



56 توصیه که باید قبل و حین وقوع سیل بدانید

بلایای طبیعی در ایران همیشه بیخ گوش مردمان است زیرا از 40 حادثه حدود 33 حادثه غیرمترقبه در ایران رخ می‌دهد که مهمترین آن زلزله است ولی تازگی‌ها این حادثه سیل

56 توصیه که باید قبل و حین وقوع سیل بدانید

بلایای طبیعی در ایران همیشه بیخ گوش مردمان است زیرا از 40 حادثه حدود 33 حادثه غیرمترقبه در ایران رخ می‌دهد که مهمترین آن زلزله است ولی تازگی‌ها این حادثه سیل است که بسیار خسارات مالی و جانی در بر داشته است پس 56 توصیه قبل و حین وقوع سیل را فرا گیرید .

اقدامات ایمنی پیش از وقوع سیل

1. برای مقابله با سیل و برای زمان های اضطراری در ظرف های مطمئن، مقداری غذای خشک ذخیره نمایید و در دسترس داشته باشید.
2. وسایل ضروری، اسناد و اشیاء قیمتی را در طبقات بالاتر منزل قرار دهید.
3. دیوارهای زیر زمین را با عایق های ضد آب بپوشانید تا جلوی نفوذ آب و آسیب های بعدی سیل گرفته شود.
4. هشدار سیل در رسانه ها، به معنای آن است که سیل به وجود آمده یا جاری خواهد شد. لذا از قبل آماده باشید.
5. کیف امداد و نجات هلال احمر را همواره در منزل آماده داشته باشید.
6. از منابع مختلف از جمله رادیو و تلویزیون و سایر وسایل ارتباطی، مانند شبکه های اجتماعی و مراکز هواشناسی و پاسگاه انتظامی، اطلاعات و آگاهی‌های لازم را دریافت کنید.
7. تابلو برق را در بخشهای فوقانی ساختمان جاسازی کنید.
8. برای ساخت و ساز اصولی در مناطق در معرض سیل، تمهیدات لازم و مصالح مناسب بکار ببرید.
9. از برپایی چادر و توقف خودرو در منطقه سیل خیز یا در مسیر رودخانه، جداً خودداری کنید.
10. در مناطق سیل خیز، تامین مالی و جانی در برابر زیان‌های احتمالی ضروری است، لذا بهتر است اسناد و سایر اوراق بهادار را در جعبه ای مطمئن قرار دهید.
11. برای مقابله با سیل در نظر داشته باشید که اگر به شما گفته شد منزل را تخلیه کنید، به چه جاهایی می‌توانید بروید؟ بنابراین از قبل چند مکان را انتخاب کنید.
12. همواره کمی بنزین در باک اتومبیل داشته باشید، زیرا ممکن است مجبور شوید خانه را ترک کنید.
13. تصویری از اسناد سجلی و کمی پول را در کیف یا جعبه ضد آب، در جای مطمئن و امن قرار دهید.
14. برای مقابله با سیل از ساخت و ساز در بستر و حریم رودخانه ها و مناطق سیل خیز، بپرهیزید.
15. با مناطق سیل‌زده، گیر آشنا شوید. برای اطلاع بیشتر می‌توانید با مرکز جمعیت هلال احمر محل خودتان تماس بگیرید.
16. برای زمان وقوع سیل، در ظرف یا منبعی مطمئن آب سالم ذخیره کنید.

اقدامات ایمنی در حین وقوع سیل و مقابله با سیل

1. برای آگاهی و اطلاع بیشتر از وضعیت پیشروی سیل به پیام های رادیو و تلویزیون گوش دهید.
2. از جویبارها، کانال های فاضلاب، تنگه ها و ... که به ظاهر آرام اند دور شوید، زیرا بطور ناگهانی و بدون هشدار باعث ایجاد سیل می شوند.
3. در آب سیلابی در حال جریان راه نروید، سرعت آن ممکن است باعث به هم خوردن تعادل و افتادن شما در آب آلوده شود.
4. کلید اصلی برق، شیر اصلی آب و گاز را قطع کنید.
5. وارد سیلاب نشوید، آب سیل آلوده به روغن، گازوئیل و آب فاضلاب است.
6. اگر تصور می‌کنید سیل قبلاً شروع شده است و با حجم بالا به سمت شما می‌آید، فوراً منزل را ترک کنید و به ارتفاعات بروید.
7. همواره گوش به زنگ باشید تا در صورت اعلام وقوع سیلاب برق آسا، به سرعت منزل را ترک کنید.
8. در صورت آگاهی از خطر وقوع سیل همسایه ها و اطرافیان را که در معرض خطر هستند باخبر کنید.
9. برای مقابله با سیل اگر ضرورت دارد از محل اقامت خود خارج شوید و از امنیت خود در مناطق درگیر سیل اطمینان حاصل کنید.
10. اگر ماشین شما در آب‌های عمیق قرار گرفته باشد، به سرعت سطح آنها بالا می‌آید، گیر کرده است فوراً آن را رها کنید و به محل

مرتفعی بروید.

11. توصیه می‌گردد اگر در خارج از ساختمان (اداری، مسکونی) هستید، خونسرد باشید.
12. به آرامی رانندگی کنید و مراقب خرابی‌ها و شیب‌ها باشید.
13. برای مقابله با سیل هنگام رانندگی از دنده‌ها و سنگین استفاده کنید، زیرا ترمزها در آب به خوبی کار نمی‌کنند.
14. اگر خانه شما در محل مرتفعی است، همان جا بمانید.
15. برای مقابله با سیل وارد آب سیل نشوید، احتمال دارد در تماس با خطوط نیروی برق، سیلاب دارای جریان برق باشد.
16. اگر برای بیرون آمدن از منطقه ناچار به گذشتن از آب سیلاب هستید، برای حفظ تعادل و بررسی عمق زمین با کمک یک چوبدستی یا عصا در آب سیل حرکت کنید.
17. اگر کنتور برق را قطع نکرده‌اید، وسایل برقی را از پریز بیرون بکشید، اگر دستانتان خیس است برای حفظ ایمنی خود به وسایل برقی دست نزنید.
18. از جاده‌ها و راه‌های هموار عبور کنید و به محل‌های که امکان فرو ریختن آنها وجود دارد، نزدیک نشوید.
19. اصل بهداشت روانی عبارت است از حفظ خونسردی و همدلی با دیگران، توأم با امید به خداوند سبحان. لذا این نکته را هرگز فراموش نکنید.
20. برای مقابله با سیل در صورتی که مجبور به ترک منزل یا محل سکونت خود هستید، قبل از خروج، حتماً جریان برق، آب و گاز را قطع کنید.
21. به پیام‌های رادیو و تلویزیون برای کسب اطلاعات و دستورالعمل‌های لازم، گوش کنید و در صورتی که دستور تخلیه داده شد، فوراً این کار را انجام دهید.
22. برای مقابله با سیل به نقطه مرتفعی دور از رودخانه‌ها، نهرها، جویبارها و زهکشی‌ها بروید.
23. اگر پیاده هستید، از نقاطی که در آن سطح آب از زانو بالاتر است، عبور نکنید.
24. برای حفظ ایمنی خود هنگام وقوع سیل از پل‌های چوبی سست بر روی رودخانه‌ها، عبور نکنید.
25. از توقف در مناطق آب گرفته به هر دلیل بپرهیزید. حتی اگر هوا بارانی نباشد، به سرعت از منطقه دور شوید.
26. در زمان بارش شدید باران و احتمال وقوع سیل، از عرض و سواحل رودخانه‌ها و پل‌های آن عبور نکنید و به سرعت منطقه خطر را ترک نمایید.

اقدامات ایمنی پس از وقوع سیل و مقابله با سیل

1. برای احتیاط و حفظ سلامتی خود از غذاهای کنسرو شده استفاده نمایید.
2. سیلاب باعث خروج مارها و دیگر خزندگان از لانه‌های خود می‌شوند، پس از وقوع سیل مراقب گزش‌ها باشید.
3. با موقعیت مناطق سیل زده آشنا شوید. اگر در این موارد مطمئن نیستید، با مرکز جمعیت هلال احمر محل خود تماس بگیرید.
4. سیل می‌تواند به خطوط برق آسیب‌رساند و موجب بروز آتش‌سوزی شود. این تخریب می‌تواند آتش‌سوزی در انبارهای حاوی مواد سوختی را گسترش دهد.
5. برای مقابله با سیل سعی کنید شعله‌های کوچک را خاموش کنید و به سرعت با آتش‌نشانی و اورژانس تماس بگیرید.
6. منابع تخریب شده آب ممکن است باعث کاهش فشار آب شوند، لذا هنگام فرو نشاندن حریق به این نکته توجه کنید.
7. برای مقابله با سیل مراقب جوندگان مانند موشها در منطقه سیل زده باشید، زیرا سیل آنها را از لانه بیرون می‌کشد.
8. برای کسب اطلاعات و دستورالعمل‌های لازم به رادیو گوش دهید.
9. برای مقابله با سیل به افراد آسیب‌دیده، کمک‌های اولیه را برسانید و در صورت نیاز از دیگران کمک بخواهید.
10. از منطقه سیل زده دور شوید، مگر آنکه از شما درخواست کمک شده باشد یا اینکه بتوانید کمک کنید.
11. از سیم‌های آویزان برق و منابع اصلی آب و شبکه‌ها دور شوید و این موارد را به مقامات مسئول گزارش دهید.
12. پس از وقوع سیل برای حفظ سلامت خود به دلیل احتمال شیوع بیماری‌های عفونی (هپاتیت A، وبا، حصبه و...) مواد خوراکی را که به آب سیل آلوده شده‌اند را حتماً دور بریزید.
13. برای مقابله با سیل و گودال‌های ایجاد شده از سیلاب و مانده آب‌های حاصل از آن، محل و شرایط زیستی مطلوبی را برای زندگی حشرات ایجاد می‌نماید، برای حفظ سلامت خود بر روی در و پنجره منزل توری نصب کنید.
14. برای مقابله با سیل پس از وقوع سیل از سالم بودن آب آشامیدنی مطمئن شوید، برای اطمینان از سلامت آب آن را حتماً بجوشانید.