ ଲିଭାଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ରେଡିଓ କିମ୍ବା ଟ୍ରାଞ୍ଜିଷ୍ଟର ମାଧମରେ ସମୟ ସମୟରେ ସରକାରୀ ସୂଚନା ଶୁଣୁଥାନ୍ତୁ।

ଚକ୍ରବାତ ପରେ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ୍:

- ଅଗ୍ନି ଲାଗିଥିବା ସ୍ଥିତିରେ ତାହାକୁ ତୁରନ୍ତ ରୋକିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ।
- ଗ୍ୟାସ୍ ଲିକେଜ୍ ହେଲେ ଗ୍ୟାସ୍ ସପ୍ଲାଇ ତୁରନ୍ତ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ।
- ବିଜୁଳି ବ୍ୟବସ୍ଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷିତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଜୁଳି ଉପକରଣ ଚଲାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

- ନିଖୋଜ କିମ୍ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଖୋଜନ୍ତୁ।
- ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଖାନା ପହଞ୍ଚାନ୍ତୁ।
- ପୋଲିସ୍, ଅର୍ଦ୍ଧସାମରିକ ବଳ ଏବଂ ରିଲିଫ୍ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲାଗିଥିବା ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ।
- କେଣସି ପ୍ରକାରର ମିଥ୍ୟା ଗୁଜବ ପ୍ରଚାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।

ପାରିବାରିକ ଆପଦା କିଟ୍

କେଣସି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ ସ୍ଥାନୀୟ ପ୍ରଶାସନ ଏବଂ ରିଲିଫ୍ କର୍ମୀ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ଅବଶ୍ୟ ପହଞ୍ଚିବେ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ ଯେ ସେମାନେ ସମସ୍ତ ପ୍ରଭାବିତଙ୍କ ନିକଟରେ ତୁରନ୍ତ ପହଞ୍ଚି ପାରିବେ। ସାହାଯ୍ୟ ମିଳିବାରେ କିଛି ଘଣ୍ଟା ଲାଗିପାରେ କିମ୍ବା କେତେକ ସମୟରେ କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟ ଲାଗିଯାଏ। ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ, କ'ଣ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତର ଜରୁରୀକାଳୀନ ସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛି?

ଆପଣଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କ ଘରେ ଛଅଟି ମୌଳିକ ଜିନିଷ ରଖିବା ଉଚିତ: ପାଣି, ଖାଦ୍ୟ, ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା କିଟ୍, ପୋଷାକ ଏବଂ ବିଛଣା, ଉପକରଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଜରୁରୀକାଳୀନ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଜିନିଷ ଏବଂ ସେହି ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକୁ ରଖନ୍ତୁ ଯାହାକୁ ଆପଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ସମୟରେ ସହଜରେ ନେଇପାରିବେ:-

1.ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା କିଟ୍: ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ନିମ୍ନ ସାମଗ୍ରୀ ଅବଶ୍ୟ ରଖନ୍ତୁ:

- ରୋଲର୍ ପଟି ।
- କଟନ୍ (କପା ପ୍ୟାକେଟ୍) ।
- ଛୋଟ କଇଁଚି।
- ଆଣ୍ଟିସେପ୍ଟିକ୍ ଦ୍ରବଣ (ଯେପରିକି ଡେଟଲ୍, ସେଭଲନ୍) ।
- ଆଣ୍ଟିସେପ୍ଟିକ୍ କ୍ରିମ୍ (ଯେପରିକି ସୋଫ୍ରାମାଇସିନ୍, ନିଓମାଇସିନ୍) ।
- ଓରାଲ୍ ରିହାଇଡ୍ରେସନ୍ ସଲ୍ୟୁସନ୍ (ORS) ।
- ତ୍ରିକୋଣୀୟ ପଟି ।
- ଛୋଟ ଓ ବଡ଼ ପଟି (ବାଉଁଶ କିମ୍ବା କାଠରେ ତିଆରି ସ୍ପ୍ଲିଣ୍ଟ୍ ଭାବରେ) ।
- ଦର୍ଦ୍ଦ ନିବାରକ ଗୋଲି (ଯେପରିକି ପାରାସିଟାମଲ୍)।
- ଆବଶ୍ୟକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଔଷଧ ।
- କ୍ଲୋରିନ୍ ବଟିକା (ପିଇବା ପାଣିକୁ ବିଶୁଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ) ।

2.ପାଣି: ପିଇବା ପାଣିକୁ ସବୁବେଳେ ସଫା ଏବଂ ଢାଙ୍କୁଣୀ ଥିବା ବୋତଲ କିମ୍ବା କଣ୍ଟେନରରେ ସଂରକ୍ଷଣ କରନ୍ତୁ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୋତଲ କିମ୍ବା କଣ୍ଟେନର ଉପରେ ପାଣି ଭରିବା ବା ପୁନର୍ଭରଣର ତାରିଖ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଲେଖନ୍ତୁ। ପ୍ରତି ମାସରେ ପୁରୁଣା ପାଣିକୁ ବାହାର କରି ତାଜା ପାଣି ଭରନ୍ତୁ, ଯାହାଫଳରେ ତାହା ପିଇବା ଯୋଗ୍ୟ ରହିବ।

3.ଖାଦ୍ୟ: ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଚୟନ କରନ୍ତୁ ଯାହାକୁ ଅଧିକ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ ବା ଫ୍ରିଜ୍‌ରେ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ। ଏହି ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକ ହାଲୁକା, ପୁଷ୍ଟିକର, ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହୁଥିବା ଏବଂ ସହଜରେ ନେଇହେଉଥିବା ହେବା ଉଚିତ। ଉଦାହରଣ:

- ବିସ୍କୁଟ୍, ନମକିନ୍।
- ଖାଇବା ପାଇଁ ତିଆରି ଖାଦ୍ୟର ପ୍ୟାକେଟ୍।
- ଶୁଖିଲା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ, ଯେପରିକି: ଚିନାବାଦାମ, ଶୁଖିଲା ଫଳ, ବୁଟ, ସତ୍ତୁ, ମୁଢ଼ି (ମୁରି) ଆଦି।
- ଚିନି, ଲୁଣ।
- ଶକ୍ତି ପାନୀୟ ଯେପରିକି ଗ୍ଲୁକୋଜ୍।
- ଇନଷ୍ଟାଣ୍ଟ୍ କଫି, ଟି ବ୍ୟାଗ୍।

04.ଉପକରଣ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଜିନିଷ:

- ଡିସପୋଜେବଲ୍ ପ୍ଲେଟ୍ ଏବଂ ଚାମଚ।
- ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ରେଡିଓ।
- ଅତିରିକ୍ତ ବ୍ୟାଟେରୀ ସହିତ ଟର୍ଚ୍ଚ।
- ଉପଯୋଗୀ ଛୁରୀ (ମଲ୍ଟି-ଫଙ୍କସନାଲ୍ ନାଇଫ୍)।
- ମହମବତୀ ଏବଂ ମାଚିସ୍ (ବା ଲାଇଟର୍)।
- ସାବୁନ, ତରଳ ଡିଟରଜେଣ୍ଟ୍।
- ସୂତା ଏବଂ ସୂଚି।
- ସିଟି।
- ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ସିଟ୍।

- ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ମଗ୍ ।
- ପ୍ଲାଷ୍ଟିକର ଥଳି ।

5. କପଡା ଏବଂ ଜୋତା :

- ପ୍ରତି ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ତତଃ 1 ସେଟ୍ କପଡା ଏବଂ ଜୋତା ।
- କମ୍ବଳ ଏବଂ ବେଡସିଟ୍ ।
- ମଜଭୁତ କ୍ୟାନଭାସର ଜୋତା (ଜଳରୋଧକ ହେଲେ ଭଲ) ।
- ପାଣି ପଲ୍ଲା (ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ସିଟ୍ / ରେନକୋଟ୍) ଏବଂ ଛତା ।

6. ଶିଶୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସାମଗ୍ରୀ :

- କ୍ଷୀର ପାଉଡର (ଇନଫ୍ୟାଣ୍ଟ ଫର୍ମୁଲା) ।
- ଡାଇପର (ନେପି) ।
- ଆବଶ୍ୟକ ଔଷଧ (ଡାକ୍ତର ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ନିୟମିତ ଔଷଧ) ।

7. ବୟସ୍କ / ପ୍ରେଢ଼ଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସାମଗ୍ରୀ :

- ହୃଦରୋଗ ତଥା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଔଷଧ ।
- ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଇନସୁଲିନ ଇଞ୍ଜେକସନ ।
- ଆଖି ପାଇଁ ଚଷମା ।

8. ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପାରିବାରିକ ଦସ୍ତାବିଜ (ସବୁ ରେକର୍ଡ ୱାଟରପ୍ରୁଫ ଫୋଲଡର ବା ଫାଇଲରେ ରଖନ୍ତୁ) :

- ଇଚ୍ଛାପତ୍ର, ବୀମା ପଲିସି, ଚୁକ୍ତିନାମା, କାର୍ଯ୍ୟପତ୍ର, ଷ୍ଟକ ବଣ୍ଡ ଆଦି ।
- ପରିଚୟ ପତ୍ର ଯଥା: ଭୋଟର ପରିଚୟ ପତ୍ର, ରାସନ କାର୍ଡ, ପାସପୋର୍ଟ ।
- ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଦସ୍ତାବିଜ (ପାସବୁକ, ଏଟିଏମ କାର୍ଡ, ଖାତାର ବିବରଣୀ ଆଦି) ।
- ଶିକ୍ଷାଗତ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ଯଥା: ଜନ୍ମ, ବିବାହ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ।
- ଆପାତକାଳୀନ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବରର ତାଲିକା (ପରିବାର, ସ୍ଥାନୀୟ ପ୍ରଶାସନ, ଡାକ୍ତରଖାନା, ପୋଲିସ ଆଦି) ।

ମନେରଖନ୍ତୁ:

- କିଟକୁ ଘରର କେଉଁସି ସୁଲଭ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ପରିବାରର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ ଏହା ବିଷୟରେ ଜାଣିଥିବେ ।
- ସଂଗୃହିତ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାଣିକୁ କମରୁ କମ ପ୍ରତି 4 ମାସରେ ନବୀକରଣ (ବଦଳ) କରନ୍ତୁ ।
- ବର୍ଷରେ ଥରେ କିଟର ସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ପରିବାରର ଆବଶ୍ୟକତା ସମୀକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ଅଦ୍ୟତନ କରନ୍ତୁ ।
- ସମସ୍ତ ସାମଗ୍ରୀକୁ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବ୍ୟାଗରେ ଭଲ ଭାବରେ ପ୍ୟାକ କରି ରଖନ୍ତୁ, ଯାହା ଫଳରେ ସେଗୁଡିକ ଶୁଖିଲା ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିବ ।

ବନ୍ୟା ରେ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପଦ୍ଧତି

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା:

'ଏକ ବ୍ୟାବହାରିକ ବିଜ୍ଞାନ, ଯାହା ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଅବଲୋକନ ଏବଂ ବିଶ୍ଳେଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ନିବାରଣ, ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଜରୁରୀକାଳୀନ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଏବଂ ପୁନରୁଦ୍ଧାର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଉପାୟକୁ ଉନ୍ନତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ।

ବନ୍ୟା ପରିଚାଳନା:-

ବନ୍ୟା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଅନେକ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ। ଫସି ରହିଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଡଙ୍ଗା, ଡିଙ୍ଗି ଏବଂ ଲଞ୍ଚ୍ ଭଳି ଜଳଯାନର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡେ, ଯାହା ପ୍ରାୟତଃ ସହଜରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ।

- **ଟିଣ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ଟିଣ ଏବଂ ବାଉଁଶରୁ ତିଆରି କରାଯାଏ। ଏହାକୁ ବନ୍ୟା ସମୟରେ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନକୁ ଯିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ।
- **ଚାର୍ପାଇ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ଚାର୍ପାଇ ଏବଂ ତ୍ରିପାଲରୁ ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହାକୁ ବନ୍ୟା ସମୟରେ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ।
- **ବାଉଁଶ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ବାଉଁଶକୁ ଦଉଡିରେ ବାନ୍ଧି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରିବ।
- **ବ୍ୟାରେଲ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ଏକ ବା ଦୁଇଟି ବ୍ୟାରେଲକୁ ବାଉଁଶରେ ବାନ୍ଧି ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇପାରିବ।
- **କଦଳୀ ଗଛ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ କଦଳୀ ଗଛର କାଣ୍ଡରୁ ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ବଞ୍ଚି ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିହେବ।
- **ଟ୍ୟୁବ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ଏକ ଟ୍ୟୁବକୁ ପବନରେ ଭର୍ତ୍ତି କରି ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ବଞ୍ଚି ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିହେବ।
- **ପାଣି ବୋତଲ ରାଫ୍ଟ:** ଏହି ରାଫ୍ଟ ପାଣି ବୋତଲରୁ ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବନ୍ୟା ସମୟରେ ପହଁରି ନିରାପଦ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇପାରିବ।
- **ଥର୍ମାକୋଲ ଲାଇଫ୍ ଜାକେଟ୍:** ଏହି ଜାକେଟ୍ କପଡା ଏବଂ ଥର୍ମାକୋଲରେ ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବନ୍ୟା ସମୟରେ ପହଁରି ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିପାରିବ।
- ଏହା ବ୍ୟତୀତ, ଯଦି ଜାକେଟ୍ ଉପଲବ୍ଧ ନଥାଏ, ତେବେ ଥର୍ମାକୋଲ ସିଟକୁ ଶରୀରର ଆଗ ଏବଂ ପଛରେ ବାନ୍ଧି ମଧ୍ୟ ବନ୍ୟା ସମୟରେ ପହଁରି ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିହେବ।

ପାଣିରେ ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ଧ୍ୟାନରେ ରଖିବାକୁ ଥିବା କଥାଗୁଡିକ:

- ପାଣିରେ ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ବହୁତ ପାଖକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ରସି, ବାଡି ଆଦି ଧରାଇବାର ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ
- ପହଁରିବାରେ ପ୍ରଶିକ୍ଷିତ ହୋଇଥିଲେ ହିଁ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପହଁରିକରି ବଞ୍ଚାଇବାକୁ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ପୀଡିତଙ୍କର ପାଟି ଏବଂ ଶ୍ୱାସ ନଳୀକୁ ଅବରୁଦ୍ଧ ନ ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ରିକଭରୀ ପୋଜିସନ (ସାହାରା ଦେବା ଭଳି ସ୍ଥିତି) ରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ଓଦା କପଡା କାଢି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ଗରମ ରଖନ୍ତୁ।
- ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ହେବ ଡାକ୍ତରଖାନା ପହଞ୍ଚାଇବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ।

ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଉପାୟ :

ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଉପାୟ ସେଗୁଡିକ ହୋଇଥାଏ ଯାହାକୁ ମାନବ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ଯାହାଫଳରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବଞ୍ଚା ଯାଇ ପାରିବ।

1. ଡ୍ରାଏ ରେସ୍କ୍ୟୁ

- **ପହଞ୍ଚିବା ବିଧି:**- ଏହା ବଞ୍ଚାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ଉପାୟ ଅଟେ, ଯାହାକୁ କେଣସି ବି ଆପାତ ସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରାଥମିକତା ଦିଆଯିବା ଉଚିତ। ସ୍ଥିରତା ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଜମି ଉପରେ ଛାତିର ବଳରେ ଶୋଇ ଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପାଖାପାଖି ପହଞ୍ଚିବାର ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ। ନିଜର ପହଞ୍ଚିବାକୁ ବଢାଇବା ପାଇଁ **ରସି** କିମ୍ବା **ବାଡି**ର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ।
- **ୱେଡ୍ ବିଧି:**- ଏଥିରେ ବଞ୍ଚାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ପାଣିରେ ଓହ୍ଲାଇ ଯାଏ ଯେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ବୁଡି ନ ପାରିବ ଏବଂ ନିକଟରୁ ନିକଟତମ ପହଞ୍ଚି କରି **ବାଡି, ରସି** ଆଦିର ସାହାଯ୍ୟରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କୂଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଣାଯାଏ।
- **ଫିଙ୍ଗିବା ବିଧି:**- ଏହା ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ତରିକା ମନାଯାଏ। ଏଥିରେ **ଲାଇଫବଏ** ଫିଙ୍ଗି କରି ପୀଡିତଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଯାଏ।
- **ଟୋ ବିଧି:**- ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ **ଲାଇଫବଏ** ଆଦିର ପ୍ରୟୋଗ ଏହି ପ୍ରକାର କରାଯାଏ କି ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତଙ୍କୁ ଆସାନୀରେ ଧରି କରି ପହଁରି ପହଁରି କୂଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଯାଇ ପାରିବ।

2. ୱେଟ୍ ରେସ୍କ୍ୟୁ

- ❖ କଣ୍ଟାକ୍ଟ ବିଧି (Contact Method)
- ❖ କଲାଇକୁ ଧରି (Wrist Tow)
- ❖ ସାହାରା ଦେବା ବାଲା (Support Tow)
- ❖ ବାହୁରୁ ଧରି କରି (Arm Tow)
- ❖ ମୁଣ୍ଡରୁ ଧରି କରି (Head Tow)
- ❖ ମଜବୁତିରେ ଧରିବା ବାଲା (Vice Grip Tow)

ସିପିଆର (କାର୍ଡିଓ ପଲମୋନାରି ରିସସିଟେସନ)କ'ଣ?

ସିପିଆର ଏକ ଜରୁରୀକାଳୀନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ ଯାହା ସେତେବେଳେ ଦିଆଯାଏ ଯେତେବେଳେ କେଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ନିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ହଠାତ୍ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ। ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ହୃଦୟ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଅମ୍ଳଜାନଯୁକ୍ତ ରକ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇବା।

ସିପିଆର କିପରି ଦେବେ? (ବୟସ୍କଙ୍କ ପାଇଁ)?

1. ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ:
- ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ହାଲୁକା ଭାବେ ହଲେଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଡାକନ୍ତୁ - **"ଆପଣ ଠିକ୍ ଅଛନ୍ତି କି?"**
- ନିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ (10 ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ) |

2. ସାହାଯ୍ୟ ମାଗନ୍ତୁ:
- 112 କିମ୍ବା ନିକଟସ୍ଥ ଜରୁରୀକାଳୀନ ନମ୍ବରକୁ କଲ୍ କରନ୍ତୁ।
- କାହାକୁ **AED (Automated External Defibrillator)** ଆଣିବାକୁ କୁହନ୍ତୁ (ଯଦି ଉପଲବ୍ଧ ଥାଏ)।

3. ଛାତିକୁ ଦବାନ୍ତୁ (Chest Compressions):
- ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପିଠି ବଳରେ କଠିନ ସ୍ଥାନରେ ଶୁଆଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଦୁଇ ହାତର ପାପୁଲିକୁ ପରସ୍ପର ଉପରେ ରଖି ଛାତିର ମଝିରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତି ମିନିଟରେ 100 ରୁ 120 ଥର ଦବାନ୍ତୁ (ଗଭୀରତା ପ୍ରାୟ 5 ସେ.ମି.) |
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦବାଇବା ପରେ ଛାତିକୁ ପୁନର୍ବାର ଉଠିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।

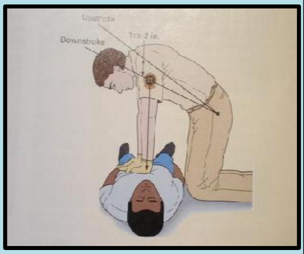
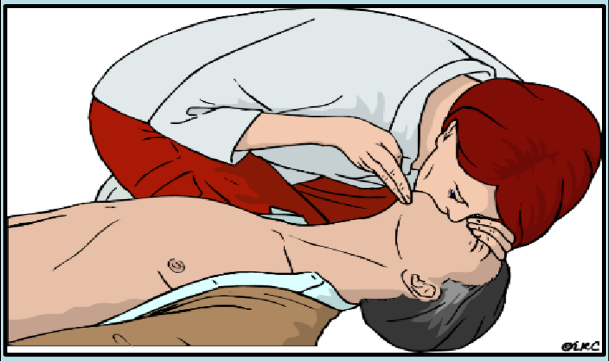
4. ମୁହଁରେ ନିଶ୍ୱାସ ଦେବା (ଯଦି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନେଇଛନ୍ତି):
- ମୁଣ୍ଡକୁ ପଛକୁ ନୁଆଁନ୍ତୁ, ଥୋମଣିକୁ ଉପରକୁ କରନ୍ତୁ।
- ନାକ ବନ୍ଦ କରି 2 ଥର ମୁହଁରେ ନିଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ 30 ଦବାଇବା ପରେ 2 ନିଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ (30:2 ଅନୁପାତ)।

5. **ସିପିଆର ଜାରି ରଖନ୍ତୁ:**
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପେଶାଦାର ସାହାଯ୍ୟ ନ ପହଞ୍ଚିଛି।
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋସକୁ ନ ଫେରିଛି।
- ଆପଣ ଥକି ନ ଯାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ବିପଦ ନ ଥାଏ।

ସିପିଆର କିପରି ଦେବେ? (ଶିଶୁ ପାଇଁ)

1. ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ:
- ଶିଶୁକୁ ହାଲୁକା ଭାବେ ହଲେଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଡାକନ୍ତୁ - "ଆପଣ ଠିକ୍ ଅଛନ୍ତି କି?"
- ନିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ (10 ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ)।

2. ସାହାଯ୍ୟ ମାଗନ୍ତୁ:
- 112 କିମ୍ବା ନିକଟସ୍ଥ ଜରୁରୀକାଳୀନ ନମ୍ବରକୁ କଲ୍ କରନ୍ତୁ।
- କାହାକୁ **AED (Automated External Defibrillator)** ଆଣିବାକୁ କୁହନ୍ତୁ (ଯଦି ଉପଲବ୍ଧ ଥାଏ)।

3. ଛାତିକୁ ଦବାନ୍ତୁ (Chest Compressions):

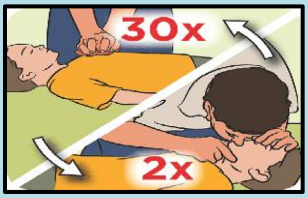
- ଶିଶୁକୁ ପିଠି ବଳରେ କଠିନ ସ୍ଥାନରେ (ବାକି ତଥ୍ୟ ଚିତ୍ରରେ ଦିଆଯାଇଛି) ଶୁଆନ୍ତୁ।
- ଗୋଟିଏ ହାତର ପାପୁଲିକୁ ଛାତିର ମଝିରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତି ମିନିଟରେ 100 ରୁ 120 ଥର ଦବାନ୍ତୁ (ଗଭୀରତା ପ୍ରାୟ 4 ସେ.ମି.)।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦବାଇବା ପରେ ଛାତିକୁ ପୁନର୍ବାର ଉଠିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।

4. ମୁହଁରେ ନିଶ୍ୱାସ ଦେବା (ଯଦି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନେଇଛନ୍ତି):

- ମୁଣ୍ଡକୁ ପଛକୁ ନୁଆଁନ୍ତୁ, ଥୋମଣିକୁ ଉପରକୁ କରନ୍ତୁ।
- ନାକ ବନ୍ଦ କରି 2 ଥର ମୁହଁରେ ନିଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ 30 ଦବାଇବା ପରେ 2 ନିଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ (30:2 ଅନୁପାତ)।

5. ସିପିଆର ଜାରି ରଖନ୍ତୁ:

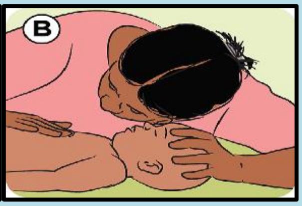
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପେଶାଦାର ସାହାଯ୍ୟ ନ ପହଞ୍ଚିଛି।
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋସକୁ ନ ଫେରିଛି।
- ଆପଣ ଥକି ନ ଯାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ବିପଦ ନ ଥାଏ।



ସିପିଆର କିପରି ଦେବେ (ଶିଶୁ ପାଇଁ):

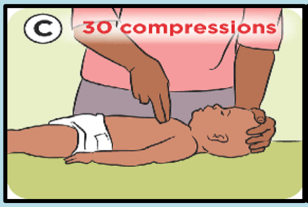
1. ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ:

- ଶିଶୁକୁ ଧୀରେ ହଲାନ୍ତୁ ଏବଂ ଶବ୍ଦ କରନ୍ତୁ- ତୁମେ ଠିକ୍ ଅଛ କି?
- ଶିଶୁର ନିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ (୧୦ ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ)



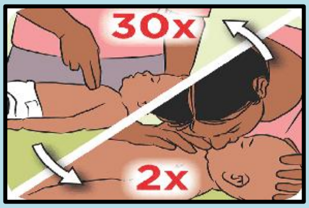
2. ସାହାଯ୍ୟ ମାଗନ୍ତୁ:

- 112 କିମ୍ବା ନିକଟସ୍ଥ ଜରୁରୀକାଳୀନ ନମ୍ବରକୁ କଲ୍ କରନ୍ତୁ।
- କାହାକୁ **AED (Automated External Defibrillator)** ଆଣିବାକୁ କୁହନ୍ତୁ (ଯଦି ଉପଲବ୍ଧ ଥାଏ)।



3. ଛାତିକୁ ଦବାନ୍ତୁ (Chest Compressions)

- ଶିଶୁକୁ ପିଠି ବଳରେ କଠିନ ସ୍ଥାନରେ ଶୁଆନ୍ତୁ।
- ଗୋଟିଏ ହାତର ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଠିକୁ ଛାତିର ମଝିରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତି ମିନିଟରେ 100 ରୁ 120 ଥର ଦବାନ୍ତୁ (ଗଭୀରତା ପ୍ରାୟ 3-4 ସେ.ମି.)।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦବାଇବା ପରେ ଛାତିକୁ ପୁନର୍ବାର ଉଠିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।



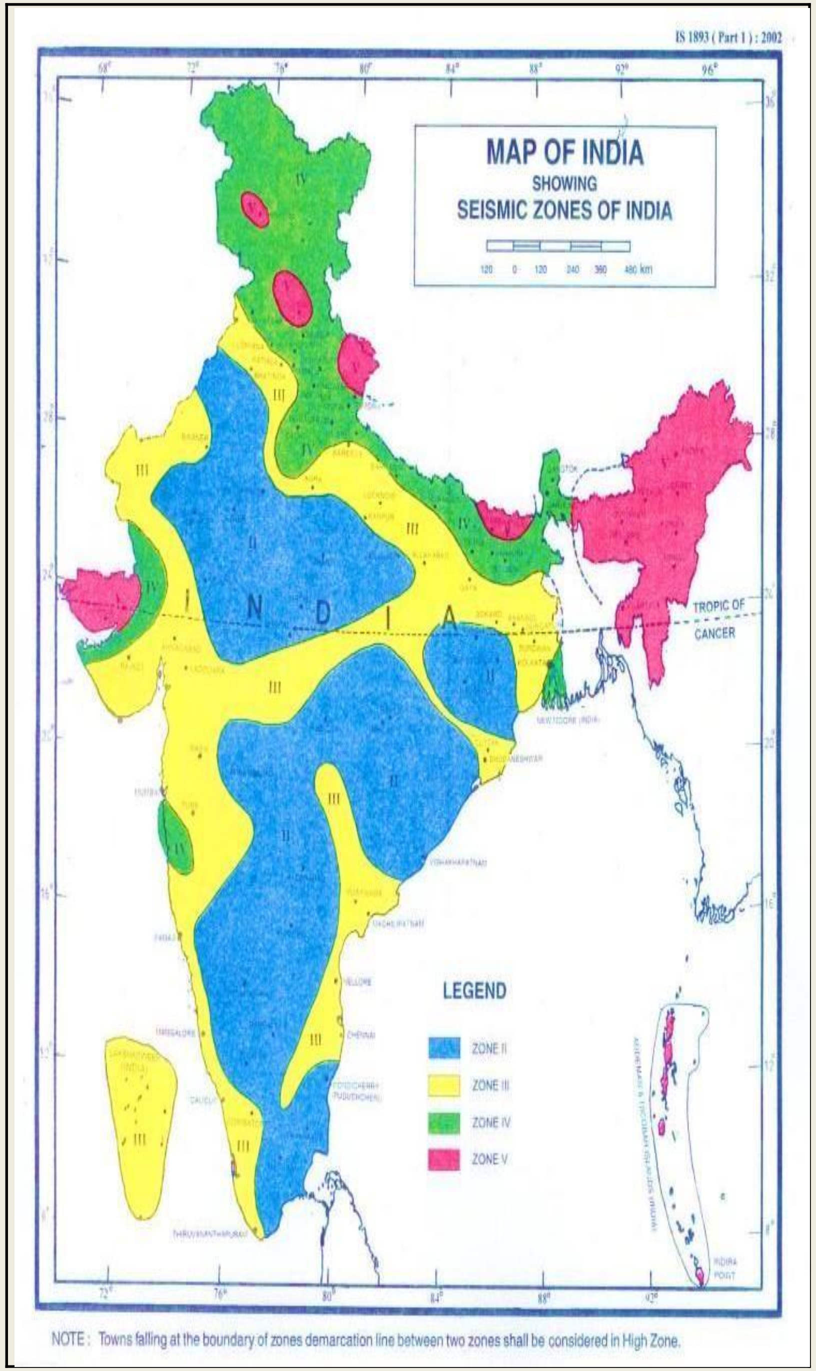
4. ମୁହଁରେ ନିଶ୍ୱାସ ଦେବା (ଯଦି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନେଇଛନ୍ତି):

- ମୁଣ୍ଡକୁ ପଛକୁ ନୁଆଁନ୍ତୁ, ଥୋମଣିକୁ ଉପରକୁ କରନ୍ତୁ।
- 2 ଥର ମୁହଁ ଏବଂ ନାକରେ ଫୁଙ୍କ ମାରନ୍ତୁ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ 30 ଦବାଇବା ପରେ 2 ନିଶ୍ୱାସ ଦିଅନ୍ତୁ (30:2 ଅନୁପାତ)।

5. ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସିପିଆର ଜାରି ରଖନ୍ତୁ:

- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପେଶାଦାର ସାହାଯ୍ୟ ନ ପହଞ୍ଚିଛି।
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁ ହୋସକୁ ନ ଫେରିଛି।
- ଆପଣ ଥକି ନ ଯାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ବିପଦ ନ ଥାଏ।

ଭୂକମ୍ପ



ଭୂକମ୍ପ ପରେ :

- ଭୟଭୀତ ନ ହୁଅନ୍ତୁ, ଶାନ୍ତି ବଜାୟ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ନା ଗୁଜବ ଶୁଣନ୍ତୁ କିମ୍ବା ଗୁଜବ ପ୍ରଚାର କରନ୍ତୁ।
- ପ୍ରଥମ କମ୍ପନ ପରେ ଦ୍ୱିତୀୟ କମ୍ପନ ଆସିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହନ୍ତୁ।
- ଆହତ ଏବଂ ଫସି ରହିଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ, ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦିଅନ୍ତୁ।
- ନବଜାତ ଶିଶୁ, ମହିଳା, ବୟସ୍କ ଏବଂ ଦିବ୍ୟାଙ୍ଗ ଲୋକଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ।
- କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କୋଠାଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ନିଆଁଠାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ, ମହମବତୀ ଏବଂ ଲଣ୍ଠନ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ, ଟର୍ଚ୍ଚ ଲାଇଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।
- ପଡିବାକୁ ଥିବା କୋଠାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ତା' ପାଖକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା କାହାକୁ ଯିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ରେଡିଓ ଶୁଣୁଥାଆନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ ନୂଆ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସୂଚନା ସମ୍ପର୍କରେ ଅବଗତ ହେଉଥିବେ।
- ଆପଣଙ୍କ ଘରକୁ ସେତେବେଳେ ହିଁ ଯାଆନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଆଧିକାରିକ ଭାବରେ ଘୋଷଣା ହେବ ଯେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆଉ ବିପଦ ନାହିଁ।
- ଟେଲିଫୋନ କେବଳ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସେବା ପାଇଁ ହିଁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।
- ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉପକରଣଗୁଡିକୁ ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ, ଯଦି କିଛି କ୍ଷତିର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ ତେବେ ମେନ୍ ଫ୍ୟୁଜ୍ କାଢି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ନାଗରିକ ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସାବଧାନତା ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

ଭୂକମ୍ପ କ'ଣ?

- ଭୂମିର ସତହ ଅନେକ ପ୍ଲେଟ୍ ମିଶି ତିଆରି ହୋଇଛି। ଯେତେବେଳେ ଭୌଗୋଳିକ କାରଣରୁ ଭୂମିର ଭିତର ପ୍ଲେଟ୍ ଗୁଡିକର ଘର୍ଷଣ ଓ ଭାଙ୍ଗିବାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ କମ୍ପନ ତରଙ୍ଗ ଏକାଠି ସବୁ ଦିଗରେ ଫଇଲେ, ସେତେବେଳେ ପ୍ରବଳ ଥରଥରାହଟ କିମ୍ବା ଭୂମିର କମ୍ପନ ହୁଏ ଯାହାକୁ ଭୂକମ୍ପ କୁହନ୍ତି।
- ଭୂକମ୍ପର ପୂର୍ବାନୁମାନ ହୁଏ ନାହିଁ।
- ଭୂକମ୍ପର ପ୍ରଭାବ କାରଣରୁ ଜୀବନ-ସମ୍ପତ୍ତିର କ୍ଷତି ହୁଏ।

ଭୂକମ୍ପ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି:

➢ ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ନିଜ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ କରି ନେବା ଉଚିତ, ତଥା ନିମ୍ନଲିଖିତ ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ ଉପରେ ବିଚାର କରନ୍ତୁ:

➢ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସାମଗ୍ରୀ (ପାଣି ବୋତଲ, ଶୁଖିଲା ରାସନ ଯଥା ଗୁଡ, ଚଣା, ଚୁଡ଼ା, ପ୍ରାଥମିକ ଉପଚାର ସାମଗ୍ରୀ, ଟର୍ଚ୍ଚ ଲାଇଟ୍, ରେଡିଓ ଓ ବ୍ୟାଟେରୀ, ଆଦି) କୁ ନିଜ ଘରେ ସବୁବେଳେ ତିଆରି ରଖନ୍ତୁ ଓ ବ୍ୟାଗରେ ପକାଇ ରଖନ୍ତୁ।

➢ ପରିବାରର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ଶିଖାନ୍ତୁ ଯେ ଜରୁରୀ ସମୟରେ କିପରି ବିଜୁଳି ଓ ଗ୍ୟାସ୍ ସଂଯୋଗ କାଟି ହେବ।

➢ ଘରେ ଏପରି ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରି ରଖନ୍ତୁ ଯାହା ଭୂକମ୍ପ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇ ପାରିବ।

➢ ନିଜ ସହର ବାହାରେ ଏପରି ଜଣେ ସମ୍ପର୍କୀୟ କିମ୍ବା ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ କରି ରଖନ୍ତୁ ଯାହାଙ୍କୁ ଆପାତକାଳୀନ ସମୟରେ ସୂଚିତ କରାଯାଇ ପାରିବ।

➢ ନିଜ ଘରକୁ ଏହିପରି ତିଆରି କରନ୍ତୁ ଯେ ଭୂକମ୍ପରୁ କମ୍ ସେ କମ୍ କ୍ଷତି ହେବ।

➢ ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଘରେ ଫାଟ ଅଛି ତେବେ ତାହାର ମରାମତି କରନ୍ତୁ।

➢ ନିଜ ଛାତ ଉପରେ ପାଣି ଟାଙ୍କିକୁ ମଜଭୁତ ଓ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଲଗାଇ ରଖନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ ତଳକୁ ନ ପଡିଯିବ।

➢ ଘରେ ଆପାତକାଳୀନ ବାହାରକୁ ବାଟକୁ ନିଶ୍ଚିତ ଓ ସଫା କରି ରଖନ୍ତୁ।

➢ ଭୂକମ୍ପରୁ ବଞ୍ଚିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ କରୁଥାଆନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ ଭୂକମ୍ପ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିବାରେ ସହଜ ହେବ।

ଭୂକମ୍ପ ସମୟରେ:

କ) ଯଦି ଭିତରେ ଅଛନ୍ତି ତ:

➢ ଭୟଭୀତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ, ଶାନ୍ତ ରୁହନ୍ତୁ ଓ ଭିତରେ ହିଁ ରୁହନ୍ତୁ।

➢ କେଣସି ଟେବୁଲ୍ କିମ୍ବା ମଜଭୁତ ଫର୍ଣ୍ଣିଚର୍ ତଳେ ଆଶ୍ରୟ ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ସେହି ଫର୍ଣ୍ଣିଚରର ଗୋଡକୁ ମଜଭୁତିରେ ଧରି କରି ରଖନ୍ତୁ।

➢ ଯଦି ଘରେ ଏପରି କେଣସି ଫର୍ଣ୍ଣିଚର୍ ନାହିଁ ତେବେ ଆଣ୍ଠୁରେ ଭାର ଦେଇ ମଜଭୁତ କାନ୍ଥ ପାଖରେ ଫର୍ଶ ଉପରେ ବସି ଯାଆନ୍ତୁ ଓ ନିଜ ହାତକୁ ଫର୍ଶ ଉପରେ ରଖନ୍ତୁ।

➢ ଦ୍ୱାର ପାଖରେ ନ ଛିଡା ହୁଅନ୍ତୁ, ପ୍ରବଳ ଝଟକାରେ ଦ୍ୱାର ଭାଙ୍ଗି ପାରେ ଓ ଆପଣଙ୍କୁ ଆଘାତ କରି ପାରେ।

➢ ଝରକା, କାଚ ଶୀଶା, ଭାରି ଆଲମାରୀ ଓ ଶୋ କେସ୍ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।

➢ ଯଦି ଆପଣ କେଣସି କଚ୍ଚା ମକାନରେ ଅଛନ୍ତି ତେବେ ତୁରନ୍ତ ସେହି ମକାନରୁ ବାହାରି ଯାଆନ୍ତୁ।

➢ ଏଲିଭେଟର୍ ବା ଲିଫ୍ଟର ପ୍ରୟୋଗ ନ କରନ୍ତୁ ସିଡିରେ ତଳକୁ ଓହ୍ଲାନ୍ତୁ।

ଖ) ଯଦି ବାହାରେ ଅଛନ୍ତି ତ:

❖ ଇମାରତ, ଲାଇଟ୍ ଖୁଣ୍ଟ ଓ ବିଜୁଳି ତାର ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।

❖ ଏପରି ସ୍ଥାନରେ ନ ରୁହନ୍ତୁ ଯେଉଁଠି ବିଜୁଳି ନିଃସଙ୍ଗ ତାର ପଡି ରହିଛି।

❖ ବଡ ଗଛ ତଳେ ନ ଛିଡା ହୁଅନ୍ତୁ।

❖ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଇମାରତରେ ପଶିବାରି ଚେଷ୍ଟା ନ କରନ୍ତୁ।

ଗ) ଯଦି କେଣସି ଗାଡିରେ ଅଛନ୍ତି ତ:

- କେଣସି ଖୋଲା ଓ ସଫା ଇଲାକାରେ ଯାଆନ୍ତୁ, ଇମାରତ, ଗଛ ଓ ବିଜୁଳି ତାର ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ଗାଡିକୁ ରୋକି ତା' ଭିତରେ ବସି ରୁହନ୍ତୁ।
- ଭୂକମ୍ପ ରହିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାବଧାନତା ରଖନ୍ତୁ।

ଅଗ୍ନି ସୁରକ୍ଷାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ସମ୍ପ୍ରଦାୟକୁ ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ।

"ନିଆଁ ହେଉଛି ନିଆଁ
ବନ୍ଧୁ କି ଶତ୍ରୁ, ଆମେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା "

ସାଧାରଣ ଅଗ୍ନି ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ସଂରକ୍ଷଣ ଟିପ୍ସ:

- ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାରର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ ଜାଣିଥିବେ ଯେ ନିଆଁ ଲାଗିଲେ କ'ଣ କରିବାକୁ ହେବ। ସମସ୍ତ ବାହାରିବା ରାସ୍ତାର ଏକ ଫ୍ଲୋର ପ୍ଲାନ ବନାନ୍ତୁ।
- ଯୋଜନାରେ ସିଡ଼ି, କରିଡର ଏବଂ ଝରକା ଭଳି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିବରଣୀ ସାମିଲ ହେବା ଉଚିତ, ଯାହାକୁ ନିଆଁରୁ ବର୍ତ୍ତିବାର ମାର୍ଗ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିବ।
- ଏହା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଝରକା ଏବଂ ଦ୍ୱାରଗୁଡ଼ିକ ସହଜରେ ଖୋଲୁଥିବ। ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ଥିତି ପାଇଁ ନିଆଁରୁ ବର୍ତ୍ତିବାର ସୁରକ୍ଷିତ ଉପାୟ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବ।
- ଜରୁରୀକାଳୀନ ସ୍ଥିତିରେ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ଏକତ୍ର ହେବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କ ଘରି ବାହାରେ ଏକ ସୁରକ୍ଷିତ ବୈଠକ ସ୍ଥାନ ବାଛନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କ ପରିବାରର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ସଚେତ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶୟନକକ୍ଷରେ ସର୍ବଦା ଏକ ଘଣ୍ଟି ଏବଂ ଏକ ଟର୍ଚ୍ଚ ଲାଇଟ୍ ରଖନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କ ବେଡରୁମର ଦ୍ୱାର ସର୍ବଦା ବନ୍ଦ କରି ଶୁଅନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଜୀବନନାଶକାରୀ ଉତ୍ତାପ ଏବଂ ଧୂଆଁ ବେଡରୁମରୁ ବାହାରେ ରହିବ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କୁ ବାହାରିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ସମୟ ମିଳିବ।
- ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ପରିବାରରେ ଆଲାର୍ମ ବଜାଇବାର କୈଣସି ଉପାୟ ଖୋଜନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ଚିତ୍କାର କରିବା, କାନ୍ଥରେ ପିଟିବା, ହୁଇସିଲ ବଜାଇବା ଇତ୍ୟାଦି। "**ନିଆଁ, ନିଆଁ, ନିଆଁ!**" ଚିତ୍କାର କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ।
- ସମୟ ବହୁତ ମୂଲ୍ୟବାନ। ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା, ପୋଷା ଜୀବଜନ୍ତୁ କିମ୍ବା ମୂଲ୍ୟବାନ ସାମଗ୍ରୀ ଖୋଜିବାରେ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ବସ୍ ବାହାରି ଯାଆନ୍ତୁ!

ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହନ୍ତୁ - ପୂର୍ବରୁ ଯୋଜନା କରନ୍ତୁ :

- ଆପଣଙ୍କ ଘର, ସ୍କୁଲ, ସଂଗଠନ କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପାଇଁ ଏକ ପଳାୟନ ଯୋଜନା ବନାନ୍ତୁ।)
- ନିୟମିତ ରୂପରେ ଆଖିରେ ପଟି ବାନ୍ଧି ଇମାରତ ଖାଲି କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ପ୍ରକୃତ ନିଆଁ ଲାଗିବା ସ୍ଥିତିରେ, ନିଆଁରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ଧୂଆଁର ପରିମାଣ ଦେଖିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ।
- ବାହାରକୁ ଯିବା ସମୟରେ ଜମି ସହିତ ଟିକିଏ ତଳେ ରହିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ନିଆଁ ଲାଗିବା ଦୁର୍ଘଟଣା ସମୟରେ ସର୍ବଦା ତଳେ ରୁହନ୍ତୁ, କାରଣ ଧୂଆଁ କିମ୍ବା ଗ୍ୟାସର ଗୋଟିଏ ନିଶ୍ୱାସ ମଧ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ।
- ଦ୍ୱାର ଖୋଲିବା ପୂର୍ବରୁ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆପଣଙ୍କ ହାତର ପଛପଟୁ ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ। ଯଦି ଦ୍ୱାର ଗରମ ଅଛି, ତେବେ ଅନ୍ୟ ରାସ୍ତାରେ ବାହାରି ଯାଆନ୍ତୁ।
- ପୋଷାକରେ ଲାଗିଥିବା ନିଆଁକୁ ଲିଭାଇବା ପାଇଁ ରୁହନ୍ତୁ, ପଡ଼ିଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଗଡ଼ିଯାଆନ୍ତୁ ବିଧିର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ।
- (ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ସମସ୍ତ ରଣନୀତିକ ସ୍ଥାନରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଅଗ୍ନିଶାମକ ଯନ୍ତ୍ର ରଖାଯାଇଛି ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ସ୍ଥିତିରେ ଅଛି।)

ଅଗ୍ନି ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ଟିପ୍ସ :

- ଧୂଆଁ ଏବଂ ଝୁଲ, ଉଭୟକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ମୋକ ଡିଟେକ୍ଟର ଲଗାନ୍ତୁ। ମାସରେ ଥରେ ସ୍ମୋକ ଡିଟେକ୍ଟର ଯାଞ୍ଚ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ବର୍ଷରେ ଅନ୍ତତଃ ଥରେ ବ୍ୟାଟେରୀ ବଦଳାନ୍ତୁ। ଧୂଆଁ ଡିଟେକ୍ଟର ପବନରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ପରିମାଣର ଧୂଆଁ କିମ୍ବା ଅଦୃଶ୍ୟ ଦହନ ଗ୍ୟାସ୍ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତି।)
- ନିଆଁ ଲାଗିବା ଜରୁରୀକାଳୀନ ସ୍ଥିତି ପରେ, ଯେଉଁଠାରେ ଉପଯୁକ୍ତ ହେବ, ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ। ଗୁରୁତର ରୂପରେ ଆହତ ଲୋକଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ବୃତ୍ତିଗତ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ନେବା ଉଚିତ।
- କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଇମାରତରୁ ସର୍ବଦା ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ। କେବଳ ସେତେବେଳେ ଫେରନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଅଗ୍ନିଶମନ ଅଧିକାରୀ ଏହାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କହିବେ।
- ପୋର୍ଟେବଲ ଏବଂ ସ୍ପେସ୍ ହିଟରକୁ ଜଳୁଥିବା କେଣସି ବସ୍ତୁଠାରୁ ଅନ୍ତତଃ 3 ଫୁଟ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ। ଘରୁ ବାହାରକୁ ଯିବା କିମ୍ବା ଶୋଇବା ସମୟରେ ହିଟର କେବେବି ଚାଲୁ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ। ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ପୋଷା ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ସର୍ବଦା ହିଟରଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ।)
- ବିଛଣାରେ କିମ୍ବା ଶୋଇବା ସମୟରେ କେବେବି ଧୂମ୍ରପାନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଅସାବଧାନତାରେ ଫିଙ୍ଗା ଯାଇଥିବା ସିଗାରେଟ୍ / ବିଡ଼ି ବିଶ୍ୱରେ ନିଆଁ ଯୋଗୁଁ ହେଉଥିବା ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ଅଟେ।)
- ଖାଦ୍ୟ ରାନ୍ଧିବା କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଜ୍ୱଳନଶୀଳ ପଦାର୍ଥଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ରାନ୍ଧିବା ସମୟରେ ଛୋଟ କିମ୍ବା ଫିଟ୍ ହାତ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ। ଆପଣଙ୍କ ବାସନର ହ୍ୟାଣ୍ଡେଲଗୁଡ଼ିକୁ ଭିତର ଆଡ଼କୁ ମୋଡ଼ନ୍ତୁ ଯାହାଫଳରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଜଳିବ ନାହିଁ - ଚୁଲି ଝୁଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଯଦି ଗ୍ରୀସ୍ ନିଆଁ ଧରେ, ତେବେ ସାବଧାନତାରେ ଢାଙ୍କୁଣୀକୁ ତାୱା ଉପରେ ଘୁଞ୍ଚାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଆଁ ଲିଭାଇ ଦିଅନ୍ତୁ, ତାପରେ ବର୍ନର ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।)
- ଦିଆସିଲି ଏବଂ ଲାଇଟର ପିଲାମାନଙ୍କ ହାତରେ ବିପଜ୍ଜନକ ହୋଇପାରେ। ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଏପରି ଜାଗାରେ ରଖନ୍ତୁ ଯେଉଁଠାରେ ପିଲାମାନେ ପହଞ୍ଚିପାରିବେ ନାହିଁ, ଭଲ ହେବ ଯେ କେଣସି ବନ୍ଦ ଜାଗାରେ ରଖନ୍ତୁ। ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଶିଖାନ୍ତୁ ଯେ ଦିଆସିଲି ଏବଂ ଲାଇଟର ଉପକରଣ ଅଟେ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକର ବ୍ୟବହାର କେବଳ ବଡ଼ମାନେ ହିଁ କରିବା ଉଚିତ।)
- ଯଦି କେଣସି ଉପକରଣରୁ ଧୂଆଁ ବାହାରୁଛି କିମ୍ବା ସେଥିରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଗନ୍ଧ ଆସୁଛି ତେବେ ତାହାକୁ ତୁରନ୍ତ ହଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତାହାର ମରାମତି କରାନ୍ତୁ। ଭଙ୍ଗା କିମ୍ବା ଘଷି ହୋଇଥିବା ବିଦ୍ୟୁତ ତାରଗୁଡ଼ିକୁ ବଦଳାନ୍ତୁ ଏବଂ ଏକ୍ସଟେନସନ୍ ତାର ଉପରେ ଅଧିକ ଭାର ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏଗୁଡ଼ିକୁ କାର୍ପେଟ ତଳେ ଚଳାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ। ଫ୍ୟୁଜ ବକ୍ସ ସହିତ କେବେବି ଛେଡ଼ଛାଡ଼ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଭୁଲ୍ ଆକାରର ଫ୍ୟୁଜ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଯଦି କେହି ଜଳିଯାଏ, ତେବେ ଘା'କୁ ତୁରନ୍ତ 10 ରୁ 15 ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ତଳେ ରଖନ୍ତୁ। ଯଦି ଜଳିବା ଉପରେ ଫୋଟକା କିମ୍ବା ଘା' ହୁଏ, ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ।)
- ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ହାଲୋଜେନ୍ ଲାଇଟ୍ ଅଛି, ତେବେ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଜ୍ୱଳନଶୀଳ ପଦ ଏବଂ ତଳ ଛାତ ଥିବା କ୍ଷେତ୍ରଠାରୁ ଦୂରରେ ଥିବ। ଘର କିମ୍ବା ଅଫିସରୁ ବାହାରକୁ ଯିବା ସମୟରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ କେବେବି ଚାଲୁ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ।)
- ଅଧିକ ବିବରଣୀ ପାଇଁ, ଦୟାକରି ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ ବେସାମରିକ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ମହାନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଅଗ୍ନିଶମ ସେବା) ଭାରତ ସରକାର, ଗୃହ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ, ଇମେଲଃ mhafire@googlegroups.com।

ଜାତୀୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ବାହିନୀ

ସାଧାରଣ ଅଗ୍ନି ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ସଂରକ୍ଷଣ ଟିପ୍ସ

- ସ୍କୁଲ୍ ପାଇଁ ଏକ ଅଗ୍ନି ଜରୁରୀକାଳୀନ ଯୋଜନା ବିକଶିତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ସମସ୍ତେ ଏହା ଜାଣିଥିବେ।
- ଆପଣଙ୍କ ସ୍କୁଲକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ଗୃହ ନିର୍ମାଣ ନିୟମାବଳୀର ଅନୁପାଳନ କରନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀକାଳୀନ ସ୍ଥିତିରେ ଫାୟାର୍ ଆଲାର୍ମ ସେଟ୍ କରନ୍ତୁ (ମାନୁଆଲ୍ ଆଲାର୍ମିଂ ସିଷ୍ଟମ୍ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ) ଏବଂ ନିଆଁ ଲାଗିବା ସ୍ଥିତିରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସତର୍କ କରନ୍ତୁ।
- ସାଧାରଣ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ପଳାୟନ ରାସ୍ତାରେ ଆଖି ବନ୍ଦ କରି ଚାଲିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ।
- ସର୍ବଦା କେଣସି ବାଧାବିଘ୍ନରୁ ବର୍ତ୍ତିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କ ପଳାୟନ/ବାହାରିବା ରାସ୍ତାକୁ ସଫା ରଖନ୍ତୁ।
- ଷ୍ଟୋରେଜ୍ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଅଳିଆମୁକ୍ତ ରଖନ୍ତୁ। କାଫେଟେରିଆ କର୍ମଚାରୀମାନେ ରୋଷେଇରେ କାମ କଲାବେଳେ ଅତିରିକ୍ତ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ।
- କେଣସି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ସର୍ବଦା ଏକ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା କିଟ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରଖନ୍ତୁ। ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ବକ୍ସକୁ ସହଜରେ ପହଞ୍ଚିହେବା ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- କିରୋସିନ, ଗ୍ୟାସ୍ ସିଲିଣ୍ଡର ଇତ୍ୟାଦି ଜ୍ୱଳନଶୀଳ ପଦାର୍ଥକୁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପହଞ୍ଚରୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ନିଆଁ ଲାଗିବା ସ୍ଥିତିରେ, ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଉପକରଣଗୁଡ଼ିକୁ ତୁରନ୍ତ ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ସାଧାରଣ ସମୟରେ ପୁରୁଣା ତାର ଏବଂ ଭଙ୍ଗା ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଫିଟିଂ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ।
- କେଣସି ବିପଜ୍ଜନକ ସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ଆପଣଙ୍କ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିସିଆନଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଅଗ୍ନିଶମକ ଯନ୍ତ୍ରକୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ସ୍ଥିତିରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଚଳାଇବା ଶିଖନ୍ତୁ।

- ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅଗ୍ନି ସୁରକ୍ଷା ନିୟମ ଶିଖାନ୍ତୁ।
- ନ ଘାବରେଇ କ୍ଲାସ୍‌ରୁମରୁ ବାହାରି ଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଶାନ୍ତ ରୁହନ୍ତୁ।

ନିଆଁ ଲାଗିବା ସ୍ଥିତିରେ:

- ଆପଣଙ୍କ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତୁ - ଶାନ୍ତ ରୁହନ୍ତୁ, ଘାବରେଇ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଆଲାର୍ମ ବଜାନ୍ତୁ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସତର୍କ କରନ୍ତୁ।
- ନିକଟତମ କିମ୍ବା ଜରୁରୀକାଳୀନ ନିର୍ଗମନ ପଥ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କ ପଛରେ ସମସ୍ତ ଦ୍ୱାର ଏବଂ ଝରକା ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ।
- ସିଡ଼ି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ, ଲିଫ୍ଟ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- କେବେବି ଛିଡ଼ା ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ, ବରଂ ସର୍ବଦା ଭୂମିରେ ତଳ ଆଡ଼କୁ ସରନ୍ତୁ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ମୁହଁ ଘୋଡ଼ାନ୍ତୁ।
- ଉଚ୍ଚ ସ୍ୱର କରି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦଳର ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷିତ କରନ୍ତୁ।

ଯଦି କାହାକୁ ନିଆଁ ଲାଗିଯାଏ:

- ସର୍ବଦା ରୁହନ୍ତୁ, ପଡ଼ିଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଗଡ଼ନ୍ତୁ। ନିଆଁ ଲିଭାଇବା ପାଇଁ ଭୂମିରେ ଲୋଟନ୍ତୁ।
- କେଣସି ଅଗ୍ନି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ, ଅଗ୍ନିଶମନ ସେବାକୁ ତୁରନ୍ତ 101 ନମ୍ବରରେ କଲ୍ କରନ୍ତୁ, ଯାହାକି ଶୁଳ୍କମୁକ୍ତ ଅଟେ, ଏବଂ ନିମ୍ନଲିଖିତ କଥାଗୁଡ଼ିକୁ ମନେରଖନ୍ତୁ:
- ଅଗ୍ନିଶମନ ବିଭାଗକୁ ଘଟଣାର ସୂଚନା ଦେବା ସମୟରେ ଶାନ୍ତ ରୁହନ୍ତୁ।
- କଲ୍ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନାମ ଏବଂ ସଠିକ୍ ଠିକଣା କୁହନ୍ତୁ।
- ସମ୍ପର୍କ ନମ୍ବର ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀକାଳୀନ ପ୍ରକାର ବିଷୟରେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ - ନିଆଁର ପ୍ରକୃତି ଏବଂ ଏହାର ଉତ୍ସ।
- ଆଖପାଖର ସ୍ଥଳଚିହ୍ନ ବିଷୟରେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ।
- ଘଟଣାସ୍ଥଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଛୋଟ ଏବଂ ସବୁଠାରୁ ସହଜ ରାସ୍ତାର ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ, ଯାହା ଅଗ୍ନିଶମନ ସେବାକୁ ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚିବା ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ଦକ୍ଷତାର ସହିତ ଏବଂ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଢଙ୍ଗରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ।
- ସମସ୍ତ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସହାୟତା କାର୍ଯ୍ୟର ନମ୍ବର ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରନ୍ତୁ ତଥା ସମସ୍ତ ମହଲା ଏବଂ ରଣନୀତିକ ସ୍ଥାନରେ ନିର୍ଗମନ ମାନଚିତ୍ର ଲଗାନ୍ତୁ।
- ସର୍ବଦା ଆପଣଙ୍କୁ, ଆପଣଙ୍କ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ସ୍କୁଲକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖନ୍ତୁ।

ବନ୍ୟା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ରିଲିଫ୍ କାର୍ଯ୍ୟ

ୱେଡ୍ ପଦ୍ଧତି (Wade Method):-

ଏଥିରେ ବଞ୍ଚାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି, ପାଣିରେ ସେହି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଏ ଯେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ବୁଡି ନ ପାରିବ ଏବଂ ନିକଟରୁ ନିକଟତମ ପହଞ୍ଚି କରି **କାଠ, ରସି** ଆଦିର ସାହାଯ୍ୟରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କୂଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଣାଯାଇ ପାରିବ।

1) ଡ୍ରାଏ ରେସ୍କ୍ୟୁ (Dry Rescue):-

କ) ରିଚ୍ ମେଥଡ୍ (Reach Method):- ଏହା ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ତରିକା ମନାଯାଏ ଯେଉଁଥିରେ ଛାତିର ବଳରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ନିକଟତର ପହଞ୍ଚି ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଏ। ଏଥିରେ କାଠ କିମ୍ବା ରସିର ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ।

ଖ) ଥ୍ରୋ ମେଥଡ୍ (Throw Method):- ଏହି ମେଥଡରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ **ଲାଇଫବଏ** ଆଦିର ପ୍ରୟୋଗ ଏହି ପ୍ରକାର କରନ୍ତି ଯେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସହଜରେ ଧରି କରି ପହଁରି ପହଁରି କୂଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଯାଇ ପାରିବ।

2) ଓଦା ଉଦ୍ଧାର (Wet Rescue):-

- ✓ ସମ୍ପର୍କ ଦ୍ୱାରା ବଞ୍ଚାଅ।
- ✓ ହାତରେ ଧରି କରି ଟାଣିବା।
- ✓ ଭାଇସ୍ ଗ୍ରିପ୍ ଟୋ (Vice Grip Tow)।
- ✓ ମୁଣ୍ଡ ଧରି କରି ଟାଣିବା।
- ✓ ଥୋମଣି ଧରି କରି ଟାଣିବା।

ବଞ୍ଚାଇବା ସମୟରେ ଏହା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର **ଶ୍ୱାସକୁ** ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରାଯାଉ।

ବନ୍ୟା ଘୋର ସଙ୍କଟ ଆଣେ ଏବଂ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ। ବନ୍ୟାରେ ଫସିଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଓ ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଚିକିତ୍ସା ସାମଗ୍ରୀ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ଡଙ୍ଗାର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ିଥାଏ। ଯଦି ଡଙ୍ଗା ନ ମିଳେ, ତେବେ ସ୍ଥାନୀୟ ସ୍ତରରେ ଉପଲବ୍ଧ ସାଧନରୁ ଇମ୍ପ୍ରୋଭାଇଜ୍ (କାମଚଳା) ରାଫ୍ଟ ତିଆରି କରାଯାଇପାରିବ।

1) ଟିଣ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ଟିଣ ଏବଂ ବାଉଁଶରୁ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଏଥିରେ ବନ୍ୟା ସମୟରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ହେବ।

2) ଖଟ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ଖଟ ଓ ତ୍ରିପାଲରୁ ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ହେବ।

3) ବାଉଁଶ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ଏକ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ବ୍ୟାରେଲକୁ ବାଉଁଶରେ ବାନ୍ଧି ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ବଞ୍ଚି ହେବ।

4) ବ୍ୟାରେଲ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ଏକ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ବ୍ୟାରେଲକୁ ବାଉଁଶରେ ବାନ୍ଧି ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ବଞ୍ଚି ହେବ।

5) କଦଳୀ ଗଛ ରାଫ୍ଟ: ଏହା କଦଳୀ ଗଛର ତନାରୁ (କାଣ୍ଡ) ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବନ୍ୟା ସମୟରେ ବଞ୍ଚି ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ହେବ।

6) ଟ୍ୟୁବ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ଏକ ଟ୍ୟୁବକୁ ପବନରେ ଭରି ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚି ହେବ।

7) ପାଣି ବୋତଲ ରାଫ୍ଟ: ଏହା ପାଣି ବୋତଲରୁ ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ରାଫ୍ଟ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବନ୍ୟା ସମୟରେ ପହଁରି ସୁରକ୍ଷିତ ଜାଗାକୁ ଯାଇପାରିବ।

୫) ଇମ୍ପ୍ରୋଭାଇଜଡ୍ ଲାଇଫ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ : ଏହା କପଡ଼ା ଏବଂ ଥର୍ମୋକୋଲ୍‌ରେ ତିଆରି ଏକ ଜ୍ୟାକେଟ୍, ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପହଁରି ବନ୍ୟା ସମୟରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇପାରିବେ।

ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ନଥିଲେ, ଥର୍ମୋକୋଲ୍ ସିଟ୍‌କୁ ଶରୀରର ଆଗ ଏବଂ ପଛ ଭାଗରେ ବାନ୍ଧି ମଧ ବନ୍ୟା ସମୟରେ ପହଁରି ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ହେବ।

୨) ପାଣିରେ ବୁଡିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କଲାବେଳେ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ଥିବା କଥା:

- ✓ ପାଣିରେ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଅଧିକ ପାଖକୁ ନ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ✓ ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ **ରସି, କାଠି** ଆଦି ଧରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ✓ **ପ୍ରଶିକ୍ଷିତ** ହୋଇଥିଲେ ହିଁ ପହଁରିକରି ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାନ୍ତୁ।
- ✓ ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ମୁହଁ ଏବଂ ଶ୍ୱାସ ନଳୀକୁ ଅବରୋଧ ମୁକ୍ତ କରନ୍ତୁ।
- ✓ ଓଦା କପଡ଼ା ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ✓ ପୀଡ଼ିତଙ୍କୁ ଗରମ ରଖନ୍ତୁ।
- ✓ **ଅସ୍ପିତାଲ୍** ପଠାଇବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ।

ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଉପାୟ:

ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଉପାୟ ସେଗୁଡ଼ିକ ଅଟେ ଯାହାକୁ ମାନବ ଦ୍ୱାରା ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ବୁଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଯାଇ ପାରିବ।

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय आपदा मोचन बल

NATIONAL DISASTER RESPONSE FORCE

आपदा सेवा सदैव सर्वत्र

ବନ୍ୟା ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ

ବନ୍ୟା ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ:

ବନ୍ୟା ପରେ କଣ କରିବେ:- ମନେରଖନ୍ତୁ, ଆପଣଙ୍କ ଘର ବନ୍ୟାରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଛି। ବନ୍ୟା ପାଣି କମିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଆପଣଙ୍କୁ ଅନେକ ବିପଦରୁ ସାବଧାନ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ, ତେଣୁ ନିମ୍ନ କଥାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ:-

- ଆପଣଙ୍କ ଫେରିବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୂଚନା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ଥାନୀୟ ନେତୃତ୍ୱ ଓ ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କୁ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଅନ୍ତିମ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ପୂର୍ବରୁ ବିଚାରବିମର୍ଶ କରନ୍ତୁ।
- ଅନେକ ରାସ୍ତା ଏବେ ବି ଅବରୋଧ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ଅନେକ ଜାଗାରେ ଜଳବନ୍ଦୀ ସମସ୍ୟା ରହିପାରେ, ତେଣୁ ଚେତାବନୀ ସୂଚକ ଚିହ୍ନଗୁଡ଼ିକୁ ଧ୍ୟାନରେ ରଖି ରାସ୍ତାର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ।
- ସମାଚାର ପ୍ରସାରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ତାଜା ସ୍ଥିତିରେ ନିଜକୁ ଅବଗତ ରଖନ୍ତୁ, ପୁଣି ବନ୍ୟା ବା ତୁରନ୍ତ ବନ୍ୟାର ସମ୍ଭାବନା ହୋଇପାରେ।
- ବନ୍ୟା ପ୍ରଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭ୍ରମଣ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ, ବନ୍ୟା କାରଣରୁ ଆପଣଙ୍କୁ ଧାରୁଆ କଣ୍ଟାଳିଆ ବସ୍ତୁରୁ ଆଘାତ ଲାଗିପାରେ।
- ଶୋଇବା ସମୟରେ ମଶାରିର ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ।
- ନଦୀ କୂଳ, ଭୂସ୍ଖଳନ ସମ୍ଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ର ଓ ସୁରକ୍ଷା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଖାଲି କରାଯାଇଥିବା କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବନ୍ୟା ପ୍ରଭାବିତ ଘରଗୁଡ଼ିକର ନିରୀକ୍ଷଣ ବଡ଼ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନ କରାଯାଇଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବେଶ ନ କରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ବନ୍ୟାର ବିପଦ ସମାପ୍ତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଶାସନ, ସାମୁଦାୟିକ ନେତୃତ୍ୱ ଏବଂ ସମାଜ ସହିତ ବିଚାରବିମର୍ଶ କରୁ ରୁହନ୍ତୁ।

ବନ୍ୟା:-

ଜଳଧାରାର ଜଳ ସଂଗ୍ରହ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେଉଥିବା ଭାରୀ ବା ଲମ୍ବା ସମୟ ଧରି ହେଉଥିବା ବର୍ଷା କାରଣରୁ ନଦୀ, ନାଳ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଜଳ କ୍ଷେତ୍ରର ପ୍ରବାହରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟାବଧିରେ ହେଉଥିବା ବୃଦ୍ଧି କିମ୍ବା ପାଣିର ଏହି ଜଳଧାରାଗୁଡ଼ିକର ସୀମା ବାହାରକୁ ବାହାରି ଯିବାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ସ୍ଥିତିକୁ ବନ୍ୟା କୁହନ୍ତି।

ନଦୀ କୂଳ ଏବଂ ସମୁଦ୍ର ତଟୀୟ ବାସିନ୍ଦାଙ୍କ ପାଇଁ ବନ୍ୟାର ବିପଦ ଅଧିକ ରହିଥାଏ।

ବନ୍ୟାର କାରଣ:-

- ବରଫର ତରଳିବା ଏବଂ ଭାରୀ ବର୍ଷା, ଏବଂ ନଦୀରେ ଉଚିତ ଡ୍ରେନେଜ୍ ସିଷ୍ଟମ୍ ନ ଥିବାରୁ ବନ୍ୟା ଆସିଥାଏ।
- ଭାରତରେ 40 ମିଲିୟନ ହେକ୍ଟର ଜମି ବନ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ।
- ବନ୍ୟା ଡ୍ୟାମ୍ ଭାଙ୍ଗିବା ଏବଂ ବାତ୍ୟା କାରଣରୁ ମଧ ଆସିପାରେ।
- ଶହରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଷ୍କାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଅଭାବରେ ବନ୍ୟା ଆସିଥାଏ।

ଘର ଛାଡିବାର ପରାମର୍ଶ ଦିଆଗଲେ କ'ଣ କରିବେ:-

- ସମୁଦାୟ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବରୁ ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଜନା ଅନୁରୂପ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କର ବହୁମୂଲ୍ୟ ବସ୍ତୁ, ଅଭିଲେଖ (ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟ) ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଜିନିଷକୁ ଏକାଠି କରି ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ଫର୍ଣ୍ଣିଚର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ନିଜସ୍ୱ ବସ୍ତୁକୁ ବନ୍ୟାର ସମ୍ଭାବିତ ସ୍ତରଠାରୁ ଉପରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ରୋଷେଇ ଗ୍ୟାସ୍, ବିଜୁଳି ଏବଂ ପାଣିର ଆପୂର୍ତ୍ତି ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଘରର ସମସ୍ତ ଦ୍ୱାର ଏବଂ ଝରକାକୁ ମଜବୁତିରେ ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ସମସ୍ତ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଉପକରଣକୁ ବନ୍ୟାର ସମ୍ଭାବିତ ସ୍ତରଠାରୁ ଉପରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ରେଫ୍ରିଜରେଟର, ଫ୍ରିଜର ଖାଲି କରି ଦିଅନ୍ତୁ ତଥା ବିଜୁଳି କନେକ୍ସନ ଅଲଗା କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଦ୍ୱାରଗୁଡ଼ିକରେ ତାଲା ଲଗାନ୍ତୁ।
- ନିଷ୍କାସନ ପାଇଁ ସୁଝାଯାଇଥିବା ସୁରକ୍ଷିତ ମାର୍ଗର ଉପଯୋଗ କରୁଥିବା ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀକାଳୀନ ଜିନିଷ ବହନ କର |

ଆପାତକାଳୀନ ବସ୍ତୁ:-

- ❖ ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ଛୋଟ ରେଡିଓ ଏବଂ ଟର୍ଚ୍ଚ ଏବଂ ବ୍ୟାଟେରୀ।
- ❖ ମହମବତୀ ଏବଂ ଜଳରୋଧୀ ଦିଆସିଲି।
- ❖ ପିଇବା ପାଣି ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ।
- ❖ ସର୍ଦ୍ଦି, କାଶ, ଝାଡ଼ାବାନ୍ତି, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଏବଂ ଜ୍ୱରର ସାଧାରଣ ଔଷଧ।
- ❖ ମଜବୁତ ଜୋତା ଏବଂ ସମ୍ଭବ ହେଲେ ତ ରବର ଦସ୍ତାନା।
- ❖ ଅଭିଲେଖ, ବହୁମୂଲ୍ୟ ବସ୍ତୁ ଏବଂ କପଡ଼ାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା ପାଇଁ ଜଳରୋଧୀ ଥଳା।
- ❖ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକର ବାଲ୍ଟି ବା କ୍ୟାନ୍, ଯେବେ ସାଫ୍ ପାଣି ନ ମିଳିପାରେ।
- ❖ ଆପାତକାଳୀନ ସମ୍ପର୍କର ଦୂରଭାଷ ନମ୍ବର ଏବଂ ଠିକଣା।

ବନ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି:-

- ❖ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ବନ୍ୟା ସମ୍ଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିବାସ କରୁଥିବା ସମୁଦାୟ ସହିତ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ବନ୍ୟାର ବିପଦକୁ ଜାଣିଛନ୍ତି।
- ❖ ଆପଣଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂର୍ବରୁ ଆସିଥିବା ବନ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଜାଣକାରୀ ଏକତ୍ର କରନ୍ତୁ ତଥା ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନର ଜାଣକାରୀ ରଖନ୍ତୁ।
- ❖ ଅତ୍ୟଧିକ ବର୍ଷା ବା ଲମ୍ବା ସମୟ ଧରି ବର୍ଷା ହେବାର ସ୍ଥିତିରେ ସ୍ଥାନୀୟ ପ୍ରଶାସନ ଏବଂ ସୂଚନା ମାଧ୍ୟମ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସାରିତ କରାଯାଉଥିବା ଚେତାବନୀକୁ ଧ୍ୟାନପୂର୍ବକ ଶୁଣନ୍ତୁ ତଥା ତାହାର ଅନୁପାଳନା କରନ୍ତୁ।
- ❖ ବନ୍ୟା ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଆବଶ୍ୟକ ସାମାନକୁ ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ❖ ସମୁଦାୟର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ସାଥୀରେ ବନ୍ୟାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରୁଥିବା ସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ଚର୍ଚ୍ଚା କରନ୍ତୁ
- ❖ ସାମାନ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବନ୍ୟାରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପାରୁଥିବା କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ।
- ❖ ବନ୍ୟାର ସ୍ଥିତିରେ ନିଷ୍କାସନ ପାଇଁ ପୂର୍ବରୁ ନିଶ୍ଚିତ ଯୋଜନାର ତିଆରି କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ। ନିଷ୍କାସନର ସ୍ଥିତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲେ ପରିବାରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ପାଇଁ ପୂର୍ବରୁ ନିଶ୍ଚିତ ଉତ୍ତରଦାୟିତ୍ୱ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦେଶର ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ।

ବନ୍ୟା ସମୟରେ କ'ଣ କରନ୍ତୁ:-

- ବନ୍ୟା ପାଣିର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସିଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ଉପଯୋଗ ନ କରନ୍ତୁ।
- ବାହାରୀ କ୍ଷେତ୍ରରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ଏବଂ ଖରାପ ହୋଇଯାଇଥିବା ଭୋଜନର ପ୍ରୟୋଗ ନ କରନ୍ତୁ। ଏଥିରୁ ବିକଶିତ ହେଉଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜୀବ ଆପଣଙ୍କୁ ବୀମାର (ଅସୁସ୍ଥ) କରିପାରନ୍ତି।
- ମରିଯାଇଥିବା ପଶୁ-ପକ୍ଷୀଙ୍କ ମାଂସର ଭୋଜନ ରୂପରେ ଉପଯୋଗ ନ କରନ୍ତୁ, ସମ୍ଭବ ଅଟେ କି ଏହି ପଶୁ-ପକ୍ଷୀ କେଣସି ବୀମାରୀ (ରୋଗ) କାରଣରୁ ମରିଥାଇପାରନ୍ତି।
- ସାଫ୍ ପାଣିର ଆପୂର୍ତ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବରଷା ପାଣି ଏକତ୍ର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଉତାରି କରି ପିଅନ୍ତୁ।
- ପିଲାମାନଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ, ସେମାନଙ୍କୁ ପାଣିରେ ଖେଳିବା ବା ପହଁରିବାକୁ ନ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ବିଷାକ୍ତ ଜୀବ ଯଥା ସାପ, ବିଛା ଆଦି ପ୍ରତି ସଚେତ ରୁହନ୍ତୁ, ଶୁଖିଲା ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନର ଖୋଜରେ ଏହା ଆପଣଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସିପାରନ୍ତି।
- ପାଦରେ ହେବାର ସ୍ଥିତିରେ ପାଣିର ମଝିରେ କେବେବି ନ ଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ନିକଟ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ଆଶ୍ରୟ ନିଅନ୍ତୁ।
- ସ୍ଥାନୀୟ ସମାଚାର ପ୍ରସାରଣର ସମ୍ପର୍କରେ ରୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରସାରିତ କରାଯାଉଥିବା ଚେତାବନୀ ଏବଂ ପରାମର୍ଶର ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ।
- ବନ୍ୟା ପାଣିର ମଝିରେ ଫସିଯିବା ଉପରେ ବାହନକୁ ଛାଡି ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ଶରଣ ନିଅନ୍ତୁ।
- ବନ୍ୟାର ବିପଦ ସମାପ୍ତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଶାସନ, ସାମୁଦାୟିକ ନେତୃତ୍ୱ ଏବଂ ସମାଜର ସାଥୀରେ ବିଚାର ବିମର୍ଶ କରୁ ରୁହନ୍ତୁ।

ଅଚାନକ ଆସିଥିବା ବନ୍ୟା
(Flash Flood)

ପରିଚୟ:-

- ଅଚାନକ ଆସିଥିବା ବନ୍ୟା (Flash Flood) ଭାରୀ ବର୍ଷା, ବାଦଲ ଫଟା, ବନ୍ଧ ଭାଙ୍ଗିବା ବା ନଦୀରେ ଅଚାନକ ଜଳସ୍ତର ବଢ଼ିବାରୁ ହୋଇଥାଏ।
- ଏହା ବହୁତ ତୀବ୍ର ଗତିରେ ଆସେ ଏବଂ ଜାନ-ମାଲ (ଜୀବନ-ସମ୍ପତ୍ତି)ର ଗମ୍ଭୀର କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଏ।
- ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମିନିଟରେ ସତର୍କତା ଏବଂ ତୁରନ୍ତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ବହୁତ ଜରୁରୀ।

ସାମାନ୍ୟ ସଙ୍କେତ:-

- ଲଗାତାର ବା ଅତ୍ୟଧିକ ବର୍ଷା ପରେ ନଦୀ / ନାଳର ଜଳସ୍ତର ତୀବ୍ର ଗତିରେ ବଢ଼ିବା।
- ଜମି ଉପରେ ପାଣିର ଅଚାନକ ତୀବ୍ର ପ୍ରବାହ।
- ନାଳ ବା ପୋଲ ଉପରୁ ପାଣି ବହିବା।
- ନଦୀ କୂଳର ଇଲାକା ଅଚାନକ ଭାଙ୍ଗିବା ବା ବହିଯିବା।

ସମ୍ବାଦ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରଶାସନର ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ:-

- ବନ୍ୟାର ସମ୍ଭାବନା ଥିଲେ ହିଁ ତୁରନ୍ତ ପ୍ରଶାସନ ଏବଂ ସ୍ଥାନୀୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ଦଳକୁ ସୂଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ପଡ଼ୋଶୀ ଏବଂ ସମୁଦାୟକୁ ଚେତାବନୀ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପ୍ରଶାସନ ଦ୍ୱାରା ଦିଆଯାଇଥିବା ନିଷ୍କାସନ (evacuation) ଆଦେଶ ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

ବନ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି:-

- ଘରର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାଗଜପତ୍ର, ପଇସା ଏବଂ ଜରୁରୀ ସାମଗ୍ରୀ ସୁରକ୍ଷିତ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ପିଇବା ପାଣି, ଶୁଖିଲା ଭୋଜନ, ଟର୍ଚ୍ଚ, ରେଡିଓ, ପ୍ରାଥମିକ ଉପଚାର ସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ବସ୍ତୁ ସର୍ବଦା ତିଆରି ରଖନ୍ତୁ।
- ପରିବାର ଏବଂ ପିଲାଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷିତ ନିଷ୍କାସନ ମାର୍ଗର ଜାଣକାରୀ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ନାଳ ଏବଂ ଜଳ ନିଷ୍କାସନ ମାର୍ଗର ସଫେଇ ରଖନ୍ତୁ।
- ମଇଁଷି ଏବଂ ପାଳତୁ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଯୋଜନା ବନାନ୍ତୁ।

ବନ୍ୟା ସମୟରେ:-

- ତୁରନ୍ତ ଉଚ୍ଚ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ତୀବ୍ର ବହୁଥିବା ପାଣିକୁ ପାର କରିବାର ଚେଷ୍ଟା ନ କରନ୍ତୁ।
- ପୋଲ, ନାଳ ଏବଂ ନଦୀ କୂଳରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ବିଜୁଳି ଖୁଣ୍ଟ ଏବଂ ତଳେ ପଡ଼ିଥିବା ତାରରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ବାହନ ଚଳାଇ ବନ୍ୟାଗ୍ରସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ରେଡିଓ/ମୋବାଇଲ୍ ଜରିଆରେ ପ୍ରଶାସନିକ ସୂଚନା ଶୁଣୁଥାଆନ୍ତୁ।

ବନ୍ୟା ପରେ:-

- ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଶାସନ ସୁରକ୍ଷିତ ଘୋଷଣା ନ କରିଛି, ପ୍ରଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ନ ଫେରନ୍ତୁ।
- ପାଣି ସମ୍ପର୍କରେ ଆସିଥିବା ଭୋଜନ ଏବଂ ପାନୀୟ ଜଳର ସେବନ ନ କରନ୍ତୁ।
- କେବଳ ଫୁଟା ହୋଇଥିବା ବା ଶୁଦ୍ଧ ପାଣି ହିଁ ପିଅନ୍ତୁ।
- ମାଟି ଅତଡ଼ା ବା ଗାଦି ହଟାଇବା ସମୟରେ ଦସ୍ତାନା ଏବଂ ଜୋତା ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ବୀମାର (ରୋଗୀ) ତଥା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରାନ୍ତୁ ଏବଂ ରିଲିଫ୍ ଦଳକୁ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତୁ।

ସର୍ବଦା ମନେରଖନ୍ତୁ:-

- ବର୍ଷା ଋତୁରେ ସର୍ବଦା ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗର ଚେତାବନୀ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ନିମ୍ନ କ୍ଷେତ୍ର ଏବଂ ନଦୀ କୂଳରେ ରାତିରେ ରହିବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ।
- ଗୁଜବରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ ଏବଂ କେବଳ ପ୍ରଶାସନିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

ହିମନଦୀ ହ୍ରଦ ବିସ୍ଫୋଟ ବନ୍ୟା (GOLF)

ପରିଚୟ:-

ହିମାଳୟୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗ୍ଲେସିୟର ଉପରେ ତିଆରି ହୋଇଥିବା ହ୍ରଦ କେବେକେବେ ଭାଙ୍ଗି ହଠାତ୍ ଭାରୀ ବନ୍ୟାର କାରଣ ହୁଏ।

ଏହାକୁ ହିଁ ହିମନଦୀ ହ୍ରଦ ବିସ୍ଫୋଟ ବନ୍ୟା (GLOF) କୁହାଯାଏ।

ଏହା ହଠାତ୍ ଆସେ ଏବଂ ଗାଁ, ଚାଷଜମି, ରାସ୍ତା, ପୋଲ ତଥା ଜନଜୀବନକୁ ଭାରୀ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଏ।

ସାମାନ୍ୟ ସଙ୍କେତ:-

- ହ୍ରଦ ବା ନଦୀର ହଠାତ୍ ଜଳସ୍ତର ବଢ଼ିବା।
- ହ୍ରଦର ଆଖପାଖରେ ଫାଟ ବା ପାଣିର ରିସାବ ଦେଖାଯିବା।
- ବହାବରେ ଗାଦ, ପଥର ବା କାଠଗୁଡ଼ିକର ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମାତ୍ରାରେ ବହିବା।
- ଉପର କ୍ଷେତ୍ରରୁ ତୀବ୍ର ଶବ୍ଦ (ଗଡ଼ଗଡ଼ାହଟ / ଗର୍ଜନ)

ସମ୍ବାଦ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରଶାସନର ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ:-

- ଯଦି ହ୍ରଦ ବା ନଦୀର ଜଳସ୍ତରରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକତା ଦିଶେ ତେବେ ତୁରନ୍ତ ପ୍ରଶାସନକୁ ସୂଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ଗାଁ/ସମୁଦାୟକୁ ତୁରନ୍ତ ଚେତାବନୀ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ପ୍ରଶାସନ / ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ଦଳ ଦ୍ୱାରା ଜାରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଏବଂ ନିଷ୍କାସନ ଆଦେଶ ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

GLOF ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି:-

- ହମେଶା ସୁରକ୍ଷିତ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନ ଏବଂ ନିଷ୍କାସନ ମାର୍ଗର ଜାଣକାରୀ ରଖନ୍ତୁ।
- ପରିବାର ସହିତ ଆପାତକାଳୀନ ଯୋଜନା ବନାନ୍ତୁ ଏବଂ ତାହାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ।
- ଜରୁରୀ ସାମଗ୍ରୀ (ପାଣି, ଶୁଖା ଭୋଜନ, ଟର୍ଚ୍ଚ, ରେଡିଓ, ପ୍ରାଥମିକ ଉପଚାର, ଜରୁରୀ ଦସ୍ତାବିଜ)ର ଏକ କିଟ୍ ତିଆରି ରଖନ୍ତୁ।
- ନଦୀ କୂଳରେ ବା ନିମ୍ନ ଇଲାକାରେ ଘର ବନାଇବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ।
- ଗାଁ/ସମୁଦାୟରେ ଚେତାବନୀ ତନ୍ତ୍ର (ସାଇରନ / ଘଣ୍ଟି / ସନ୍ଦେଶ) ସକ୍ରିୟ ରଖନ୍ତୁ।

GLOF ସମୟରେ:-

- ତୁରନ୍ତ ଉଚ୍ଚ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ନଦୀ, ନାଳ ଏବଂ ପୋଲ ପାଖରେ ବିଲକୁଲ୍ ନ ରୁହନ୍ତୁ।
- ପ୍ରଶାସନ / ସୁରକ୍ଷା ବଳ ଦ୍ୱାରା ବତାଯାଇଥିବା ମାର୍ଗରେ ହିଁ ନିଷ୍କାସନ କରନ୍ତୁ।
- ପିଲା, ବୃଦ୍ଧ ଏବଂ ମଇଁଷିଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ ନିଅନ୍ତୁ।
- ମୋବାଇଲ୍/ରେଡିଓରେ ଆଧିକାରିକ ସୂଚନା ଏବଂ ଚେତାବନୀ ଶୁଣୁ ରୁହନ୍ତୁ।
- ଅନେକ ସାମାନ୍ୟ ବୀମାରୀର ସମାନ ଲକ୍ଷଣ ହୁଏ। ଏହା ମତ ଭାବନ୍ତୁ କି ଏଥିରୁ କେଣସି ବି ବୀମାରୀ ଘୋଷିତ ଜୈବିକ ଆପାତକାଳର ପରିଣାମ ଅଟେ।
- ଯଦି ଆପଣ ଅନିଶ୍ଚିତ ଅଛନ୍ତି ତ ଚିକିତ୍ସକୀୟ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ।

GLOF ପରେ:-

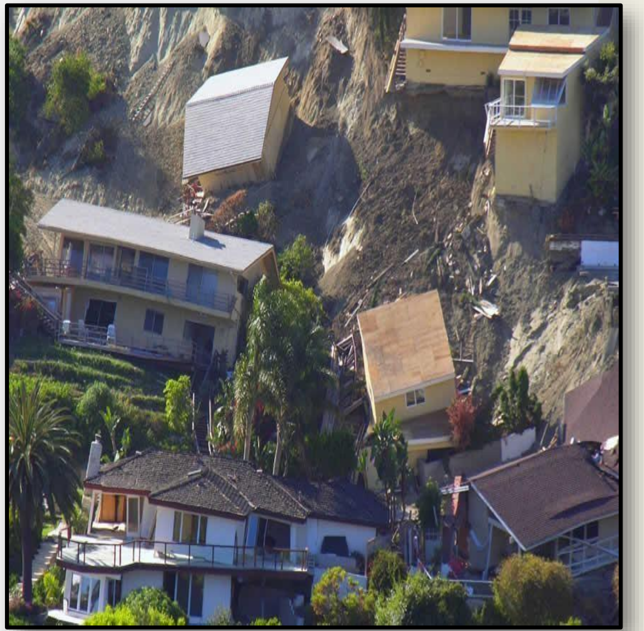
- ପ୍ରଭାବିତ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ତଭି ଫେରନ୍ତୁ ଯେବେ ପ୍ରଶାସନ ସୁରକ୍ଷିତ ଘୋଷଣା କରେ।
- ବନ୍ୟାର ପାଣି ଗଂଦା ବା ଦୂଷିତ ହୋଇପାରେ, ସେଥିପାଇଁ ଫୁଟାଇ କରି ବା ଶୁଦ୍ଧ କରି ହିଁ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ।
- ଖୋଲାରେ ପଡ଼ିଥିବା ଭୋଜନ ଏବଂ ପାଣିର ଉପଯୋଗ ନ କରନ୍ତୁ।
- ବିଜୁଳିର ଲାଇନ୍ ଖସିଥିଲେ ତ ତା'ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ବିଦ୍ୟୁତ ବିଭାଗକୁ ସୂଚିତ କରନ୍ତୁ।
- ଫସିଥିବା ବା ଆହତ ଲୋକଙ୍କର ସୂଚନା ତୁରନ୍ତ ରିଲିଫ୍ ଦଳକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।

ହମେଶା ଯାଦ ରଖନ୍ତୁ (ସର୍ବଦା ମନେରଖନ୍ତୁ):-

- ଗ୍ଲେସିୟର ଏବଂ ହ୍ରଦ ଥିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସର୍ବଦା ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ।
- ନିମ୍ନ ଇଲାକା ଏବଂ ନଦୀ କୂଳରେ ରାତିରେ ରହିବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ।
- ଶାନ୍ତି ବଜାୟ ରଖନ୍ତୁ, ଗୁଜବ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ନ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ କେବଳ ପ୍ରଶାସନର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପାଳନ କରନ୍ତୁ।

सत्यमेव जयते
राष्ट्रीय आपदा मोचन बल
NATIONAL DISASTER RESPONSE FORCE
आपदा सेवा सदैव सर्वत्र

ଭୂସ୍ଖଳନ



ଭୂସ୍ଖଳନ କ'ଣ

ଢଳାଣଗୁଡ଼ିକ ମୁଖ୍ୟତଃ ନିଜ ଓଜନ କାରଣରୁ ଖସିଯିବା, ଚଟାଣ ଏବଂ ମାଟି ଇତ୍ୟାଦିରେ ତିଆରି ଢଳାଣଗୁଡ଼ିକର ବଡ଼ ପରିମାଣରେ ତଳକୁ ଘୁଞ୍ଚିଯିବା ସାମାନ୍ୟତଃ ଭୂସ୍ଖଳନ କୁହାଯାଏ।

ଭୂସ୍ଖଳନର କାରଣ:-

କ) ବରଫ ଜମା ହେବା କାରଣରୁ ଢଳାଣଗୁଡ଼ିକର ଉଚ୍ଚତା ବଢ଼ିଯିବାରୁ ଢଳାଣର ଧାରଣ କ୍ଷମତା କମିଯାଏ।
ଖ) ଭୂକମ୍ପ ଏବଂ ବିସ୍ଫୋରଣ ଭୂସ୍ଖଳନକୁ ଆରମ୍ଭ କରିପାରେ।
ଗ) ବନର କଟାଳି, ପାଣିର ଧାର, ନଦୀ ତଥା ହିମନଦ ଦ୍ୱାରା ଅପକ୍ଷୟ ତଥା ଖନନ ଦ୍ୱାରା ଢଳାଣ ବଢ଼ିଯାଏ।
ଘ) ଢିଲା ଜମି।
ଙ) ତୀବ୍ର ଢଳାଣ ଥିବା ପାହାଡ଼ଗୁଡ଼ିକର ରେଳ ଲାଇନ, ସଡ଼କ ଏବଂ ମକାନ ବନାଇବା ପାଇଁ କଟାଳି।

ଭୂସ୍ଖଳନର ପ୍ରଭାବ :-

- ଜନ-ଧନର ବର୍ବାଦୀ।
- ଅବସରଞ୍ଚନା ଯେପରିକି ସଡ଼କ, ପାଣିର ଲାଇନ, ବିଜୁଳିର ଲାଇନ, ଟେଲିଫୋନ ଲାଇନ ଇତ୍ୟାଦିର ବର୍ବାଦୀ।
- କୃଷି ତଥା ଜଙ୍ଗଲର ଉତ୍ପାଦକତା କମି। ସଡ଼କ ଉପରେ ଅବରୋଧ ଫଳସ୍ୱରୂପ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀର ଆପୂର୍ତ୍ତି କମି।

ଭୂସ୍ଖଳନ ପୂର୍ବରୁ ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ:-

- ଭୂସ୍ଖଳନ ପାଇଁ ଖତରନାକ ଢଳାଣଗୁଡ଼ିକର ପରିଚୟ କରନ୍ତୁ ତଥା ଅସନ୍ତୁଳନ କମ କରିବା ବା ରୋକିବାର ଉପାୟ କରନ୍ତୁ।
- ଇଲାକାର ଭୂସ୍ଖଳନ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଇତିହାସ ଦେଖନ୍ତୁ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବସ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ନିୟୋଜନ ଏବଂ ନିୟମନ କରନ୍ତୁ। ବନୀକରଣକୁ ପୁନଃ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ।
- ପାହାଡ଼ି ସଡ଼କ ଉପରେ ସର୍ବଦା ଚେକନା ରୁହନ୍ତୁ ତଥା ସଡ଼କର ତୀବ୍ର ଢଳାଣ ଉପରେ ଫାଟ ନୋଟ କରନ୍ତୁ।
- ତୀବ୍ର ଢଳାଣ ଥିବା ପାହାଡ଼ି ନିକଟରେ (ତଳେ), ଡ୍ରେନେଜ୍ ନିକଟରେ, ପ୍ରାକୃତିକ ଅପକ୍ଷୟ ଘାଟି ଇତ୍ୟାଦି ଜାଗାରେ ମକାନ ନ ବନାନ୍ତୁ।
- ତୀବ୍ର ଢଳାଣ ଉପରେ ଇମ୍ବ୍ୟାଙ୍କମେଣ୍ଟର ନିର୍ମାଣ କରନ୍ତୁ। ଭୂସ୍ଖଳନର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ଇଲାକାରେ ବନୀକରଣକୁ ବଢ଼ାବା ଦିଅନ୍ତୁ।
- ମଲବାର ବହାବର ଦିଶାକୁ ମୋଡ଼ିବା ପାଇଁ ଦିୱାରର ନିର୍ମାଣ କରନ୍ତୁ।

ଭୂସ୍ଖଳନ ସେ ଦେରାନ ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ:-

- ଲମ୍ବା ସମୟର ଭାରୀ ବର୍ଷା ଏବଂ ନମ ମେସମ ପରେ ସଘନ ଓ ମୁସଳାଧାର ବର୍ଷାରୁ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ।
- କେଣସି ପ୍ରକାରର ଅନିୟମିତ ଆୱାଜକୁ ଶୁଣନ୍ତୁ, ଏହା ମଲବାର ବହାବ, ଗଛ ତୁଟିବା ବା ଚଟାଣଗୁଡ଼ିକର ଆପସୀ ଟକରାହଟର ଆୱାଜ ହୋଇପାରେ।
- ପାଣିର ବହାବରେ ଅଚାନକ ଉତାର-ଚଢ଼ାବ ଏବଂ ସାଫ ପାଣିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖିକରି ସତର୍କ ହୋଇଯାଆନ୍ତୁ।
- ସଡ଼କ କିନାରେ ବହୁଥିବା ନଦୀରେ ଯଦି ମଲବା, ତୁଟା ସାମାନ, କୀଚଡ଼ ଏବଂ ଚଟାଣ ଦିଶେ ତ ସଚେତ ହୋଇଯାଆନ୍ତୁ।

ଭୂସ୍ଖଳନର ଖତରା ଅନୁଭବ କରିବା ପରେ କଣ କରିବେ?

- ପୁଲିସ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ ବା 100 ଡାୟଲ କରନ୍ତୁ।
- ଆସ-ପାସର ଲୋକଙ୍କୁ ସମ୍ଭାବିତ ଖତରା ବିଷୟରେ ବତାନ୍ତୁ ଯାହାକି ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଯାଇ ପାରିବ।
- ମଲବାର ବହାବର ରାସ୍ତାରେ ଆସୁଥିବା ବସ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଖାଲି କରିବା ହିଁ ଉତ୍ତମ ଉପାୟ ଅଟେ।
- ଅଗର ମଲବାର ବହାବର ରାସ୍ତାରୁ ବାହାର ଯିବା ସମ୍ଭବ ନ ହୁଏ ତ ଛୋଟରୁ ଛୋଟ ପୋଜିସନ ବନାନ୍ତୁ ଏବଂ ଆପଣା ସିର ବଞ୍ଚାନ୍ତୁ।

ଭୂସ୍ଖଳନ ପରର ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ :-

- ଭୂସ୍ଖଳନ ବହୁଳ ଇଲାକାରେ ନ ଯାଆନ୍ତୁ।
- ଭୂସ୍ଖଳନ ପରେ ବାଢ଼ଗ୍ରସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରର ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ।
- ଭୂସ୍ଖଳନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରବେଶ କିଏ ବଗୈର ଘାୟଲ ତଥା ଆହତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ।
- ଉନ ବ୍ୟକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ସହାୟତା କରନ୍ତୁ ଯିନହେଁ ବିଶେଷ ସହାୟତାର ଜରୁରତ ଅଛି ଯେପରିକି- ପିଲା, ବୁଜୁର୍ଗ ଏବଂ ଦିବ୍ୟାଙ୍ଗ।
- ବର୍ବାଦ ଇଲାକାକୁ ଫ୍ଲେଶ ଫ୍ଲଡ ତଥା ଭବିଷ୍ୟର ଭୂସ୍ଖଳନରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ପୁନଃ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରନ୍ତୁ।

ଲୁ'ରୁ ସରଳ ସାବଧାନତାରେ ନିଜର ବଞ୍ଚାଅ କରନ୍ତୁ

ହିଟ୍‌ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ (ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ) ବିପଜ୍ଜନକ ହୋଇପାରେ। ଏହାର ପ୍ରଭାବକୁ କମ୍ କରିବା, ଗମ୍ଭୀର ରୋଗରୁ ବଞ୍ଚିବା ଏବଂ ଥକାପଣରୁ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ, ନିମ୍ନଲିଖିତ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତୁ:

ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ

- ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ, ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଖରାରେ ବାହାରକୁ ଯିବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ, ବିଶେଷକରି ଅଧିକ ସମୟରେ। ଶୋଷ ନ ଲାଗିଲେ ମଧ୍ୟ, ମଝିରେ ମଝିରେ ପ୍ରଚୁର ପାଣି ପିଉଥାନ୍ତୁ। ଯାତ୍ରା କଲାବେଳେ ସବୁବେଳେ ନିଜ ସହିତ ପିଇବା ପାଣି ରଖନ୍ତୁ।
- ଖରାରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ସମୟରେ ହାଲୁକା ରଙ୍ଗର ଏବଂ ଢିଲା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ, ସୁରକ୍ଷାତ୍ମକ ଚଷମା ପିନ୍ଧନ୍ତୁ, ନିଜ ମୁଣ୍ଡକୁ ଟୋପି କିମ୍ବା ତଉଲିଆରେ ଘୋଡ଼ାନ୍ତୁ ଏବଂ ସବୁବେଳେ ଜୋତା କିମ୍ବା ସାଣ୍ଡେଲ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ଯେତେବେଳେ ବାହାରର ତାପମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ ସେତେବେଳେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଖରାରେ କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ବାହାରେ କାମ କରିବାକୁ ପଡ଼େ, ତେବେ ଓଦା ପୋଷାକ କିମ୍ବା ଛତାର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ।
- ହାଲୁକା ଭୋଜନ ଏବଂ ଅଧିକ ପାଣି ଥିବା ଫଳ, ଯେପରିକି ଖରବୁଜା, କାକୁଡ଼ି ଏବଂ ଖଟା ଫଳ ଖାଆନ୍ତୁ।
- ମାଂସ ଏବଂ ମେୱା ଭଳି ଉଚ୍ଚ ପ୍ରୋଟିନ ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ, ଯାହା ଚୟାପଚୟ ତାପକୁ ବଢ଼ାଏ।
- ଲେମ୍ବୁ ପାଣି, ଛାଞ୍ଚ ଏବଂ ଜୁସ୍ ଭଳି ଘରେ ତିଆରି ପେୟ ପଦାର୍ଥର ସେବନ କରନ୍ତୁ।
- ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ପୋଷା ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ କେବେବି ଠିଆ ହୋଇଥିବା ଗାଡ଼ିରେ ଏକା ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ଛାଇରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପାଣି ପିଆନ୍ତୁ।
- ଆପଣଙ୍କ ଘରକୁ ଥଣ୍ଡା ରଖନ୍ତୁ, ପରଦା, ସଟର କିମ୍ବା ସନସେଡ୍ ଆଦିର ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ। ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ରାତିରେ ଝରକା ଖୋଲନ୍ତୁ।
- ସ୍ଥାନୀୟ ପାଣିପାଗ ପୂର୍ବାନୁମାନ ଶୁଣନ୍ତୁ ଏବଂ ଅସମାନ ତାପମାତ୍ରା ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରତି ସଚେତ ରୁହନ୍ତୁ।
- ରୋଗ ଏବଂ ଅଚେତ ହେବା ସ୍ଥିତିରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ / ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ନିଅନ୍ତୁ।

ହିଟ୍‌ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ ସ୍ଥିତିରେ କ'ଣ କରିବେ:

- ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଘର ଭିତରକୁ କିମ୍ବା କେଣସି ଥଣ୍ଡା/ଛାୟାଦାର ଜାଗାକୁ ନେଇଯାଆନ୍ତୁ, ଏବଂ ତା'ର ଗୋଡ଼କୁ ଟିକିଏ ଉପରକୁ ଉଠାଇ ଶୁଆଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
- ଶରୀରକୁ ଓଦା ପୋଷାକରେ ପୋଛନ୍ତୁ କିମ୍ବା ଚମ ଉପରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣିର ଛିଞ୍ଚାଡ଼ନ୍ତୁ। ଶରୀରକୁ ଆର୍ଦ୍ରତା ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଓଆରଏସ୍/ଲେମ୍ବୁ ପାଣି/ଲୁଣ-ଚିନିର ଘୋଳ କିମ୍ବା ଜୁସ୍ ଦିଅନ୍ତୁ।
- କେଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛି ଖାଇବା କିମ୍ବା ପିଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ହୋସ୍ ନ ଆସିଛି।
- ଯଦି ଏକ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ଲକ୍ଷଣରେ ସୁଧାର ନ ହୁଏ ତେବେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନିକଟତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ନେଇଯାଆନ୍ତୁ।

ଶୀତଳ ଲହରୀ
(ସୁରକ୍ଷା ଉପାୟ)

- ଯେତେ ସମ୍ଭବ ଘରେ ରୁହନ୍ତୁ।
- ପାଣିପାଗ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅପଡେଟ୍ ପାଇଁ ସ୍ଥାନୀୟ ରେଡିଓ ଷ୍ଟେସନ ଶୁଣନ୍ତୁ।
- ନିଜ ଶରୀରକୁ ଗରମ ରଖିବା ପାଇଁ ସନ୍ତୁଳିତ ଭୋଜନ ଖାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ନିର୍ଜଳୀକରଣରୁ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଅଣ-ଆଲକୋହଲିକ ପାନୀୟ ପିଅନ୍ତୁ।
- ଭାରୀ କପଡ଼ାର ଏକ ସ୍ତର ପିନ୍ଧିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ, ହାଲୁକା, ଗରମ କପଡ଼ାର ଅନେକ ସ୍ତର ପିନ୍ଧନ୍ତୁ। ବାହାର ପୋଷାକ ଟାଣକରି ବୁଣା ହୋଇଥିବା ଏବଂ ଜଳରୋଧୀ ହେବା ଉଚିତ୍।
- ଶୁଖିଲା ରୁହନ୍ତୁ। ଶରୀରର ଉତ୍ତାପକୁ କମ୍ ହେବାରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଓଦା କପଡ଼ାକୁ ବାରମ୍ବାର ବଦଳାନ୍ତୁ।
- ବିଷାକ୍ତ ଧୂଆଁରୁ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ କିରୋସିନ୍, ହିଟର କିମ୍ବା କୋଇଲା ଚୁଲାର ଉପଯୋଗ କରିବା ସମୟରେ ଉଚିତ୍ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ବଜାୟ ରଖନ୍ତୁ।
- ଯଦି ହିଟିଂ ଉପଲବ୍ଧ ନାହିଁ ତେବେ କେଣସି ସାର୍ବଜନୀନ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ଯେଉଁଠାରେ ପ୍ରଶାସନ ଦ୍ୱାରା ହିଟିଂର ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଛି।
- ନିଜ ମୁଣ୍ଡକୁ ଢାଙ୍କନ୍ତୁ, କାରଣ ଶରୀରର ଅଧିକାଂଶ ଉତ୍ତାପ ମୁଣ୍ଡ ଉପର ଦେଇ ବାହାରିଥାଏ, ଏବଂ ନିଜ ଫୁସଫୁସର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ନିଜ ମୁହଁ ଢାଙ୍କନ୍ତୁ।
- ଅଧିକ କାମ କରିବାରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ। ଅଧିକ କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦଘାତ ହୋଇପାରେ।

ସାପ କାମୁଡ଼ା ଏବଂ ଉଦ୍ଧାର

ସାଧାରଣତଃ, ସାପର ନାମ ଶୁଣିଲେ ହିଁ ଭୟ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ। କିନ୍ତୁ ଏହା ବ୍ୟତୀତ, ଏହା ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ ଯେ ମଣିଷ ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ସାପ ସହିତ ରହିଆସୁଛି, ତେଣୁ ସାପ ପ୍ରତି ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ଭୁଲ ଧାରଣା ଉଭୟ ରହିଛି, ଏବଂ ଏହା ସତ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଛି ଯେ ସାପ ମଣିଷର ବନ୍ଧୁ, ଶତ୍ରୁ ନୁହେଁ; ସାପ ଏକ ଭୟଙ୍କର ପ୍ରାଣୀ, ଏହା କେବଳ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ମଣିଷକୁ କାମୁଡ଼େ। ସାପ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଏବଂ ବର୍ଷାରେ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ଭାବରେ ଗତି କରେ; ସହର ଅପେକ୍ଷା ଗାଁରେ ସାପ କାମୁଡ଼ା ଘଟଣା ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ। ସାଧାରଣତଃ, ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ସାପ ଅଛି:

- **କୋବ୍ରା ଗୋଷ୍ଠୀ-** ଏହାର ବିଷ ସ୍ନାୟୁତନ୍ତ୍ରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ।
- **ଭାଇପର ଗୋଷ୍ଠୀ-** ଏହାର ବିଷ ରକ୍ତକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ।

(2) ବିଷାକ୍ତ ସାପ:-

- ରାଟଲ୍ ସାପ (Rattle snake)
- କୋରାଲ୍ ସାପ (Coral snake)
- ତାମ୍ର ସାପ (Copperhead)
- ୱାଟର ମୋକାସିନ୍ (Water Moccasin)
- ବୃକ୍ଷ ବାଇପର୍ (Tree Viper)
- ରସେଲ୍ ବାଇପର୍ (Russell's Viper / ଚନ୍ଦ୍ରବୋଡ଼ା)

ବିଷାକ୍ତ ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ କ'ଣ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ:-

କାମୁଡ଼ିବା କିଛି ସମୟ ପରେ, କାମୁଡ଼ି ସ୍ଥାନରେ ଫୁଲିଯାଏ; କେତେକ ସମୟରେ ଫୋଟକା ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ।

- ➢ ନିଦ୍ରା ଏବଂ ବାନ୍ତି ହୁଏ।
- ➢ ପ୍ରାୟତଃ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତିନୋଟି ଦାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ମିଳିଥାଏ।
- ➢ ପ୍ରଭାବିତ ସ୍ଥାନରୁ ଏକ ହାଲୁକା ହଳଦିଆ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ବାହାରୁଛି।
- ➢ ରୋଗୀ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଖି କିମ୍ବା ମୁହଁ ଖୋଲା ରଖିପାରେ ନାହିଁ।
- ➢ କାଟିବାର କିଛି ସମୟ ପରେ, ରୋଗୀ ବସିପାରେ ନାହିଁ।
- ➢ ଧୀର ଗତିରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଯାଏ।
- ➢ ଅକ୍ସିଜେନ ଅଭାବରୁ, ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ହୁଏ ଏବଂ ପାଟି ନୀଳ ହୋଇଯାଏ, ଏବଂ ଶେଷରେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ।

ସାପ କାମୁଡ଼ିବା ପରେ, କ'ଣ କରିବେ, କ'ଣ କରିବେ ନାହିଁ:-

କଣ କରିବେ:-

- ➢ ସାପ ଦ୍ୱାରା ପୁଣି କାମୁଡ଼ିବାର ଆଶଙ୍କା ଦୂର କରିବା ପାଇଁ, ପ୍ରଭାବିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନିକଟତମ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନକୁ ନେଇଯାଆନ୍ତୁ।
- ➢ ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ, ସାପର ପ୍ରଜାତି ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ।
- ➢ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦିଅନ୍ତୁ।
- ➢ ରୋଗୀଙ୍କ ପୋଷାକ, ମୁଦି ଏବଂ ଘଣ୍ଟା କାଢ଼ିଦିଅନ୍ତୁ।
- ➢ କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ସାବୁନ ଏବଂ ପାଣିରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ।
- ➢ ସାପ କାମୁଡ଼ିଥିବା ଶରୀରର ଅଂଶକୁ ଉଚ୍ଚ ରଖନ୍ତୁ।
- ➢ ପ୍ରଭାବିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କୌଣସି ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ କରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ➢ ପ୍ରଭାବିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପିଇବା ପାଇଁ କୌଣସି ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।

ସାଧାରଣତଃ, ସାପ ମଣିଷର କ୍ଷତି କରେ ନାହିଁ। ସେମାନେ ଚାଷୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ କାରଣ ସେମାନେ କୀଟପତଙ୍ଗ, ପଙ୍ଗପାଳ, ଛୋଟ ପକ୍ଷୀ ଅଣ୍ଡା ଏବଂ ଫସଲକୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଉଥିବା ମୂଷା ଖାଆନ୍ତି।

ଅଣବିଷାକ୍ତ ଏବଂ ବିଷାକ୍ତ ସାପର କିଛି ନାମ ନିମ୍ନଲିଖିତ:

(1) **ଅଣବିଷାକ୍ତ ସାପ:**

ଆନାକୋଣ୍ଡା

ବୋଆ

ଗାର୍ଟର ସାପ

ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ କ'ଣ କରିବେ:-

- ସାପ କାଟୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେଇ ସେମାନଙ୍କର ସାହସ ବୃଦ୍ଧି କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ କୁହନ୍ତୁ ଯେ ଲୋକମାନେ ସାପ କାମୁଡ଼ିବାରୁ ମରେ ନାହିଁ, ଏବଂ ଏପରି ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତୁ ଯେପରି କିଛି ହୋଇନାହିଁ।
- କାଟୁଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ତୁରନ୍ତ ଦେଖନ୍ତୁ। ଯଦି ଗୋଡ଼ରେ କାମୁଡ଼ିଥାଏ, ତେବେ ଆଣ୍ଠୁ ଉପରେ ଏକ ରବର ପଟା କିମ୍ବା ନରମ ରସି ବାନ୍ଧନ୍ତୁ; ଯଦି ହାତରେ କାମୁଡ଼ିଥାଏ, ତେବେ ଏହାକୁ କହୁଣୀ ଉପରେ ବାନ୍ଧନ୍ତୁ। ରସିକୁ ଏପରି ଭାବରେ ବାନ୍ଧିବା ଉଚିତ ଯେ ସେଥିରେ ଏକ ପେନସିଲ୍ ସହଜରେ ଘୁରିପାରିବ, ଏବଂ ପ୍ରତି 15-20 ମିନିଟ୍ ରେ ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ଟର୍ନିକେଟକୁ ଢିଲା କରନ୍ତୁ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ବଜାୟ ରହେ।
- ରୋଗୀକୁ ସିଗାରେଟ୍, ପାଣି, ମଦ୍ୟପାନ, ଚା ଇତ୍ୟାଦି ପିଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ପ୍ରଭାବିତ ସ୍ଥାନକୁ ସାବୁନ ଏବଂ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ, ଗରମ କମ୍ପ୍ରେସ୍ ଲଗାନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଯଦି ରୋଗୀ ବାନ୍ତି କରନ୍ତି, ତେବେ ସେମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ କଡ଼ରେ ଶୁଆଇ ଦେବା ଉଚିତ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ବାନ୍ତି ହେତୁ ଶ୍ୱାସନଳୀରେ କିଛି ଫସି ନଯାଏ।
- ତୁରନ୍ତ ସେମାନଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନେଇଯିବା ଏବଂ ବିଷ-ବିଷ ପ୍ରତିରୋଧୀ ଟୀକା ନେବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ।

ସାପ କାମୁଡ଼ାରୁ ରକ୍ଷା କରିବାର ଉପାୟ:

- ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ, ଘର ଏବଂ ଆଖପାଖ ସ୍ଥାନକୁ ସଫା ରଖନ୍ତୁ।
- ସାପ କାମୁଡ଼ା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଆପଣଙ୍କ ହାତ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ, ଭୂମିରେ ଶୋଇବେ ନାହିଁ; ଯଦି କରନ୍ତି, ତେବେ ମଶାରୀ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ

କଣ କରିବେ ନାହିଁ:

- ପିଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ, କିମ୍ବା ସେମାନଙ୍କୁ ଚାଲିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସାପ କାମୁଡ଼ା ସ୍ଥାନରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର କ୍ଷତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସାପକୁ ଧରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ପିଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କୌଣସି ନିଶା ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଶୌଚ ପାଇଁ ଜଙ୍ଗଲ କିମ୍ବା ବୁଦାକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଘରେ ମୂଷାଙ୍କୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ମୂଷା ବିଷ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ କାରଣ ମୂଷା ଯୋଗୁଁ ସାପ ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ।
- ଯଦି ମାଟି ଘରେ ଗାତ ଅଛି, ତେବେ ଗାମାକ୍ସିନ୍ ପାଉଡର ଲଗାଇ ଗାତକୁ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ।
- ଶୋଇବା ଘର ପାଖରେ କୁକୁଡ଼ା କୋଠରୀ କିମ୍ବା ବସା ତିଆରି କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଏବଂ ଅନ୍ଧାରରେ କୁକୁଡ଼ା କୋଠରୀ କିମ୍ବା ବସା ଭିତରେ ହାତ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଘର ଚାରିପାଖରେ ସାପ କାମୁଡ଼ା ସ୍ଥାନ ଖୋଳନ୍ତୁ ଏବଂ ଫିନାଇଲ, ବ୍ଲିଚିଂ ପାଉଡର ଏବଂ ଗାମାକ୍ସିନ୍ ସିଞ୍ଚନ୍ତୁ।
- ପିନ୍ଧିବା ପୂର୍ବରୁ ଜୋତା ଇତ୍ୟାଦି ଝାଡ଼ି ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ଶୋଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ଉଷ୍ମ ରଖନ୍ତୁ।
- ପୀଡିତଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନା ପଠାଇବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ।