



ವಿಪತ್ತು-ಮಿತ್ರ ಕೈಪಿಡಿ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ವಿಪತ್ತು-ಮಿತ್ರ ಕೈಪಿಡಿ

ಅಕಾಡೆಮಿ, ನಾಗಪುರ

ಆವೃತ್ತಿ: 2021 (ಮೊದಲ ಆವೃತ್ತಿ)

ಪ್ರಕಟಿಸಿದವರು

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನ ಪಡೆ ಅಕಾಡೆಮಿ, ನಾಗಪುರ, ಗೃಹ ವ್ಯಾವಹಾರ ಸಚಿವಾಲಯ, ನಾಗಪುರ,
ಮಿನಿಸ್ಟ್ರಿ ಆಫ್ ಹೋಮ್ ಅಫೈರ್ಸ್, ನಾಗಪುರ-440001

ಬರೆದವರು ಮತ್ತು ಸಂಕಲನ ಮಾಡಿದವರು

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನ ಪಡೆ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಅಧ್ಯಾಪಕ ವರ್ಗ, ನಾಗಪುರ
ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ ಹಾಗೂ ಮುದ್ರಣ-ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ

ಮೂಲಗಳು/ಉಲ್ಲೇಖ

ದೃಢೀಕೃತ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು, ಬ್ರಾಡ್ ಉಲ್ಲೇಖ ಪುಸ್ತಕ ಮತ್ತು PEER ಬೋಧಕರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನ ಪಡೆ ಅಕಾಡೆಮಿ

(ಗೃಹ ವ್ಯಾವಹಾರ ಸಚಿವಾಲಯ, ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ)

ಸಿವಿಲ್ ಲೈನ್, ಟೆಂಪಲ್ ರೋಡ್, ನಾಗಪುರ – 440001



ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ
Prime Minister

ಸಂದೇಶ

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು (NDMA) ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನ ಪಡೆಯ (NDRF) ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ 'ವಿಪತ್ತು-ಮಿತ್ರ ತರಬೇತಿ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು' ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. NDMA ಯ 17 ನೇ ಸಂಸ್ಥಾಪನಾ ದಿನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತ ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಪಾತ್ರ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ತಕ್ಷಣದ ನೆರವು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಜೀವ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿ ನಷ್ಟವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸಮುದಾಯದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಹಭಾಗಿತ್ವವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಪತ್ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ನಮ್ಮ ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿರುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ರಕ್ಷಣಾ ತಂಡ ತಲುಪುವ ಮುನ್ನ ಭದ್ರತೆ ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳುವ 'ಮೊದಲ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಕರು (ಫಸ್ಟ್ ರೆಸ್ಪಾಂಡೆಂಟ್)' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಪಾತ್ರವು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ತರಬೇತಿ ಕಿರುಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ, ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಕೌಶಲ್ಯ-ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕೈಪಿಡಿಯು ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರರು ಮತ್ತು ತರಬೇತುದಾರರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ.

ಕಿರುಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗಾಗಿ NDMA ಮತ್ತು NDRF ಗೆ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

ನವ ದೆಹಲಿ

ಭಾದ್ರಪದ 30, ಶಕ ಸಂವತ್ 1943

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 22, 2021

(ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿ)



ಗೃಹ ಸಚಿವರು ಮತ್ತು
ಸಹಕಾರ ಸಚಿವರು
ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ

ಸಂದೇಶ

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (NDMA) ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿರುವ 'ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ತರಬೇತಿ ಕೈಪಿಡಿ'ಯನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರಕ್ಕೆ ಅರ್ಪಿಸಲು ನನಗೆ ಅತೀವ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತಿದೆ. ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವು ಯಾವುದೇ ವಿಪತ್ತಿನಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೂ ಮಾನವೀಯ ನೆರವು ನೀಡುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ರಕ್ಷಣಾ ತಂಡವು ಬರುವವರೆಗೆ ಅಲ್ಲಿನ ಸಮುದಾಯವು ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವಿಪತ್ತಿಗೆ ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು NDMA ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ರಚಿಸಿದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ, ಸಮುದಾಯದ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಬಲ ವೃತ್ತಿಪರ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಮುದಾಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲು ಈ ಪುಸ್ತಕವು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಕವು ದುರಂತದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೇಶದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ನಾಗರಿಕರಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಸಹಕಾರದ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ದೇಶದ ಯುವಕರು ತಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸುವಲ್ಲಿ ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ನಡೆದು ದೇಶವನ್ನು ಕಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಮಿತ್ರರಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಭಾರತ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಸಹ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ತರಬೇತಿ ಕೈಪಿಡಿ ನಮ್ಮ ಪಾಲುದಾರ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲು ನಮಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಕೈಪಿಡಿ ನಮ್ಮ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಆತ್ಮೀಯ ವಂದನೆಗಳೊಂದಿಗೆ


(ಅಮಿತ್ ಶಾ)



ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ
Chief Minister

ಸಂದೇಶ

ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದ ಹಲವು ಭಾಗಗಳು ವಿವಿಧ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಪ್ರೇರಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ದುರ್ಬಲ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಸಮುದಾಯಗಳು ಬಹುಪಾಲು ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ವಿಪತ್ತಿನಿಂದಾಗುವ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು / ಕಡಿತಗೊಳಿಸಲು ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೆ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿ ಸಮುದಾಯದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯತೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಗೃಹ ಮಂತ್ರಾಲಯ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 1 ಲಕ್ಷ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತರಬೇತಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಹರ್ಷವೆನಿಸಿದೆ.

ಈ ಸಂಬಂಧ NDMA ಜೊತೆ NDRF ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುವಂತಹ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದೆ. ಈ ಕೈಪಿಡಿಯಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ಕಲ್ಪಿಸಿದೆ. ಸದರಿ ವಿಪತ್ತುಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ತಡಗಟ್ಟಲು / ಉಪಶಮನಗೊಳಿಸಲು ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಕೌಶಲ್ಯಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಲು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ಕೈಪಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ನೀಡಿ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಂದಾಗುವ ಹಾನಿ ತಗ್ಗಿಸುವ ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಇಲಾಖೆ ಕೈಗೊಂಡಿರುವ ಕ್ರಮ ಅನನ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಟ್ಟ ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ ಹಾಗೂ ಮಾನ್ಯ ಗೃಹ ಸಚಿವರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು ಈ ತರಬೇತಿ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ NDMA ಮತ್ತು NDRFಗೆ ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದ. ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುಮೋದಿಸಿ ಮುದ್ರಿಸಲು ಸಹಕರಿಸಿದ ಕಂದಾಯ ಇಲಾಖೆ (ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ) ಹಾಗೂ ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಅಭಿನಂದನೆ ಹೇಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

(ಬಸವರಾಜ ಬೊಮ್ಮಾಯಿ)



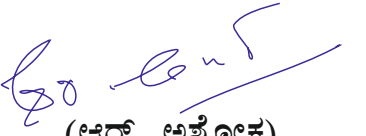
ಮಾನ್ಯ ಕಂದಾಯ ಸಚಿವರು
Minister of Revenue

ಸಂದೇಶ

ವಿಪತ್ತುಗಳಿಂದಾಗುವ ಹಾನಿಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ತಡೆಟ್ಟು / ತಗ್ಗಿಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಅತಿ ಅವಶ್ಯಕ. ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿನ ಸಮುದಾಯವು ಮೊದಲು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಂದಾಗುವ ಹಾನಿ ಅಥವಾ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 1 ಲಕ್ಷ ಸಮುದಾಯ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು NDMA ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ 11 ಜಿಲ್ಲೆಗಳ 3,400 ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಇವರ ಸೇವೆ ಪಡೆದು ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ತಕ್ಷಣ ನೆರವು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜೀವ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿ ನಷ್ಟವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲಾಗುವುದು. ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ NDMA ವತಿಯಿಂದ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಲು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಂಡ ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ ಹಾಗೂ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಮಾನ್ಯ ಗೃಹ ಸಚಿವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ಒಳಗೊಂಡ ಕೈಪಿಡಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ NDRFಗೆ ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ. ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ 3,400 ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪೊಲೀಸ್ ಮಹಾ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸೇವೆಗಳ ಇಲಾಖೆ ಇವರಿಗೆ ನನ್ನ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಲು ಕೈಗೊಂಡ ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯ ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದಿಸಿ ಪ್ರಕಟಣೆಗಾಗಿ ಕಂದಾಯ ಇಲಾಖೆ (ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ) ಹಾಗೂ KSDMAಯನ್ನು ನಾನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.


(ಆರ್. ಅಶೋಕ)



ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ
National Disaster Management Authority
ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ
Government of India

सत्यमेव जयते

ಮುನ್ನುಡಿ

ಸಮುದಾಯವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಯಾವುದೇ ವಿಷತ್ತು ಅಥವಾ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಕನ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಸಮುದಾಯವು ಯಾವುದೇ ವಿಷತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದ ಆರಂಭಿಕ ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸರ್ಕಾರಿ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳು ಹಾಗೂ ಬೆಂಬಲಗಳು ತಲುಪುವ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಸಹಾಯ ಒದಗಿಸುವ ಮೊದಲು ತನಗೆ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ, ಅಲ್ಲದೆ, ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುವ ವಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸ್ವಯಂಸೇವಕತ್ವವು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸಮುದಾಯದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಹಾಗೂ ವಿಪತ್ತುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು, "ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ" ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆ - ದುರಂತ ಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವ ಯೋಜನೆ ಇದಾಗಿದೆ, ಇದು ಅವರ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಜೀವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಭಾರಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಮಾಡ್ಯೂಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವಸ್ತುವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ 'ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರದ ಕೈಪಿಡಿ', ವಿವಿಧ ವಿಪತ್ತುಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾದ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಕೈಪಿಡಿಗೆ ತಾಂತ್ರಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು NDRF ಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ.

ಈ ಕೈಪಿಡಿಯು ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮತ್ತು ತರಬೇತುದಾರರಿಗೆ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ವಿಪತ್ತು-ನಿರೋಧಕ ಸಮಾಜವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಶುಭಾಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ,

ಲೆಫ್ಟಿನೆಂಟ್ ಜನರಲ್ ಸೈಯದ್ ಅತಾ ಹಸೈನ್ (ನಿವೃತ್ತ)
ಸದಸ್ಯ, NDMA

ರಾಜೇಂದ್ರ ಸಿಂಗ್
ಸದಸ್ಯ, NDMA

Krishna S. Vatsa
ಡಾ. ಕೃಷ್ಣ ವತ್ಸ
ಸದಸ್ಯ, NDMA

ಕಮಲ ಕಿಶೋರ್
ಸದಸ್ಯ, NDMA

ಸಂಜೀವ ಕುಮಾರ್
ಸದಸ್ಯ, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ

ಪರಿವಿಡಿ

ಸಂಖ್ಯೆ	ವಿಷಯ	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
1	ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು	01
2	ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನಿಧಿ	15
3	ಭೂಕಂಪನ	19
4	ಭೂಕುಸಿತ	27
5	ಪ್ರವಾಹ	31
6	ಸುನಾಮಿ	47
7	ಚಂಡಮಾರುತ (ಸೈಕ್ಲೋನ್)	55
8	ಮೇಘಸ್ಫೋಟ (ಕ್ಲೌಡ್ ಬರ್ಸ್ಟ್)	61
9	ಗುಡುಗು ಮತ್ತು ಸಿಡಿಲು (ಮಿಂಚು)	65
10	ಬರಗಾಲ	73
11	ಹೀಟ್ (ಬಿಸಿಗಾಳಿ) ವೇವ್	79
12	ಕೋಲ್ಡ್ (ಶೀತ ಗಾಳಿ) ವೇವ್	93
13	ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಟ್ಟದ ಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ	101
14	ಭಾರವನ್ನು ಎತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವುದು	109
15	ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	117
16	ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶದ ಗಾಯ (ಸಾಫ್ಟ್ ಟಿಶ್ಯೂ ಇಂಜೂರಿಸ್)- ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಗಾಯದ ಆರೈಕೆ	131
17	ಮಸ್ಯೂಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು (ಸ್ನಾಯು, ಮೂಳೆಗಳ ಗಾಯಗಳು)	147
18	BLS ಮತ್ತು CPR	161
19	ರೋಗಿಯನ್ನು ಎತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವುದು	179
20	ಹಾವು ಕಡಿತ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತ	189
21	ಹಗ್ಗ ಬಳಸಿ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವ ತಂತ್ರಗಳು	199
22	ಅಗ್ನಿ ಸುರಕ್ಷತೆ	211
23	ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು	221
24	ರಾಸಾಯನಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು	237
25	ಜೈವಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು	245
26	ವಿಕಿರಣಶಾಸ್ತ್ರ (ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್) ಮತ್ತು ಪರಮಾಣು (ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯರ್) ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು	249

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಚಕ್ರವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » ವಿಪತ್ತಿನ ವಿಧಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » DM ನೀತಿ ಚೌಕಟ್ಟನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » ಘಟನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನೀತಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿರುವಂತೆ, ವಿಪತ್ತು ಒಂದು ಸಮುದಾಯ ಅಥವಾ ಸಮಾಜದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಗಂಭೀರ ಅಡಚಣೆಯಾಗಿದೆ, ಇದು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಮಾನವ, ವಸ್ತು, ಆರ್ಥಿಕ ಅಥವಾ ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಾಧಿತ ಸಮುದಾಯ ಅಥವಾ ಸಮಾಜವು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರುತ್ತದೆ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಎಂದರೆ ವಿಪತ್ತಿನಿಂದ ಮಾನವ ಸಮುದಾಯ, ವಸ್ತು, ಆರ್ಥಿಕ ಅಥವಾ ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು, ಇದು ನಾವು "ಭಾರಿ ದುರ್ಘಟನೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ನಾವು ಹೇಗೆ ತಯಾರಿ ನಡೆಸುತ್ತೇವೆ, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಏನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ" ಎಂಬ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಆಗಾಗ್ಗೆ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ ಉಂಟಾದರೂ, ವಿಪತ್ತುಗಳು ಮಾನವನ ಕೃತ್ಯದಿಂದಲೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಇಂಟರ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಫೆಡರೇಷನ್ ಆಫ್ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ & ರೆಡ್ ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ಸೊಸೈಟಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಅಪಾಯವು ದುರ್ಬಲ ಜನರ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿದಾಗ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅಪಾಯಗಳು, ದುರ್ಬಲತೆ ಮತ್ತು ಅಪಾಯದ ಸಂಭಾವ್ಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅಸಮರ್ಥತೆಯ ಸಂಯೋಜನೆಯು ವಿಪತ್ತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

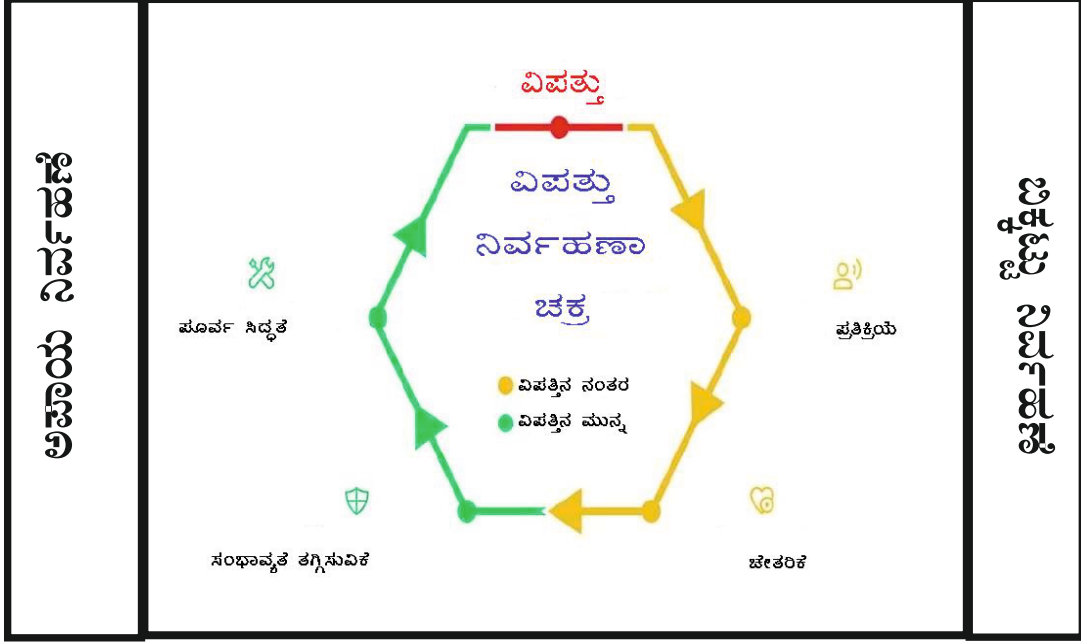
ಇಂಟರ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಫೆಡರೇಷನ್ ಆಫ್ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ & ರೆಡ್ ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ಸೊಸೈಟೀಸ್ ಪ್ರಕಾರ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಎಂದರೆ ವಿಪತ್ತುಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವೀಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಸನ್ನದ್ಧತೆ, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಚೇತರಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಸಂಘಟನೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಚಕ್ರ

ಎಂದರೆ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುವ ಮುನ್ನ (ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ) ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ನಂತರದ (ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ, ಶೋಧ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ, ಪರಿಹಾರ, ಪುನರ್ ನಿರ್ಮಾಣ ಮತ್ತು ಪುನರ್ವಸತಿ) ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ವಿಪತ್ತುಗಳ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದ. ಇದು ವಿಪತ್ತುಗಳ ಅಪಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳೆರಡರ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬಹುದು.

ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ:

ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೆ ಘಾಸಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಅಪಾಯಗಳು, ಅವರ ದುರ್ಬಲತೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ.



ಅಪಾಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಮೂಲಕ, ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಅಪಾಯಗಳ ಆವರ್ತನ, ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಅವಧಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು.

ದುರ್ಬಲತೆಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ಯಾವ ಅಂಶಗಳು ಅಪಾಯದಲ್ಲಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು, ದುರ್ಬಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ತುತ್ತಾಗುವ ಕುಟುಂಬಗಳು ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಅತಿ ಸಹಾಯಕ. ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ನೈಸರ್ಗಿಕ, ಭೌಗೋಳಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ರಾಜಕೀಯ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ, ಅದು ಕೆಲವು ಜನರನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇತರರು ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಲ್ಲಿ, ಸಮುದಾಯದ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಸಮುದಾಯ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ತಗ್ಗಿಸುವ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಆಧಾರವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.

ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ಕಡಿತ

ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯದ ಕಡಿತವು ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿದೆ. ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ಕಡಿತವು ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ, ಇದು ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವ ಅಂಶಗಳ ಅಪಾಯ ಅಥವಾ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸಂಬಂಧಿತ ಜೀವಗಳು, ಆಸ್ತಿ ಅಥವಾ ಸ್ವತ್ತುಗಳ ನಷ್ಟವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಪತ್ತುಗಳ ವಿಧಗಳು:- ವಿಪತ್ತುಗಳನ್ನು ಐದು ಉಪ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ:-

- I. ನೀರು ಮತ್ತು ಹವಾಮಾನ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು
- II. ಭೂವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು.

III. ರಾಸಾಯನಿಕ, ಕೈಗಾರಿಕಾ ಮತ್ತು ಪರಮಾಣು ಸಂಬಂಧಿತವಿಪತ್ತುಗಳು.

IV. ಅಪಘಾತ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು.

V. ಜೈವಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು

I. ನೀರು ಮತ್ತು ಹವಾಮಾನ ಸಂಬಂಧಿತವಿಪತ್ತುಗಳು

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. ಪ್ರವಾಹ | 2. ಚಂಡಮಾರುತ |
| 3. ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ (ಕ್ಲೌಡ್ ಬಸ್ಟ್) | 4. ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಶೀತಗಾಳಿ (ಹೀಟ್ & ಕೋಲ್ಡ್ ವೇವ್) |
| 5. ಹಿಮಪಾತ | 6. ಬರಗಾಲ |
| 7. ಸುನಾಮಿ | |

II. ಭೂವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು

- | | |
|------------------------------------|-----------------|
| 1. ಭೂಕುಸಿತ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಹರಿವು | 2. ಭೂಕಂಪ ನಗಳು |
| 3. ಅಣೆಕಟ್ಟು ವೈಫಲ್ಯ/ ಅಣೆಕಟ್ಟು ಸ್ಫೋಟ | 4. ಗಣಿ ಬೆಂಕಿಗಳು |

III. ರಾಸಾಯನಿಕ, ಕೈಗಾರಿಕಾ ಮತ್ತು ಪರಮಾಣು ಸಂಬಂಧಿತವಿಪತ್ತುಗಳು

1. ರಾಸಾಯನಿಕ ಮತ್ತು ಕೈಗಾರಿಕಾ ವಿಪತ್ತು
2. ಪರಮಾಣು ವಿಪತ್ತು

IV. ಅಪಘಾತ-ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು

1. ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿ
2. ನಗರ ಬೆಂಕಿ
3. ಗಣಿ ಪ್ರವಾಹ
4. ತೈಲ ಸೋರಿಕೆ
5. ಭಾರಿ ಕಟ್ಟಡ ಕುಸಿತ
6. ಸರಣಿ ಬಾಂಬ್ ಸ್ಫೋಟಗಳು
7. ಹಬ್ಬ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು
8. ವಿದ್ಯುತ್ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಗಳು
9. ವಾಯು, ರಸ್ತೆ ಮತ್ತು ರೈಲು ಅಪಘಾತಗಳು
10. ದೋಣಿ ಮಗುಚುವುದು
11. ಹಳ್ಳಿಯ ಬೆಂಕಿ

V. ಜೈವಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು

1. ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು
2. ಕೀಟ ದಾಳಿಗಳು

3. ಜಾನುವಾರು ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು

4. ವಿಷ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ

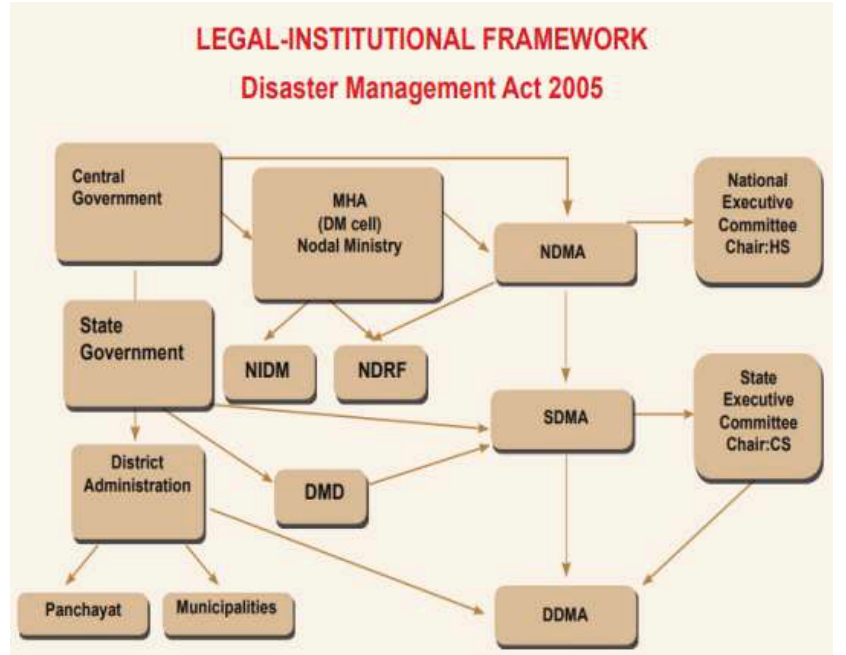
ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ನೋಡಲ್ ಸಚಿವಾಲಯಗಳು

ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳು	ಗೃಹ ವ್ಯವಹಾರಗಳ ಸಚಿವಾಲಯ (MHA)
ಬರಗಾಲ	ಕೃಷಿ ಸಚಿವಾಲಯ.
ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು	ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಚಿವಾಲಯ.
ರಾಸಾಯನಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು	ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯ (MoEF).
ಅರಣ್ಯ ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳು	MoEF.
ಪರಮಾಣು ದುರಂತಗಳು	ಪರಮಾಣು ಶಕ್ತಿ ಇಲಾಖೆ.
ವಾಯು ಅಪಘಾತಗಳು	ನಾಗರಿಕ ವಿಮಾನಯಾನ ಸಚಿವಾಲಯ.
ರೈಲ್ವೆ ಅಪಘಾತಗಳು	ರೈಲ್ವೆ ಸಚಿವಾಲಯ.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ

ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ವಿಪತ್ತಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಕ್ಯಾಬಿನೆಟ್ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ನೇತೃತ್ವದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಮಿತಿಯು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ/ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ನಿರ್ವಹಣಾ ಗುಂಪಿಗೆ ನೀತಿ ನಿರ್ದೇಶನಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

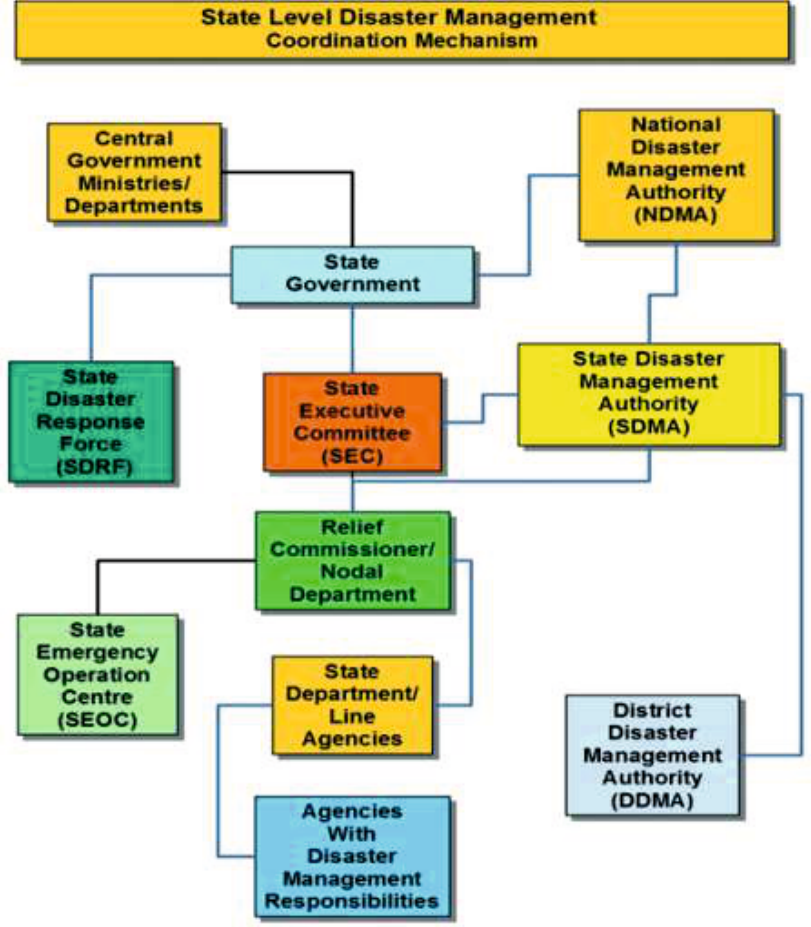
- ವಿಪತ್ತು ಪೀಡಿತ ರಾಜ್ಯಗಳಿಗೆ ವಿವಿಧ ತುರ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲು ಗೃಹ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ನೇತೃತ್ವದ NEC ಅಂತರ-ಸಚಿವಾಲಯ / ಇಲಾಖೆ ಸಭೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತದೆ.



- ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ವಿಪತ್ತಿನ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ ಕ್ರಮಗಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಮನ್ವಯಕ್ಕಾಗಿ ಕೇಂದ್ರ ಕ್ಯಾಬಿನೆಟ್ ಕ್ಯಾಬಿನೆಟ್ ಸಮಿತಿ/ಜಾಸ್ಕ್ ಫೋರ್ಸ್/ ಮಂತ್ರಿಗಳ ಗುಂಪು (GoM) ಅನ್ನು ರಚಿಸಬಹುದು.

ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ

- » ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯವರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಮಿತಿಯು ತುರ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.
- » ಸಮಿತಿಯ ವಿವಿಧ ರಾಜ್ಯ ಇಲಾಖೆಗಳಲ್ಲಿನ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿರುವ ಕೇಂದ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.
- » ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಕೋಪಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲು ರಾಜ್ಯ ಪರಿಹಾರ ಆಯುಕ್ತರು / ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ನೋಡಲ್ ಅಧಿಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.



- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಕಾಯ್ದೆಯನ್ನು 2005 ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 23 ರಂದು ಜಾರಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು.
- » ಈ ಕಾಯ್ದೆಯು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ:
 - » ಎನ್.ಡಿ.ಎಂ.ಎ (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (NDMA))
 - » ಎಸ್.ಡಿ.ಎಂ.ಎ (ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (SDMA))
 - » ಡಿಡಿಎಂಎ (ಜಿಲ್ಲಾ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (DDMA))
- » ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ, ರಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ಸ್ಪಂದನಾ ನಿಧಿ ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವ ನಿಧಿ.
- » NIDM ಮತ್ತು NDRF.
- » ಅಡಚಣೆ, ಸುಳ್ಳು ಹಕ್ಕುಸಾಧನೆ, ದುರುಪಯೋಗ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ದಂಡವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.
- » ಪರಿಹಾರ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆ, ಜಾತಿ, ಸಮುದಾಯ, ವಂಶಾವಳಿ ಅಥವಾ ಧರ್ಮದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ತಾರತಮ್ಯ ಇರಬಾರದು.

ಎನ್.ಡಿ.ಎಂ.ಎ (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (NDMA))

- » ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (NDMA) ಪ್ರಧಾನಿ ಅವರನ್ನು ಪದನಿಮಿತ್ತ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಗರಿಷ್ಠ ಮೂವರು ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಪ್ರಧಾನಿಯವರು ನಾಮನಿರ್ದೇಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.
- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಕ್ಷೇತ್ರದ ತಜ್ಞರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ರಚಿಸಬಹುದು.
- » ಯಾವುದೇ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿಯು 14 ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು/ ವಿವಿಧ ಸಚಿವಾಲಯಗಳು/ ಇಲಾಖೆಗಳ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರನ್ನು ಸಮಗ್ರ ರಕ್ಷಣಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸಮಿತಿಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರೊಂದಿಗೆ ಸಮಿತಿಯ ಪದನಿಮಿತ್ತ ಸದಸ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಸೇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು.
- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು ನೀತಿಗಳು, ಯೋಜನೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು.
- » ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿಯು ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಬೇಕು.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ

- ✓ ವಿಪತ್ತುಗಳ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ,
- ✓ ಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳ ಒಗ್ಗೂಡಿಸುವಿಕೆ,
- ✓ ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವರ್ಧನೆ.

ವಿಪತ್ತಿನಿಂದ ಪೀಡಿತರಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಒದಗಿಸಲಾಗುವ ಪರಿಹಾರದ ಕನಿಷ್ಠ ಮಾನದಂಡಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಎಸ್.ಡಿ.ಎಂ.ಎ (ರಾಜ್ಯವಿಪತ್ತುನಿರ್ವಹಣಾಪ್ರಾಧಿಕಾರ (SDMA))

SDMA ಗೆ ರಾಜ್ಯ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು ಸದಸ್ಯರನ್ನು ನೇಮಕ ನಾಮನಿರ್ದೇಶನ ಮಾಡಬೇಕು. ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು ರಾಜ್ಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿ ನೇಮಿಸಬಹುದು. ಅಗತ್ಯಬಿದ್ದಾಗ SDMA ತಜ್ಞರ ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸಬಹುದು.

ಡಿಡಿಎಂಎ (ಜಿಲ್ಲಾವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (DDMA))

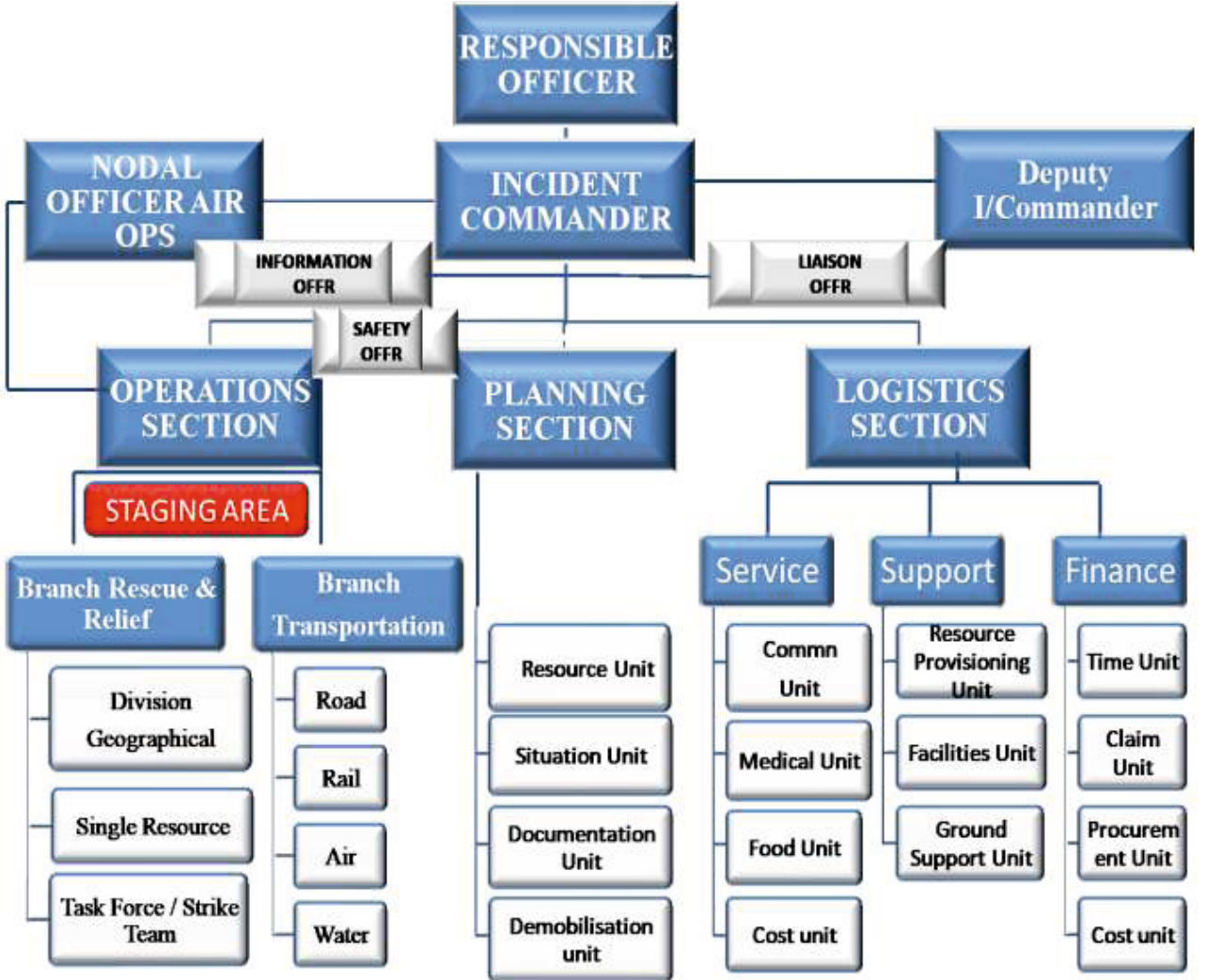
DM ಕಾಯ್ದೆಯ ಸೆಕ್ಷನ್ 25 ಒಂದು ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜಿಲ್ಲೆಗೂ ತನ್ನದೇ ಆದ DDMA ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಜಿಲ್ಲಾ ಮ್ಯಾಜಿಸ್ಟ್ರೇಟ್ / ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ (ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ ಕಲೆಕ್ಟರ್) / ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ (ಡಿಪ್ಯೂಟಿ ಕಮಿಷನರ್) ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಚುನಾಯಿತ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯನ್ನು ಸಹ-ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ನೇಮಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಸ್ವಾಯತ್ತ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಜಿಲ್ಲಾ ಮಂಡಳಿಯ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಾಹಕ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಸಹ-ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿ ನಿಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

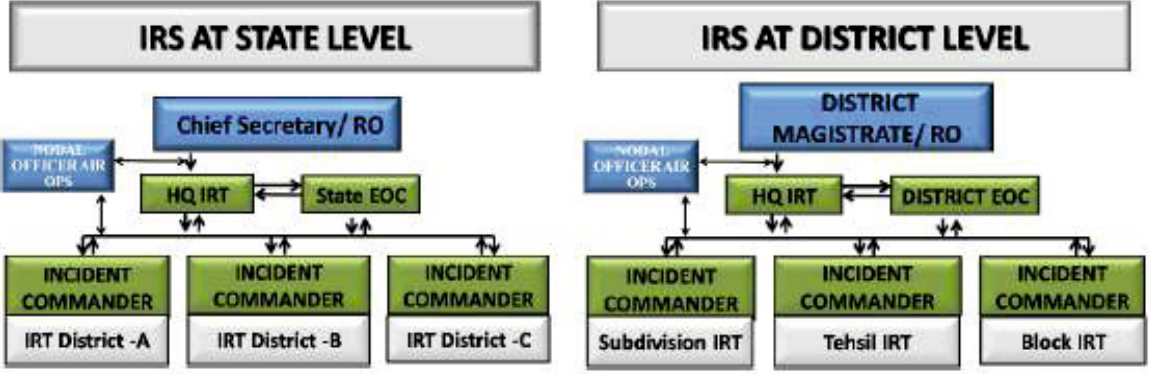
ಜಿಲ್ಲಾ ಪರಿಷತ್ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ, ಅದರ ಅಧ್ಯಕ್ಷರು DDMA ಗೆ ಸಹ-ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಇತರ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ CEO, ಪೊಲೀಸ್ ಅಧೀಕ್ಷಕರು, ಜಿಲ್ಲೆಯ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧಿಕಾರಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಇಬ್ಬರು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದ ಅಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರ ನಿಯೋಜಿಸಿದೆ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಯೋಜನೆ, ಸಮನ್ವಯ ಮತ್ತು ಅನುಷ್ಠಾನದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ್ದು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಿರುವಂತೆ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅಂತಹ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಸುರಕ್ಷತಾ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಲು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಯಾವುದೇ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಜಿಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಹೊಂದಿದೆ.

ಘಟನಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ (IRS- ಇನ್ಸಿಡೆಂಟ್ ರೆಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಸಿಸ್ಟಮ್)

- » "ಘಟನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಒಂದು ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ, ಸ್ಥಳದಲ್ಲೇ, ಎಲ್ಲಾ ಅಪಾಯಗಳ ಘಟನೆ ನಿರ್ವಹಣಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿದ್ದು, ಒಂದು ಘಟನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಘೋಷಿತ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಾಧಿಸಲು ಒಂದು ಘಟನೆ ಅಥವಾ ಯೋಜಿತ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು."
- » 2. ವಿಪತ್ತುಗಳು, ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಯೋಜಿತ ಘಟನೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಸಂಯೋಜಿಸಲು ಮತ್ತು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಅನೇಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಚೌಕಟ್ಟನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಪಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ, ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಮತ್ತು ಭಾಗವಹಿಸುವ ಇಲಾಖೆಗಳು/ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಮನ್ವಯವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ಘಟನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ರಚನೆಯೊಳಗೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು, ಉಪಕರಣಗಳು, ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಸಂವಹನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ.
- » ಇದು ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತರದಾಯಿತ್ವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪಾಲುದಾರರಿಗೆ ಪೂರ್ವನಿರ್ಧಾರಿತ ಪಾತ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಏಕೀಕೃತ ಕಮಾಂಡ್ ರಚನೆಯನ್ನು ನಂಬುವ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಸೂಕ್ತ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕಮಾಂಡ್ ನ ಏಕತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಶ್ರೇಣೀಕೃತ ಮತ್ತು ಮಾಡ್ಯುಲರ್ ರಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.





ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಂಸ್ಥೆ (ಎನ್ ಐಡಿಎಂ)

- » ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರವು 1995 ರಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ರಚಿಸಿತು, ನಂತರ ಅದನ್ನು ಅಕ್ಟೋಬರ್ 16, 2003 ರಂದು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಂಸ್ಥೆ (ಎನ್ ಐಡಿಎಂ) ಆಗಿ ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಗೇರಿಸಲಾಯಿತು. DM ಕಾಯ್ದೆ ಜಾರಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ, ಅದು ಶಾಸನಬದ್ಧ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನೂ ಪಡೆದಿದೆ. ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಕಾಯ್ದೆ, 2005 ರ ಅಧ್ಯಾಯ VII ರ ಸೆಕ್ಷನ್ 42 ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಹಲವಾರು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ, ಅವುಗಳೆಂದರೆ,
- » ತರಬೇತಿ ಮಾಡ್ಯೂಲ್ ಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು, ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ದಸ್ತಾವೇಜನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು,
- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಥಿಕಗೊಳಿಸಲು ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದು, ಅಧ್ಯಯನ ಕೋರ್ಸ್ ಗಳು, ಸಮ್ಮೇಳನಗಳು, ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಸೆಮಿನಾರ್ ಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದು,
- » ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳು, ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.
- » ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಯೋಜಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು
- » ದಾಖಲೀಕರಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು, ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ನೀತಿಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದ ಮಾಹಿತಿ ನೆಲೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳು
- » ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಜಾಲವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುವುದು (ಭಾರತ ವಿಪತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಜಾಲ; ಐಡಿಆರ್ ಎನ್)

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆ (ಎನ್ ಡಿಆರ್ ಎಫ್-ನ್ಯಾಷನಲ್ ಡಿಸಾಸ್ಟರ್ ರೆಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಫೋರ್ಸ್)

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆಯನ್ನು (ಎನ್ ಡಿಆರ್ ಎಫ್) DM ಕಾಯ್ದೆ, 2005ರ ಸೆಕ್ಷನ್ 44ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರಾಂತ ಮಿಲಿಟರಿ ಪಡೆಗಳ ಎಂಟು ಪ್ರಮಾಣಿತ ತುಕಡಿಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಗಡಿ ಭದ್ರತಾ ಪಡೆ (ಬಿಎಸ್ ಎಫ್), ಇಂಡೋ-ಟಿಬೆಟಿಯನ್ ಬಾರ್ಡರ್ ಪೊಲೀಸ್ (ಐಟಿಬಿಪಿ), ಕೇಂದ್ರ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಭದ್ರತಾ ಪಡೆ (ಸಿಐಎಸ್ ಎಫ್) ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರ ಮೀಸಲು ಪೊಲೀಸ್ ಪಡೆ (ಸಿಆರ್ ಪಿಎಫ್) ಗಳಿಂದ ತಲಾ ಎರಡು ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳನ್ನು ವಿಪತ್ತು ಅಥವಾ ವಿಪತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ವಿಶೇಷ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಿ ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಗೇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ರಚಿಸಲಾಯಿತು.

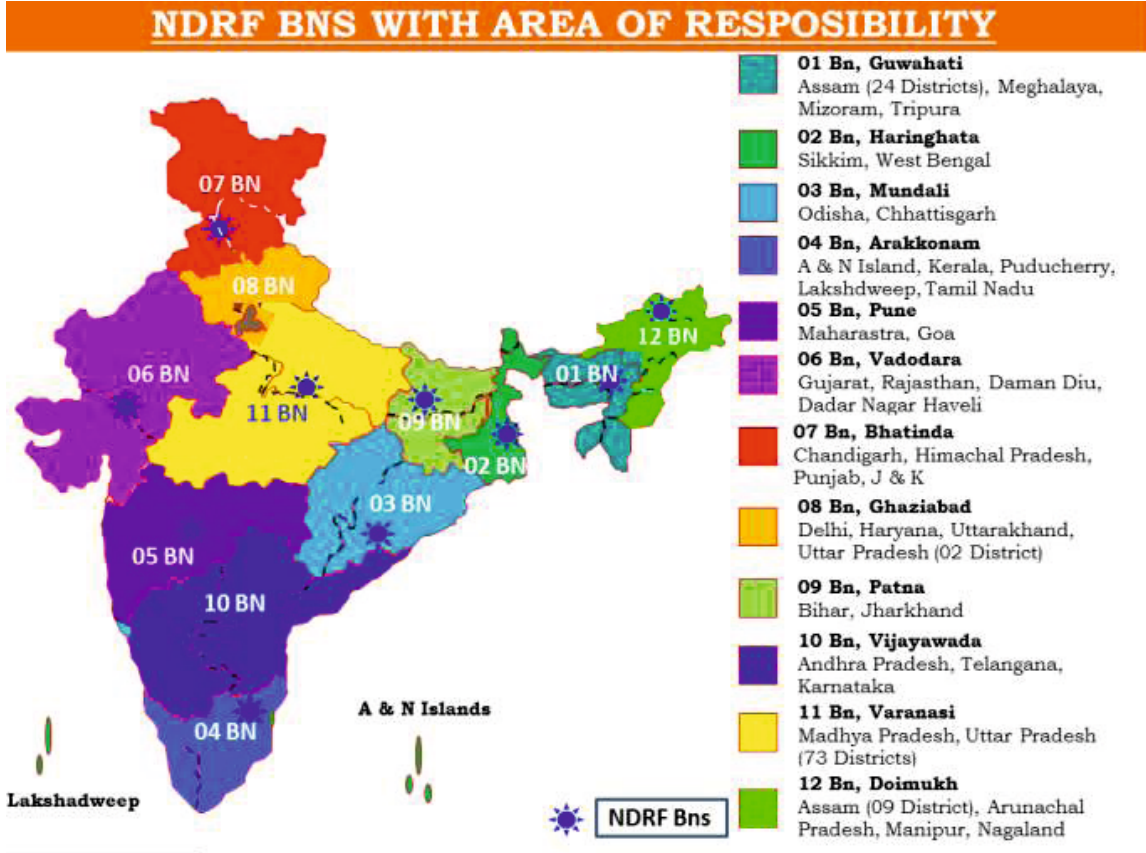
ಈಗ ಒಟ್ಟು ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ 16 ಕ್ಕೆ ಏರಿತು, BSF ಮತ್ತು ITBP ತಲಾ 04 ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು, CRPF ನ 03 ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು, CISF ಮತ್ತು SSB ಯಿಂದ ತಲಾ 02 ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು ಮತ್ತು AR ನ 01 ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ, ಆದರೆ 16 ರಲ್ಲಿ 12 ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ, ಆದರೆ ನಾಲ್ಕು ಘಟಕಗಳು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿವೆ. ಈ ಹೊಸ ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಗಳು (ತಲಾ ಒಂದು) ದೆಹಲಿಯ NCT, J&K, ಹಿಮಾಚಲ, ಉತ್ತರಾಖಂಡ ಮತ್ತು NCT ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿ NDRF ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ನಲ್ಲಿ 45 ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ 18 ತಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾದ 1149 ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ, ಅವರು ಯಾವುದೇ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಎರಡೂ. ಕಷ್ಟಕರ ವಿಪತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅಥವಾ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಲು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ;

ದೇಶದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 288 NDRF ತಂಡಗಳಲ್ಲಿ 180 ತಂಡಗಳಿಗೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳಲ್ಲದೆ ರಾಸಾಯನಿಕ, ಜೈವಿಕ, ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯರ್ (CBRN) ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಶೇಷ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆಯನ್ನು ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

- » ಸೈನ್ಯದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ದೇಶನವನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಬೇಕು.
- » NDRF ನ ಮಹಾನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರ ನೇಮಕ ಮಾಡಿದ ಅಧಿಕಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸೈನ್ಯದ ಆದೇಶ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಇರುತ್ತದೆ.
- » ಪ್ರತಿ 45 ಜನರ ವಿಶೇಷ ಸ್ವಂದನಾ ತಂಡವು 04 SAR ಉಪ ತಂಡಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ 01 ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬೆಂಬಲ ತಂಡ 01 ತಾಂತ್ರಿಕ ಬೆಂಬಲ ತಂಡ ಮತ್ತು 01 ಶ್ವಾನದಳ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.
- » ಪ್ರತಿ ಬೆಟಾಲಿಯನ್ ಅನ್ನು FWR ಮತ್ತು ಅಂಡರ್ ವಾಟರ್ ಸರ್ಚ್ ಗಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- » ದೇಶದ ವಿವಿಧ ಪ್ರದೇಶಗಳ ವಿಪತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ದುರ್ಬಲತೆಯ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಅನ್ನು ಆಧರಿಸಿ, ಈ ವಿಶೇಷ ssss ಬೆಟಾಲಿಯನ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲೇ ನೆಲೆಸಿರಲಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಪ್ರಸ್ತುತ ಕೆಳಗಿನ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು.



ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆ (ಎಸ್ ಡಿಆರ್ ಎಫ್ - ಸ್ಟೇಟ್ ಡಿಸಾಸ್ಟರ್ ರೆಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಫೋರ್ಸ್)

» ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆಯ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ರಾಜ್ಯಗಳು/ ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ತಜ್ಞರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿವೆ. ತರಬೇತುದಾರರ ತರಬೇತಿಗೆ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರ ನೆರವು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಶೋಧ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾ ಸಲಕರಣೆಗಳ ಖರೀದಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪಡೆಯ ತರಬೇತಿ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಗಳು ತಮ್ಮ ರಾಜ್ಯ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನಿಧಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವರ್ಧನೆ ಅನುದಾನದ ಶೇ.10 ರಷ್ಟನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣೆ (ಸಿವಿಲ್ ಡಿಫೆನ್ಸ್)

ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯ್ದೆಯ ಗುರಿಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಗಳು:

1962ರವರೆಗೆ ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ನೀತಿಯು ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಕ್ರಮಗಳ ಅಗತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಉಂಟುಮಾಡಲು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರ ಸಂಸ್ಥೆ (IRO) ಯೋಜನೆಯಡಿ ಪ್ರಮುಖ ನಗರಗಳು ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಣಗಳಿಗೆ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಸನ್ನದ್ಧವಾಗಿಡಲು ಸೀಮಿತವಾಗಿತ್ತು. ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯ್ದೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ (CD) ಕುರಿತ ಶಾಸನವನ್ನು 1968 ರಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು, ಇದು ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಈ ಕಾಯ್ದೆ CD ಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು CD ಗಾಗಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಅಧಿಕಾರಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ, ಕ್ರಮಗಳಿಗಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿವಿಧ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು CD ಕಾರ್ಪ್ಸ್‌ನ ಸಂವಿಧಾನ, ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ನೇಮಕಾತಿ, ಸದಸ್ಯರ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಷರತ್ತು ವಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ದೇಶದಲ್ಲಿನ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಹಭಾಗಿತ್ವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು 2010 ರಲ್ಲಿ ಕಾಯ್ದೆಯನ್ನು ತಿದ್ದುಪಡಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಶತ್ರುಗಳ ದಾಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುವ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ CD ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವರ್ಗೀಕರಿಸಿದ CD ಪಟ್ಟಣಗಳ ಪರಿಷ್ಕರಣೆ ಮತ್ತು ನವೀಕರಣವು ಗ್ರಹಿಸಿದ ಬೆದರಿಕೆ, ಬಾಹ್ಯ ಆಕ್ರಮಣ ಅಥವಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ-ವಿರೋಧಿ ಅಂಶಗಳು ಅಥವಾ ಭಯೋತ್ಪಾದಕರು ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾಪನೆಗಳ ಪ್ರತಿಕೂಲ ದಾಳಿಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ನಿಯಮಿತ ಅವಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

Cdಯ ಸೂಚನೆಗಳ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತತೆ -

ಭಾರತದ CDಯ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಹಳ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಾನೂನು ಅಂಶಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರಮುಖ ನೀತಿ ಪತ್ರಗಳ ಉಲ್ಲೇಖಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದನ್ನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಫೆಬ್ರವರಿ 1969 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಯಿತು. ತದನಂತರ, ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣೆಯ ಮಾಸ್ಟರ್ ಪ್ಲಾನ್, ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯ್ದೆ 1968, ನಾಗ್ಪುರದ NCDCಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾದ ತರಬೇತಿ ಕೋರ್ಸ್ ಗಳು, ರಾಜ್ಯಗಳ ತರಬೇತಿ ಪದ್ಧತಿಮವನ್ನು ಸೇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅದರ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲಾಯಿತು.

ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣೆಯ ಪಾತ್ರ:

ಯುದ್ಧ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, CD ಸಂಸ್ಥೆಯು ಒಳನಾಡನ್ನು ಕಾಯುವುದು, ಶಸ್ತ್ರ ಪಡೆಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವುದು, ನಾಗರಿಕರನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಜೀವ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಲು ನಾಗರಿಕ ಆಡಳಿತಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು, ಉತ್ಪಾದನಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ನೈತಿಕ ಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯು ಕೇವಲ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಶಸ್ತ್ರಾಸ್ತ್ರಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಹಾನಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಪರಮಾಣು ಶಸ್ತ್ರಾಸ್ತ್ರಗಳು, ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ರಾಸಾಯನಿಕ ಯುದ್ಧ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ವಿಪತ್ತುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಬೆದರಿಕೆ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

CD ನೀತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ಅದನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸಲು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಲು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಮೂರು ಹಂತದ ರಚನೆಯನ್ನು ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

- » ಕೇಂದ್ರ ಗೃಹ ಸಚಿವರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿ
- » ಗೃಹ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಮಿತಿ
- » ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಜಂಟಿ ಯೋಜನಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸಮಿತಿ ಮಹಾ ನಿರ್ದೇಶಕ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಲು ಅರ್ಹತೆಗಳು:

1. ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಪಡೆಗೆ ನೇಮಕಾತಿಗೆ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಷರತ್ತುಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು:

- a) ಭಾರತ ಅಥವಾ ಭೂತಾನ್ ಅಥವಾ ನೇಪಾಳದ ಪ್ರಜೆಯಾಗಿರಬೇಕು
 - b) 18 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿರಬೇಕು. ಈ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಿತಿಯನ್ನು ಕಾರ್ಪ್ಸ್‌ನ ಯಾವುದೇ ಶಾಖೆ ಅಥವಾ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಗರಿಷ್ಠ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಸಕ್ಷಮ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಸಡಿಲಿಸಬಹುದು.
 - c) ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಾನದಂಡವನ್ನು, ಅಂದರೆ ನಾಲ್ಕನೇ ತರಗತಿಯನ್ನು ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಿರಬೇಕು; ಮತ್ತು ಈ ಷರತ್ತನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಕರು ತನ್ನ ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಸಡಿಲಿಸಬಹುದು.
2. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಜಾಗರೂಕನಾಗಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬರದ ಹೊರತು ಕಾರ್ಪ್ಸ್ ಗೆ ನೇಮಕಗೊಳ್ಳಲು ಅರ್ಹನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.
3. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಪಡೆ ಅಥವಾ ಒಕ್ಕೂಟದ ಸಶಸ್ತ್ರ ಪಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಯಾವುದೇ ಸೇವೆಯು ವಿಶೇಷ ಅರ್ಹತೆಯಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
4. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಮತ್ತು ಗೌರವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವರು ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ನಿಬಂಧನೆಗಳು, 1968 ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ಕಾನೂನಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಕೂಲ ದಾಳಿಯ ವಿರುದ್ಧ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಯ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಆದೇಶದ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ನಿಯೋಜಿಸಲಾದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ
5. ಕಾರ್ಪ್ಸ್ ನೇಮಕಕ್ಕಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಕನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಔಪಚಾರಿಕವಾಗಿ ನೋಂದಾಯಿಸತಕ್ಕದ್ದು ಮತ್ತು ದಾಖಲಾತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಕನು ಆದೇಶದ ಮೂಲಕ ನೇಮಕ ಮಾಡಬಹುದಾದಂತಹ ಅಧಿಕಾರಿಯ ಮುಂದೆ ಪ್ರಮಾಣ ವಚನ ಅಥವಾ ದೃಢೀಕರಣವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಮಹಾನಿರ್ದೇಶಕರು (DGCD- ಡೈರೆಕ್ಟೋರೇಟ್ ಜನರಲ್ ಆಫ್ ಸಿವಿಲ್ ಡಿಫೆನ್ಸ್):

ನಾಗ್ಬರದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವಾ ಕಾಲೇಜಿನ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆ ಸೇರಿದಂತೆ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣೆ, ಗೃಹರಕ್ಷಕ ದಳ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ನೀತಿ ಮತ್ತು ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಗೃಹ ವ್ಯವಹಾರಗಳ ಸಚಿವಾಲಯದಲ್ಲಿ ನವದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪ್ರಧಾನ ಕಚೇರಿಯೊಂದಿಗೆ 1962ರಲ್ಲಿ ಡಿಜಿ ಸಿಡಿಎನ್‌ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು. ಪೊಲೀಸ್ ಮಹಾನಿರ್ದೇಶಕರ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿರುವ ಐಪಿಎಸ್ ಅಧಿಕಾರಿಯೊಬ್ಬರು ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ:

ರಾಜ್ಯದೊಳಗೆ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ನಿಯಂತ್ರಕರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ನಿರ್ದೇಶಕರನ್ನು ನೇಮಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯದೊಳಗಿನ ಯಾವುದೇ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಪಡೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ರಚಿಸಬಹುದು. CD ಪಟ್ಟಣಗಳೆಂದು ಸೂಚಿಸಲಾದ 35 ರಾಜ್ಯಗಳ 225 ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರಸ್ತುತ CD ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಕೇವಲ 130 ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿ ಪಟ್ಟಣದ ಎರಡು ಲಕ್ಷ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ 400 CD ಸ್ವಯಂಸೇವಕರೊಂದಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಖಾಯಂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಕೇಂದ್ರ ವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರತಿ ರಾಜ್ಯವು 36 ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಐದು ವಾಹನಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಲಕರಣೆಗಳ ಶಾಶ್ವತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಒಂದು CD ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಜಿಲ್ಲಾ ಮ್ಯಾಜಿಸ್ಟ್ರೇಟರನ್ನು CD ಪಟ್ಟಣಗಳಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಕರನ್ನಾಗಿ ನೇಮಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. CD ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಪ್ರಸ್ತುತ ಬಲ 5.72 ಲಕ್ಷ, ಅದರಲ್ಲಿ 5.11 ಲಕ್ಷ ಈಗಾಗಲೇ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ.

2001ರ ಜನಗಣತಿಯ ಪ್ರಕಾರ CD ಪಟ್ಟಣಗಳ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿ CD ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಗುರಿ ಬಲವನ್ನು 13 ಲಕ್ಷಕ್ಕೆ ನಿಗದಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಗೃಹ ಸಚಿವರು ಹೊರಡಿಸಿದ ನಿರ್ದೇಶನಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಲು ಅದರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು NDMA ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ಫೆಬ್ರವರಿ 7, 2006 ರಂದು ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯರ ಉನ್ನತ ಅಧಿಕಾರದ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸಲಾಯಿತು.

ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣೆ: ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಜಿಲ್ಲಾ ಮ್ಯಾಜಿಸ್ಟ್ರೇಟ್ ಶ್ರೇಣಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇರದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಕ ಎಂದು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೇಮಿಸಬಹುದು, ಕೆಲವು ಷರತ್ತುಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ, ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಉಪ ಕಲೆಕ್ಟರ್ ವರೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಉಪ ನಿಯಂತ್ರಕನನ್ನು ಸಹ ನೇಮಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಉಪ-ವಿಭಾಗೀಯ ಮ್ಯಾಜಿಸ್ಟ್ರೇಟ್ ಗಿಂತ ಕೆಳಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ.

ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳು

ಸಂವಿಧಾನದ ಅನುಚ್ಛೇದ 243W ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಚ್ಛೇದ 12 ರ 7 ನೇ ಅಂಶದಲ್ಲಿ ಅಂದಾಜಿಸಿರುವಂತೆ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳು ಮುನ್ಸಿಪಲ್ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿದೆ. ಈ ರಚನೆ ಎಲ್ಲಾಕಡೆ ಏಕರೂಪವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿತ ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಗೃಹ ವ್ಯವಹಾರಗಳ ಸಚಿವಾಲಯವು ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರ ಸಚಿವಾಲಯಗಳಿಗೆ ಅಗ್ನಿ ರಕ್ಷಣೆ, ಬೆಂಕಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿ ಶಾಸನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಇಂದೋರ್ ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಗುಜರಾತ್, ಛತ್ತೀಸ್‌ಗಢ್, ಪಂಜಾಬ್, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಹಿಮಾಚಲ ಪ್ರದೇಶ, ಹರಿಯಾಣ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶದ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳು ಆಯಾ ಸಂಬಂಧಿತ ಮುನ್ಸಿಪಲ್ ಕಾರ್ಪೊರೇಷನ್ ಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿವೆ. ಉಳಿದ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಗೃಹ ಇಲಾಖೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಕೆಲವು ರಾಜ್ಯಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅಗ್ನಿ ಕಾಯ್ದೆಯನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತಂದಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ಈ ಸಮಯಕ್ಕೆ, ಉಪಕರಣಗಳ ಸ್ಟೇಲಿಂಗ್, ಉಪಕರಣಗಳ ವಿಧ ಅಥವಾ ಅವುಗಳ ಮಾನವ ಶಕ್ತಿಯ ತರಬೇತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಮಾಣೀಕರಣ ಸಹ ನಡೆಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲೂ ರಾಜ್ಯಗಳು ಕೈಗೊಂಡ ಉಪಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಬದಗಿಸಲಾದ ನಿಧಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಅದು ಬೆಳೆದಿದೆ.

ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ, ದೊಡ್ಡ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, CISF ಮತ್ತು ಸಶಸ್ತ್ರ ಪಡೆಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಧಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಸರ್ಕಾರಿ ಇಲಾಖೆಯಾಗಿರದಿದ್ದರೂ; ರಾಜ್ಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ರಚನೆ, ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಧನಸಹಾಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ತರಬೇತಿ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ ಕುರಿತ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನೀತಿಯ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ✓ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಗೆ ಸಮಗ್ರ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
- ✓ ಕೇಂದ್ರ/ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಚಿವಾಲಯ/ಇಲಾಖೆ ಯೋಜನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ದುರ್ಬಲತೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಯೋಜನೆಗಳು/ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಹಣವನ್ನು ಹಂಚಿಕೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ✓ ಒಟ್ಟು ಯೋಜನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಪತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವ ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಯೋಜನೆಗಳು/ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ತಗ್ಗಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು.
- ✓ ಅಪಾಯಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಯೋಜನೆಯು ಅಗತ್ಯ ಉಲ್ಲೇಖದ ಪದವಾಗಿ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಯೋಜನೆಯ ವರದಿಯು ದುರ್ಬಲತೆಯ ಕಡಿತವನ್ನು ಯೋಜನೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಹರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
- ✓ ಸುಸ್ಥಿರ ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯ ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಸಮುದಾಯದ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿ ನಿರ್ಮಾಣ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ದುರ್ಬಲ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ ಜಾಗೃತಿ ಅಗತ್ಯ ಎಂದು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಇದು ನೀತಿಯ ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಸಮುದಾಯವು ವಿಪತ್ತಿಗೆ ಮೊದಲು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಅಧಿಕಾರ ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಹೊರತು, ಯಾವುದೇ ಬಾಹ್ಯ ಬೆಂಬಲವು ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ✓ ವಿಪತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ/ದುರ್ಬಲತೆ ತಗ್ಗಿಸುವ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ವಲಯ, ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಧ್ಯಮದೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂವಾದ ನಡೆಯಲಿದೆ.
- ✓ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ರಚನೆಗಳು/ ಸೂಕ್ತ ಕಮಾಂಡ್ ಸರಪಳಿಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಘಟಿತ ಮತ್ತು ತ್ವರಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು; ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಹಂಚಿಕೆಗಾಗಿ ಅಂತರ ರಾಜ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಲಾಗುವುದು.
- ✓ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವರ್ಧನೆ ಕ್ರಮಗಳಿಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ✓ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಪತ್ತುಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ರಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಇಲಾಖೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಮಾಣಿತ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗುವುದು.
- ✓ ನಿರ್ಮಾಣ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಸಂಬಂಧಿತ ಭಾರತೀಯ ಮಾನದಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿರುವ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿರಬೇಕು.
- ✓ III, IV & V ಮಟ್ಟದ ಭೂಕಂಪ ವಲಯಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಲೈಫ್ ಲೈನ್ ಕಟ್ಟಡಗಳಾದ- ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣಗಳು, ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣಗಳು/ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣ ನಿಯಂತ್ರಣ ಗೋಪುರಗಳು, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ನಿಲ್ದಾಣ ಕಟ್ಟಡಗಳು, ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣಗಳು, ಪ್ರಮುಖ ಆಡಳಿತ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮರುಸುಧಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ✓ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಹಾರ ಸಂಹಿತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಂಹಿತೆಗಳು/ ಕೈಪಿಡಿಗಳಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಯೋಜನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸಾಂಸ್ಥಿಕಗೊಳಿಸಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗಮನದೊಂದಿಗೆ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ನಿರ್ಣಯ

ದೇಶದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಆಡಳಿತ ಯಂತ್ರವನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯೂಹಾತ್ಮಕ ಪಾಲುದಾರಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಒತ್ತು ನೀಡುವ ವಿಪತ್ತುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಂಡ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಭಾವ್ಯ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟವರನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಸಂಯೋಜಿಸಲು ಪರಿಗಣಿಸಲಾದ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿದ ರಚನೆಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಲದಿಂದ ಕಾಲಕ್ಕೆ ವಿಕಸನಗೊಂಡಿದೆ.

ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ವಿಪತ್ತು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ.
- » ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ.
- » ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ಬಗೆ.
- » ವಿಪತ್ತಿನ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಹೇಳಿದಾಗ ಏನುಮಾಡಬೇಕು.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ವಿಪತ್ತು ಎಂದರೇನು - "ಯಾವುದೇ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುವ ವಿಪತ್ತು, ಅಪಘಾತ, ಗಂಭೀರ ಘಟನೆ, ಅಪಘಾತ, ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಗಣನೀಯ ಜೀವ ಹಾನಿ, ಮಾನವ ಯಾತನೆ, ಹಾನಿ, ಆಸ್ತಿ, ಪಾಸ್ತಿ, ನಾಶ, ಪರಿಸರದ ಹಾನಿ, ಅವನತಿ ಮತ್ತು ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶದ ಸಮುದಾಯದ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿದ ಸ್ವಭಾವ ಅಥವಾ ಪರಿಮಾಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತಹ ಘಟನೆ." (DM ಕಾಯ್ದೆ 2005)

ಪರಿಸರ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಸಂಘರ್ಷಗಳಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಒತ್ತಡ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಗಾಯ, ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಗಂಭೀರ ಆರ್ಥಿಕ ಹಾನಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಇದು ಜನರು, ಸರಕುಗಳು, ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ಗಂಭೀರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಮುದಾಯಗಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿ. ವಿಪತ್ತು ಒಂದು ಘಟನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ ಆದರೆ ಅಂತಹ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಈ ಘಟನೆಯು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ವಿಪತ್ತು ಅಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಭೂಕಂಪಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳಾಗಿವೆ. ದುರ್ಬಲ ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನನಿಬಿಡ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಮೇಲೆ ಇದು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರದಿದ್ದರೆ, ಅದು ವಿಪತ್ತು ಉಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ (ಡಿಸಾಸ್ಟರ್ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್)-ಎನ್ನುವುದು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತುಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದವಾಗಿದೆ, ಜೊತೆಗೆ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುವ ಮುನ್ನ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ; ಘಟನೆ ಅಪಾಯ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮ ನಿರ್ವಹಣೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ವಿಪತ್ತು ಚೇತರಿಕೆ (ಡಿಸಾಸ್ಟರ್ ರಿಕವರಿ)- ಪರಿಸರದ ಪುನರ್ ನಿರ್ಮಾಣ, ಭೌತಿಕ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯ ಮತ್ತು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಭಾವನಾತ್ಮಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಕಲ್ಯಾಣದ ಮರುಸ್ಥಾಪನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತು ಬಾಧಿತ ಸಮುದಾಯಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಯೋಜಿತ ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಅಪಾಯ (ಹಜಾರ್ಡ್) - ಇದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಘಟನೆ/ವಿಪತ್ತುಗಳ ಸಂಭಾವ್ಯ ಘಟನೆಯಾಗಿದೆ.

ಹಾನಿ (ರಿಸ್ಕ್) - ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಪಾಯ/ಗಳು ಮತ್ತು ದುರ್ಬಲತೆಗಾಗಿ ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಂಭವನೀಯತೆ.

ದುರ್ಬಲತೆ (ವಲ್ನೇರಬಿಲಿಟಿ)- ಜನರು, ಕಟ್ಟಡಗಳು ಅಥವಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ.

ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಏಕೆ ಮುಖ್ಯ?

ವಿಪತ್ತುಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಸಮುದಾಯಗಳು ಸಿದ್ಧವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಹಾನಿಯ ಪ್ರಮಾಣ ಊಹಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ವಿಪರ್ಯಾಸವೆಂದರೆ, ವಿಪತ್ತುಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸಂಭವಿಸದ ಕಾರಣ ಅನೇಕ ಸಮುದಾಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ತಕ್ಷಣದ ಅಗತ್ಯದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದೆ, ಸಮುದಾಯ ಸನ್ನದ್ಧತೆಯು ವಿರಳವಾಗಿ ಆದ್ಯತೆಯಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಘಾಸಿ ಆಗುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಕಡಿಮೆ ಆಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಗಳನ್ನು ವಿಪತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಯೋಜನೆ ವಿಪತ್ತು ನಡೆದ ನಂತರ ಸಂಭಾವ್ಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನಮಗೆ ಅನುಮತಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯ ಸನ್ನದ್ಧತೆಯು ಅಪಾಯದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಕರಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಲಭ್ಯವಾಗುವವರೆಗೆ ಅವರ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಮುದಾಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಖಾಸಗಿ ವಲಯ, ಶಾಲೆಗಳು, ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಸಂಘಟನೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಸಮಗ್ರ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಸಮನ್ವಯದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿಯು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಸಂಪನ್ಮೂಲವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು, ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಅನೇಕ ತುರ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಸ್ಥಳೀಯ ಸಮುದಾಯವೇ ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದೇ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಮೊದಲಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯೇನಿಡುತ್ತದೆ".

ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಯೋಜನೆ - ಕುಟುಂಬ

1. ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದಾದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ಈ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಬೇಕು ಅಥವಾ ತಗ್ಗಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ.
2. ಸಂಭಾವ್ಯ ಅಪಾಯಗಳು ಅಥವಾ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ ಮಂದಿಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸ ಬೇಕಾದರೆ ಅವರು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.
3. ವಿಪತ್ತಿನ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಬೇರ್ಪಟ್ಟರೆ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವು ಹೇಗೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ. ಎರಡು ಮೀಟಿಂಗ್ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಬೆಂಕಿ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಒಬ್ಬರು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಬಳಿ ಇರಬೇಕು, ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಮನೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು - ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ನೀವು ಮನೆಗೆ ಮರಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ.
4. ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಕರೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದ ಹೊರಗೆ ವಾಸಿಸುವ ಸ್ನೇಹಿತ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಕರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
5. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ನೆಲದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಕೋಣೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
6. ತುರ್ತು ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಗೊತ್ತುಪಡಿಸಿದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಬೇಕು.
7. ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಗ್ಯಾಸ್, ನೀರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಮುಖ್ಯ ಸ್ವಿಚ್ ಆಫ್ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳೀಯ ಉಪಯುಕ್ತತೆ ಕಂಪನಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
8. ಅಲ್ಲದೆ, ನಿಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಅಗತ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರು, ವೃದ್ಧರು ಮತ್ತು ಅಂಗವಿಕಲರು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.

ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಿಸಿ. ನೀವು ವಸತಿ ಮತ್ತು ಸಹಾಯವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವಾಗ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಕರು ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ಬದಲಾಗಿ, ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಹಿಂದಿನಂತೆ ನಿರ್ಮಿಸಲು ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಹ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರನ್ನು ಅದರ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ. ಮಕ್ಕಳು, ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ಹಿಂತಿರುಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಮಕ್ಕಳು ದುರಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಲಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಬಯಸಿದಷ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಲಿ. ಮಕ್ಕಳು ಏನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಇಡೀ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಚರ್ಚೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ. ಇದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಉಂಟುಮಾಡಿದ ವಿಪತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ತುರ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಕಿಟ್ ಆಗಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇಂದೆ ದಾಸ್ತಾನು ಮಾಡಿಮತ್ತು ಹಾಳಾಗುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮರುಪೂರಣ ಮಾಡಿ.

-
- A collection of various household items including a red gas can, a black vacuum, a flashlight, batteries, and plastic jugs.

ಭೂಕಂಪ ಸುರಕ್ಷತೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಭೂಕಂಪದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಮಾಹಿತಿ
- » ರಾಜ್ಯವಾರು ಭೂ ಕಂಪ ವಲಯ ಪ್ರದೇಶ
- » ಭೂಕಂಪದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಭೂಕಂಪಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಮಾರಕ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಪಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಇವು ಯಾವುದೇ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸಂಭವಿಸಿಬಿಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಭೂಕಂಪ ವಲಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನಸಾಂದ್ರತೆಯ ಪ್ರದೇಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಭೂಕಂಪಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ದುರಂತವಾಗಬಹುದು, ಮಾನವ ಜೀವಗಳ ಭಯಾನಕ ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ಊಹಿಸಲಾಗದ ಆರ್ಥಿಕ ವೆಚ್ಚ.

ಭೂಕಂಪಶಾಸ್ತ್ರವು ಭೂಕಂಪಗಳು ಮತ್ತು ಭೂಕಂಪದ ಅಲೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನವಾಗಿದೆ. ಭೂಕಂಪಗಳಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಭೂಕಂಪದ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಸಿಸ್ಮೋಗ್ರಾಫ್ ದಾಖಲಿಸುತ್ತದೆ, ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಭೂಕಂಪವು ಎಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಭೂಕಂಪಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಗೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಭೂಕಂಪಗಳಿಂದ ಬರುವ ಭೂಕಂಪದ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಭೂಮಿಯ ಆಳವಾದ ಒಳಭಾಗವನ್ನು ನಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಗ್ರಹದ ಆಂತರಿಕ ರಚನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದು.

ಭೂಕಂಪ ಎಂದರೇನು?

ಭೂಕಂಪ ಎಂದರೆ ಭೂಮಿಯ ಹೊರಪದರದಲ್ಲಿ ಹಠಾತ್ ಶಕ್ತಿಯ ಬಿಡುಗಡೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲ್ಮೈ ಅಲುಗಾಡುವಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದು ಭೂಕಂಪನ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಭೂಮಿಯ ಹೊರಪದರದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾದ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಶಕ್ತಿಯು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದಾಗ ಭೂಕಂಪದ ಅಲೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭೂಮಿಯ ಒಳಗಿನ ಬಂಡೆಯ ರಾಶಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಮುರಿದಾಗ ಮತ್ತು ಜಾರಿದಾಗ. ಭೂಕಂಪಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಭೂವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೋಷಗಳ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಅಲ್ಲಿ ಬಂಡೆಯ ರಾಶಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಶ್ವದ ಪ್ರಮುಖ ದೋಷ ರೇಖೆಗಳು ಭೂಮಿಯ ಹೊರಪದರವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಬೃಹತ್‌ಕ್ಯೋನಿಕ್ ಫಲಕಗಳ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿವೆ.

- ✓ ಪೇಪರ್ ಟವೆಲ್ಗಳು ಮತ್ತು ಪೂರ್ವ-ತೇವಗೊಳಿಸಲಾದ ಬಿಸಾಡಬಹುದಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳು.
- ✓ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ.
- ✓ ಬಟ್ಟೆ, ಬೂಟುಗಳು, ಕೈಗವಸುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸೆಟ್.
- ✓ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ವಸ್ತುಗಳು.
- ✓ ಪ್ರಮುಖ ದಾಖಲೆಗಳು (ನೀರು-ಬಿಗಿಯಾದ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ).

ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತಲುಪಬಹುದಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು. ಕುಸಿದ ಕಟ್ಟಡದ ಒಳಗೆ ಇರಿಸಲಾದ ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ.

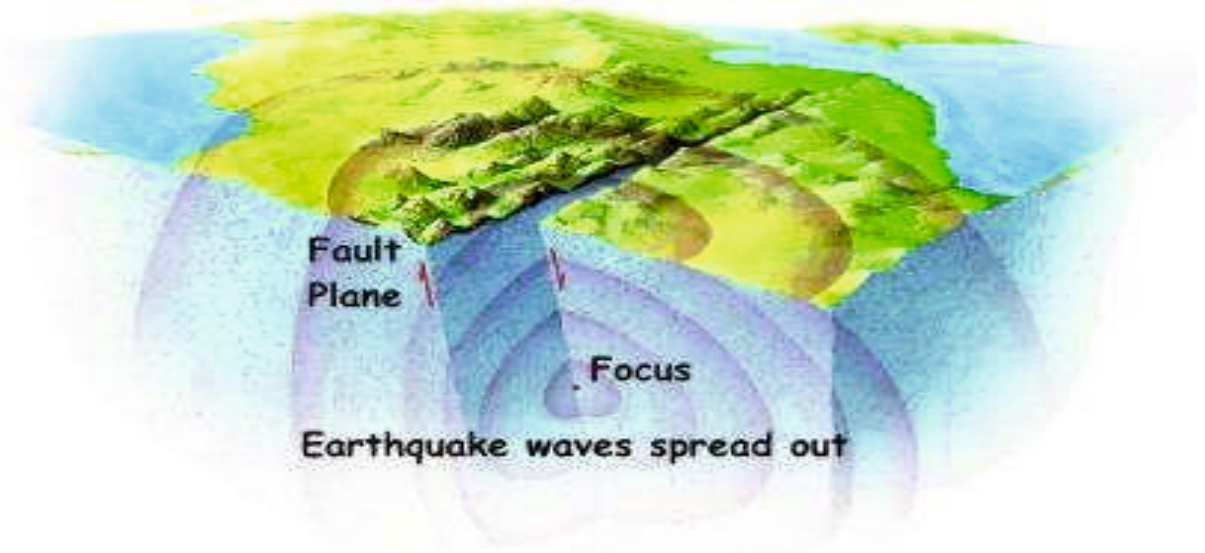
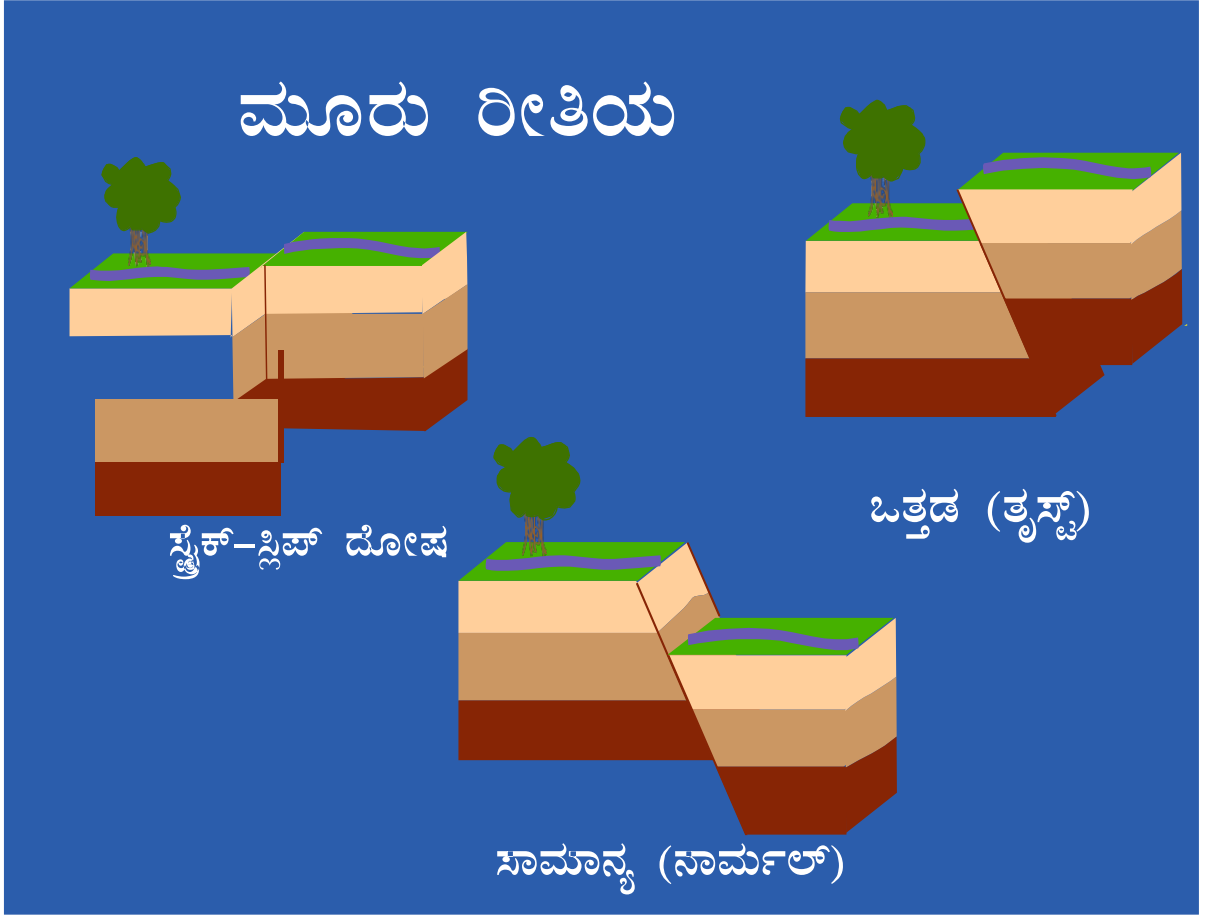
ಸ್ಥಳಾಂತರ

ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಾಗಿ ಸಿದ್ಧರಾಗಲು, ನೀವು ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು, ಆಹಾರ, ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

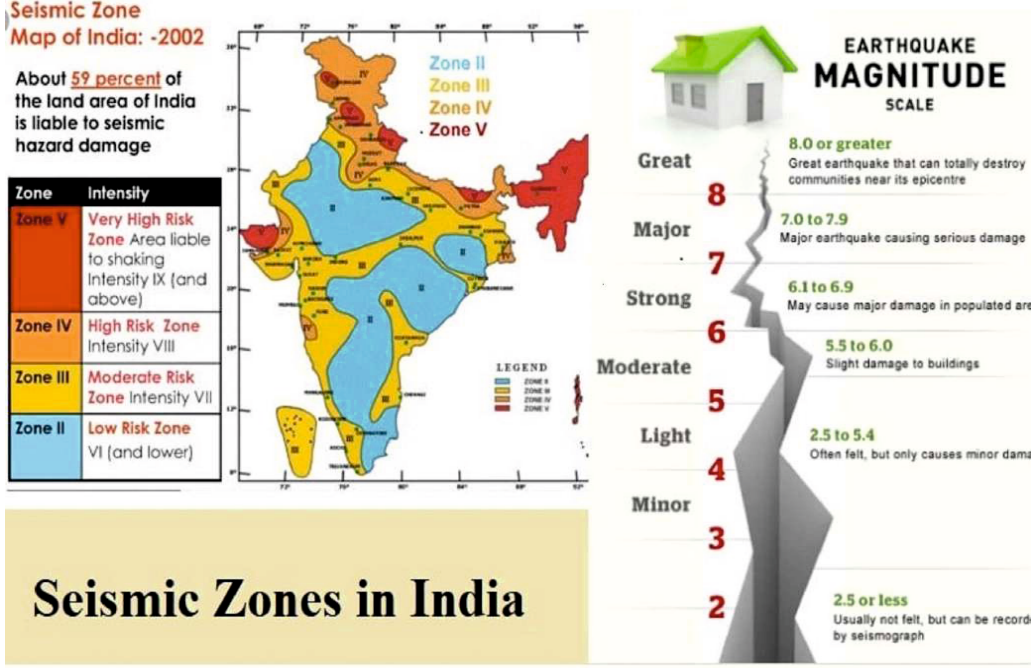
ನಿಮಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಹೇಳಿದಾಗ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು

ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಆದೇಶಿಸಿದರೆ, ನೀವು ತಕ್ಷಣವೇ ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ತೆರೆದಿದೆ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಲಾದ ತುರ್ತು ಆಶ್ರಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ರೇಡಿಯೋವನ್ನು ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ನೀಡಲಾದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಅಪಾಯವು ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಹೊರಡಿ.

1. ನೀರು, ಆಹಾರ, ಬಟ್ಟೆ, ತುರ್ತು ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
2. ಉದ್ದ ಪ್ಯಾಂಟ್, ಉದ್ದ ತೋಳಿನ ಶರ್ಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಪ್ ನಂತಹ ಸ್ವಲ್ಪ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುವ ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳು ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
3. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ. ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಅನ್ ಪ್ಲಗ್ ಮಾಡಿ.
4. ಮುಖ್ಯ ನೀರಿನ ಕವಾಟ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ.
5. ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಇತರರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
6. ತೀವ್ರ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಹವಾಮಾನದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಹೊರಡಿ.
7. ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾದ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಶಾರ್ಟ್ ಕಟ್ ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಬಹುದು. ಕೊಚ್ಚಿಹೋದ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ಪ್ರವಾಹ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದ ವಿದ್ಯುತ್ ತಂತಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.
8. ನಿಮ್ಮ ವಿಪತ್ತು ಸರಬರಾಜು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡಿ!
9. ನಿಮ್ಮ ಡ್ರೈವಿಂಗ್ ಲೈಸೆನ್ಸ್, ವಿಶೇಷ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮಾಹಿತಿ, ವಿಮಾ ಪಾಲಿಸಿಗಳು, ಆಸ್ತಿ ಇನ್ಸೂರೆಂಟರಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣಪತ್ರಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾಗದ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.



ತೀವ್ರವಾದ ಕಂಪನಗಳು, ಅಥವಾ ಭೂಕಂಪದ ಅಲೆಗಳು, ಭಿದ್ರತೆಯ (ರಪ್ಪರ್) ಆರಂಭಿಕ ಬಿಂದುವಿನಿಂದ ಹರಡುತ್ತವೆ, ಫೋಕಸ್ (ಹೈಪೋಸೆಂಟರ್), ಕೊಳದ ಮೇಲಿನ ಅಲೆಗಳಂತೆ. ಈ ಅಲೆಗಳು ನೆಲವನ್ನು ನಡುಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಬಹು ದೂರ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು. ಫೋಕಸ್ ಬಳಿ, ಅಲೆಗಳು ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಬಹುದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ವಿನಾಶಕಾರಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವು (ಎಪಿ ಸೆಂಟರ್) ನೇರವಾಗಿ ಗಮನಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಿರುವ ಭೂ ಮೇಲ್ಮೈನ ಬಿಂದುವಾಗಿದೆ.



- V 12% ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳು, J&K, H.P, ಗುಜರಾತ್, ಬಿಹಾರ, ಉತ್ತರಾಂಚಲ, A&N
- IV 18% J&K, HP, ಉತ್ತರಾಂಚಲ, ಬಿಹಾರ, ದೆಹಲಿ, ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಳ, ಹರಿಯಾಣ, ಪಂಜಾಬ್, ಸಿಕ್ಕಿಂ, ಗುಜರಾತ್, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಕರ್ನಾಟಕ
- III 26% ಪಂಜಾಬ್, ಹರಿಯಾಣ, ಉತ್ತರಾಂಚಲ, ಬಿಹಾರ, ಬಂಗಾಳ, ಗುಜರಾತ್, ರಾಜಸ್ಥಾನ, ಎಂ.ಪಿ, ಒರಿಸ್ಸಾ, ಎ.ಪಿ, ಗೋವಾ, ಕೇರಳ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ

ಪ್ರತಿ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಭೂಕಂಪಗಳ ತೀವ್ರತೆ	ವಲಯ
ಈ ವಲಯವು ಭೂಕಂಪಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ, ಅದು ಎಲ್ಲರ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರಬಹುದು ಮತ್ತು ಜನರು ಸಾಕಷ್ಟು ಭಯ ಪಟ್ಟು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಓಡಲು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಪಾತ್ರ ಮತ್ತು ಗಾಜಿನ ಸಾಮಾನುಗಳು ಒಡೆಯುತ್ತವೆ, ಪುಸ್ತಕಗಳು ಕೆಳಗೆ ಬೀಳುತ್ತವೆ, ಭಾರವಾದ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು ಚಲಿಸುತ್ತವೆ. ಕಟ್ಟಡದ ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್ ಬೀಳುವ ಕೆಲವು ನಿದರ್ಶನಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಹಾನಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಗಮನಿಸಬಹುದು. (ತೀವ್ರತೆ: I ರಿಂದ VI)	II
ವಲಯ III ರಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ತೀವ್ರತೆಯ ಭೂಕಂಪಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಎಲ್ಲರನ್ನು ಭಯಪಡಿಸುವ ಭೂಕಂಪಗಳು, ಜನರು ನಿಲ್ಲಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಚಲಿಸುವ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಸಹ ಅಂತಹ ಭೂಕಂಪಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಉತ್ತಮ ವಿದ್ಯುತ್ ಮತ್ತು ನಿರ್ಮಾಣದ ರಚನೆಗಳು/ಕಟ್ಟಡಗಳು ಸಣ್ಣ ಹಾನಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಕಳಪೆಯಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್‌ಗೋಳಿಸಿದ/ನಿರ್ಮಿಸಿದವುಗಳು ಗಣನೀಯ ಹಾನಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ. (ತೀವ್ರತೆ: VI ಮತ್ತು VII)	III
ಈ ವಲಯವು ಬಲವಾದ ಭೂಕಂಪಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಭಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ, ಭಾರವಾದ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸಹ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಭೂಕಂಪಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್‌ಗೋಳಿಸಲಾದ/ನಿರ್ಮಿಸಿದ ರಚನೆಗಳು/ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಮ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಕಳಪೆಯಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾದ ರಚನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಾನಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಕಡಿದಾದ ಇಳಿಜಾರುಗಳಲ್ಲಿ ಭೂಕುಸಿತಗಳು, ನೆಲದ ಬಿರುಕುಗಳು ಇತರೆ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. (ತೀವ್ರತೆ: VIII)	IV
ಇದು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಗರಿಷ್ಠ ಅಪಾಯದ ವಲಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಭೂಕಂಪಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ಭೂಕಂಪಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣ ಭೀತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಜೀವ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಗೆ ಗಣನೀಯ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್‌ಗೋಳಿಸಿದ ರಚನೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಗಣನೀಯ ಹಾನಿಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕುಸಿತದೊಂದಿಗೆ ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಹಾನಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ, ರೈಲ್ವೆ ಹಳಿಗಳು ಬಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ರಸ್ತೆಮಾರ್ಗಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುತ್ತವೆ, ನೆಲದ ಬಿರುಕುಗಳು, ಭೂಗತ ಕೊಳವೆಗಳು ಒಡೆಯುತ್ತವೆ. ಭೂಕುಸಿತ, ಬಂಡೆ ಕುಸಿತ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಹರಿವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮುದ್ರದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಅಲೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ತೀವ್ರತೆಯು XI ಅನ್ನು ಮೀರಿದರೆ, ಭೂದೃಶ್ಯದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿನಾಶವು ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅದು ನದಿಗಳ ಹಾದಿಯನ್ನು ಸಹ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. (ತೀವ್ರತೆ: IX ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನದು)	V

ಭೂಕಂಪದ ಮೊದಲು, ಭೂಕಂಪ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭೂಕಂಪದ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಭೂಕಂಪದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನೀವು ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಭೂಕಂಪವನ್ನು ಮೂರು ಹಂತಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ: ಮೊದಲು, ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಂತರ. ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ.



ಭೂಕಂಪದ ಮೊದಲು

ಕುಟುಂಬ ಭೂಕಂಪದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ. ಈ ಚೆಕ್ ಲಿಸ್ಟ್ ನಲ್ಲಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯವರನ್ನು ಸನ್ನಿವೇಶ ಎದುರಿಸಲು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಂಡರೆ ನಂತರ ಪರಸ್ಪರ ಹೇಗೆ ಭೇಟಿಯಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿ.
- ಭೂಕಂಪದ ನಂತರ ಬೇರ್ಪಟ್ಟ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ತಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
- ಪ್ರತಿ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ: ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಟೇಬಲ್ ಗಳು, ಡೆಸ್ಕ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಒಳಗಿನ ಗೋಡೆಗಳ ವಿರುದ್ಧ.
- ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ: ಕಿಟಕಿಗಳು, ಕನ್ನಡಿಗಳು, ನೇತಾಡುವ ವಸ್ತುಗಳು, ಬೆಂಕಿಗೂಡುಗಳು ಮತ್ತು ಎತ್ತರದ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು.
- ಅಭ್ಯಾಸ ಡ್ರಿಲ್ ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ತುರ್ತು ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಲೈನ್ ಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದರೆ ಅನಿಲ, ನೀರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಹೇಗೆ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳಿಸುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ವಾಟರ್ ಹೀಟರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸರಿಪಡಿಸಿ, ಅವು ಬೀಳದಂತೆ ಮತ್ತು ಪೈಪ್ ಲೈನ್ ಭಿದ್ರವಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಿರಿ. ಭಾರವಾದ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಬೀರುಗಳು, ನೇತಾಡುವ ಸಸ್ಯಗಳು, ಭಾರವಾದ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಕನ್ನಡಿಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ.
- ದಹನಶೀಲ ಅಥವಾ ಅಪಾಯಕಾರಿ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಕ್ಯಾಬಿನೆಟ್ ಗಳ ಕೆಳಗಿನ ಕಪಾಟುಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
- ಫ್ಲಾಶ್ ಲೈಟ್, ಮೋಟಾರ್ ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ರೇಡಿಯೋ, ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು, ಔಷಧಿಗಳು, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ಸೇರಿದಂತೆ ತುರ್ತು ಆಹಾರ, ನೀರು, ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸರಬರಾಜುಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ

ಭೂಕಂಪ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ

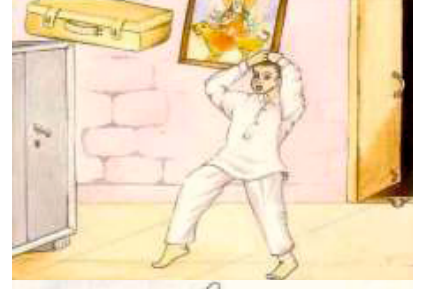
ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ ಮತ್ತು ಟೇಬಲ್, ಡೆಸ್ಕ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳ ಕೆಳಗೆ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಿರಿ. ಕೇಳದೆ ಅಥವಾ ಓದದೆ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸ್ವಯಂ-ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ಘೋಷೋಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಮೂಲಕ, ದೊಡ್ಡ ಭೂಕಂಪದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಸಾವಿರ ಪದಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಲಿಯಬಹುದು...

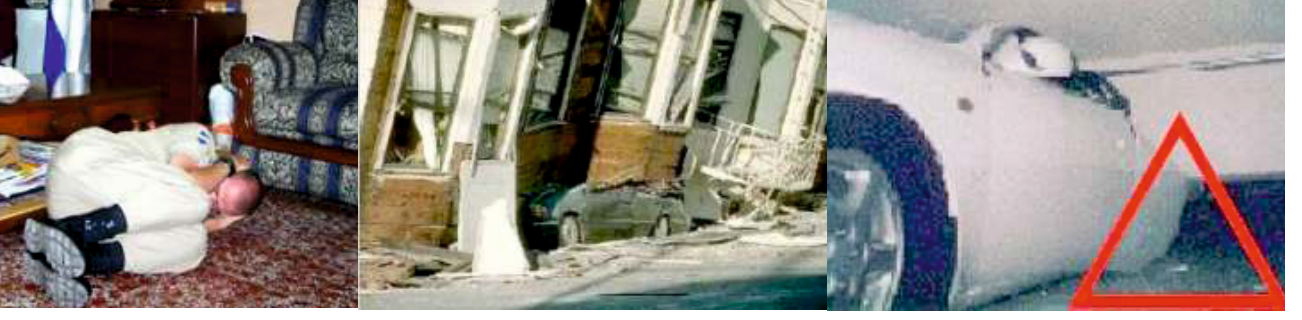


- » ಅಲುಗಾಡುವುದು ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೆ ನೀವು ಇರುವಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಿರಿ. ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯ ಯೋಜನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ, ನಂತರ ಚಲಿಸಿ.
- » ಕಿಟಕಿಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಜಿನ ಬಾಗಿಲುಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೂರವಿರಿಸಿ.
- » ಕಿಟಕಿಗಳು, ಇಟ್ಟಿಗೆಬೆಂಕಿಗೂಡುಗಳು, ಗಾಜಿನ ಗೋಡೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿ, ಸಮಂಜಸವಾಗಿ ರಚನಾತ್ಮಕವಾದ ಒಳಾಂಗಣ ಗೋಡೆಯ ಮೂಲೆಗಳ ಬಳಿ ಮಲಗಿ, ಮಂಡಿಯೂರಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ.
- » ನಿಮ್ಮ ತಲೆ ಮತ್ತು ದೇಹವನ್ನು ಬೀಳುವ ಅಥವಾ ಹಾರುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿ.
- » ನೀವು ವಾಣಿಜ್ಯ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ನಿರ್ಗಮನ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ. ಆಶ್ರಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅಲುಗಾಡುವಿಕೆ ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೂ ಚಲಿಸಬೇಡಿ.

ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಮರಗಳು, ಕಟ್ಟಡಗಳು, ಗೋಡೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ತಂತಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವಂತೆ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ,

- » ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಮಲಗಿಕೊಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ.
- » ಯಾವುದೇ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.
- » ಚಾಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಅಲುಗಾಡುವಿಕೆ ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ವಾಹನದೊಳಗೆ ಇರಿ.
- » ಮೇಲ್ನೇತುವೆಗಳು ಅಥವಾ ಸೇತುವೆಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ.
- » ನಿಮ್ಮ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಕಿಟಕಿ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗೆ ಇರಿ.
- » ಎಂಜಿನ್ ಅನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ರೇಡಿಯೋವನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಿ. ತುರ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- » ವಿದ್ಯುತ್ ತಂತಿಗಳು ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಬಿದ್ದಿದ್ದರೆ ವಾಹನದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ. ಲೋಹವನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಡಿ. ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ.
- » ನಿಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ನೀವು ಬಿಡಬೇಕಾದರೆ, ತ್ವರಿತವಾಗಿ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ತೆರಳಿ.





ಭೂಕಂಪದ ನಂತರ

- ✓ ಗಾಯಗಳಿಗಾಗಿವೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿ. ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡ ಸಂತ್ರಸ್ತರು ತಕ್ಷಣದ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿದ್ದರ ಹೊರತು ಅವರನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸ ಬೇಡಿ.
- ✓ ಗಂಭೀರಗಾಯ, ಬೆಂಕಿ ಅಥವಾ ಇತರ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ದೂರವಾಣಿಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ✓ ಇತರ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ (ಬೆಂಕಿ, ರಾಸಾಯನಿಕಸೋರಿಕೆಗಳು, ವಿಷಕಾರಿ ಹೊಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಭಾವ್ಯ ಕುಸಿತ).
- ✓ ಉಪಯುಕ್ತತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ (ನೀರು, ಅನಿಲ, ವಿದ್ಯುತ್). ಹಾನಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತತೆಯನ್ನು ಆಫಾಡಿ.
- ✓ ಛಾವಣಿ, ಚಿಮಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಡಿಪಾಯ ಸೇರಿದಂತೆ ಬಿರುಕುಗಳು ಮತ್ತು ಹಾನಿಗಾಗಿ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ✓ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ✓ ಒಳಗೆ ಬೆಂಕಿ ಪೊಟ್ಟಣಗಳು, ಲೈಟಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಮೇಣದ ಬತ್ತಿಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ✓ ರೇಡಿಯೋಆನ್ಯಾಡ್ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪ್ರಸಾರಗಳು / ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು, ಸುದ್ದಿವರದಿಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಿ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸುರಕ್ಷತಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸಿ.
- ✓ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ. ತುರ್ತು ವಾಹನಗಳಿಗೆ ಬೀದಿಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಿಸಿ.
- ✓ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯನ್ನು ಶಂಕಿಸಿದರೆ, ಹಾನಿಯಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಆಶ್ರಯ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ.
- ✓ ಶೀಘ್ರಚೇತರಿಕೆಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸಮಾಡಿ. ಶಾಂತವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತಚಾಚಿ.
- ✓ ಭೂಕಂಪಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ.
- ✓ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಯೋಚಿಸಿ. ಇತರ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಅಥವಾ ಶೋಧಿಸುವ ತಂಡಗಳಿಗೆ ಲಿಖಿತ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ.
- ✓ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಭಾರವಾದ ಬೂಟುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಲಭ್ಯವಿಡಿ.

ಕನಿಷ್ಠ ಅವಶ್ಯಕ ವಸ್ತುಗಳ ವಿಪತ್ತು ಸರಬರಾಜು ಕಿಟ್

ನಿಮ್ಮ ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಜೋಡಿಸಲು, ಗಾಳಿಯಾಡದ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಪತ್ತು ಸರಬರಾಜು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಿನ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಡಫೆಲ್ ಬ್ಯಾಗ್ ನಂತಹ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಗಿಸಬಹುದಾದ ಕಂಟೇನರ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.

ಒಂದು ಮೂಲ ತುರ್ತು ಪೂರೈಕೆ ಕಿಟ್ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ ಐಟಂಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು:

- ✓ ನೀರು (ಕುಡಿಯಲು ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಎರಡು ವಾರಗಳ ವರೆಗೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಒಂದು ಗ್ಯಾಲನ್)

- ✓ ತಿಂಡಿ/ಆಹಾರ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳು (ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ವಾರ ಹಾಳಾಗದ ಆಹಾರದ ಪೂರೈಕೆ); ಆದ್ಯತೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಮ್ಯಾನ್ಯುಯಲ್ ಕ್ಯಾನ್ ಓಪನರ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿದ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಮಾಡಿದ ಆಹಾರಗಳು ಮತ್ತು ಅಡುಗೆ ಪಾತ್ರೆಗಳು.
- ✓ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು, ಔಷಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಬೂನು, ಟೂತ್ ಪೇಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಟಾಯ್ಲೆಟ್ ಪೇಪರ್ ನಂತಹ ಅಗತ್ಯ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ವಸ್ತುಗಳು. ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟನ್ ಗಳ ಪಟ್ಟಿ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರತಿಗಳು
- ✓ ವಿಮಾ ಕಾರ್ಡ್ ಗಳು, ವೈದ್ಯರ ಹೆಸರುಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅವಲಂಬಿತರಿಗೆ ಸಮ್ಮತಿ ನಮೂನೆಗಳು.
- ✓ ತುರ್ತು ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ-ಲೈಟ್ ಸ್ವಿಚ್ ಗಳು ಮತ್ತು (ಅಥವಾ) ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಬಲ್ಬ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಫ್ಲೂಯೋ ಲೈಟ್ (ಕೈಯಿಂದ ಚಾಲಿತ ಫ್ಲೂಯೋ ಲೈಟ್ ಗಳು ಸಹ ಲಭ್ಯವಿದೆ).
- ✓ ಬಿಡಿ ಕನ್ನಡಕಗಳು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಪೂರೈಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳು
- ✓ ಕೈಯಿಂದ ಕ್ರಾಂಕ್ ಮಾಡಿದ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ರೇಡಿಯೋ (ಮತ್ತು ಬಿಡಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು).
- ✓ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು
- ✓ ಸೀಟಿ-ವಿಜಿಲ್ (ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಕೇತಿಸಲು)
- ✓ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಬಟ್ಟೆ, ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳು, ಹೆಚ್ಚುವರಿಸಾಕ್ಸ್, ಕಂಬಳಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಹುಶಃ ಟೆಂಟ್ ನಂತಹ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳು.
- ✓ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಟಾರ್ಪ್ ಇತರ ಬಳಕೆ ಪೂರೈಸಲು ಮಳೆಪೊಂಚೋಗಳು ಮತ್ತು ಹೆವಿ-ಡ್ಯೂಟಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳು.
- ✓ ಕೈಗವಸುಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಕನ್ನಡಕಗಳು ಮತ್ತು ಧೂಳು ನಿರೋಧಕ ಮುಖವಾಡ (ಕಲುಷಿತ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಫಿಲ್ಟರ್ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು)
- ✓ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟ್ ಮತ್ತು ಡಕ್ ಟೇಪ್ (ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಮಾಡಲು)
- ✓ ಒದ್ದೆ ಅಂಗಾಂಶಗಳು, ಕಸದ ಚೀಲಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಟೈಗಳು (ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೈರ್ಮಲ್ಯಕ್ಕಾಗಿ)
- ✓ ರೆಂಚ್ ಅಥವಾಪ್ಲೈಯರ್ ಗಳು (ಉಪಯುಕ್ತತೆಗಳನ್ನು ಆಫಾದಲು)
- ✓ ಸ್ಥಳೀಯ ನಕ್ಷೆಗಳು
- ✓ ಚಾರ್ಜರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕಪ್ ಬ್ಯಾಟರಿಯೊಂದಿಗೆ ಸೆಲ್ ಫೋನ್
- ✓ ಸಾಕು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಸಾಕು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ನಿರ್ಬಂಧಗಳು.
- ✓ ವಿಮಾ ಪಾಲಿಸಿಗಳು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಗುರುತಿನಂತಹ ಪ್ರಮುಖ ದಾಖಲೆಗಳ ಪ್ರತಿಗಳು.
- ✓ ತುರ್ತು ನಗದು.
- ✓ ತುರ್ತು ಸಂಪರ್ಕ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ
- ✓ ಆಟಗಳು, ಕ್ರೇಯಾನ್ ಗಳು, ಬರೆಯುವ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಟೆಡ್ಡಿ ಬೇರ್ ಗಳಂತಹ ಆರಾಮ ವಸ್ತುಗಳು (ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸ ಬೇಕಾದರೆ).

ಸೂಚನೆ: ನೀರು, ಆಹಾರ, ಔಷಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಟರಿಗಳಂತಹ ಹಾಳಾಗುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಬದಲಿಸಿ.

ಭೂಕುಸಿತಗಳು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳು
- » ಭೂಕುಸಿತವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- » ಭೂಕುಸಿತದ ಮೊದಲು, ಭೂಕುಸಿತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭೂಕುಸಿತದ ನಂತರ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು
- » ಸಂಭಾವ್ಯ ಭೂಕುಸಿತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಭೂಕುಸಿತವು ಗುರು ತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಸೆಳೆತದಿಂದಾಗಿ ಮಣ್ಣಿನ ದ್ರವ್ಯರಾಶಿ, ಮಣ್ಣುಮತ್ತು/ ಅಥವಾ ಬಂಡೆಗಳ ಇಳಿ ಜಾರಿನತ್ತ ಚಲನೆಯಾಗಿದೆ. ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಬಹಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಭೂಮಿ ದೊಡ್ಡ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಉರುಳಬಹುದು, ಅಥವಾ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಜಾರಿಹೋಗಬಹುದು. ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅವು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹಠಾತ್ತನೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಭೂಕುಸಿತದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳು:

ಭಾರೀ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮಳೆ:

ಭಾರೀ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮಳೆಯು ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಪರಿಣಾಮವು ಕಡಿದಾದ ಇಳಿಜಾರಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತದೆ. ಮಳೆ ಬಿದ್ದಾಗ, ನೀರು ಮಣ್ಣಿನ ಮೇಲ್ಮೈದರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಒಳನುಸುಳುತ್ತದೆ, ಇದು ಮಣ್ಣನ್ನು ಭಾರವಾಗಿಸುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆ ಎದುರು ಹೆಚ್ಚು ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮಣ್ಣು ತನಗೆ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪಿದ ನಂತರ ಮಣ್ಣು ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ಮಣ್ಣಿನ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಕಡಿದಾದ ಇಳಿಜಾರುಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಆಗಿರುವಾಗ, ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಸೆಳೆತವು ಮಣ್ಣಿನ ಮೇಲಿನ ಪದರಗಳನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಜಾರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಂಪನಗಳು ಮತ್ತು ಶೇಕ್ ಗಳು:-

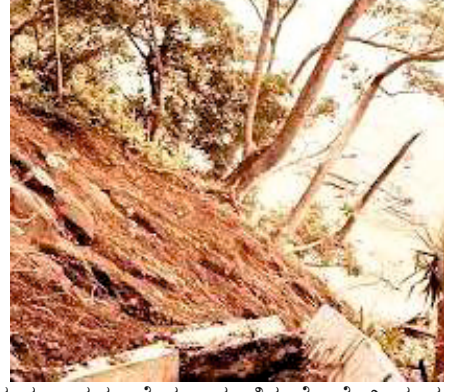
ಭೂಕಂಪವು ಭೂಮಿಯ ಹೊರಪದರದಲ್ಲಿ ಕಂಪನ ಅಥವಾ ಚಲನೆಯಾಗಿದೆ. ಅವು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಮತ್ತು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಕೋಪಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಂಭವಿಸುವ ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಅಥವಾ ಬಂಡೆಗಳ ಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ. ಸಡಿಲವಾದ ಮಣ್ಣು, ಬಂಡೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಂಡೆಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ಹೊರಹಾಕಬಹುದು ಮತ್ತು ನೆಲದ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಅಲುಗಾಡುವಿಕೆ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಕೆಳಮುಖವಾಗಿ ಚಲಿಸಬಹುದು. ಭೂಕಂಪದ ತೀವ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.



ಭೂಕುಸಿತವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು:

1. ಅರಣ್ಯನಾಶ
2. ಕಲ್ಲುಗಣಿಗಾರಿಕೆ/ ಬಂಡೆ ಗಣಿಗಾರಿಕೆ
3. ಸ್ಕ್ವಾಶ್ ಮತ್ತು ಬರ್ನ್ ಕೃಷಿಯಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಕೃಷಿ ಪದ್ಧತಿಗಳು (ಝಾಮ್ ಕೃಷಿ)

ಅರಣ್ಯನಾಶವು ಭೂಮಿಯಿಂದ ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ರೀತಿಯ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಕತ್ತರಿಸುವುದು. ಮರಗಳ ದೃಢವಾದ ಬೇರುಗಳು ಮಣ್ಣನ್ನು



ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಅದು ನೀರನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವಾಗಲೂ ಸಹ, ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯು ಮಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಾಗ ತೆರೆದಿರುವ ಮಣ್ಣನ್ನು ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಣ್ಣಿನ ಚಲನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಭೂಕುಸಿತಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಲ್ಲುಗಣಿಗಾರಿಕೆ ಅಥವಾ ಕಲ್ಲು ಗಣಿಗಾರಿಕೆಯು ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಅಥವಾ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಉತ್ಪನ್ನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕಲ್ಲುಗಳು ಮತ್ತು ಖನಿಜಗಳನ್ನು ಭೂಮಿಯಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯಬಹುದು. ಕಲ್ಲುಗಣಿಗಾರಿಕೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಭೂಮಿಯು ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯವರ್ಗದಿಂದ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಣ್ಣನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡಲು ಮರಗಳಿಲ್ಲದೆಯೇ, ಮಣ್ಣಿನ ಚಲನೆಯು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಲ್ಲುಗಣಿಗಾರಿಕೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಬಂಡೆಗಳ ಸ್ಫೋಟವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ, ಇದು ಮಣ್ಣು / ಕಲ್ಲಿನ ಸ್ತರವನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಡಿಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಭೂ ಕುಸಿತದ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಮೊದಲು:

1. ನಿಮ್ಮ ಜಾಗದ ಮಣ್ಣಿನ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಆಗ ನೀವು ಮಣ್ಣಿನ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನೆಲದ ಚಲನೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.
2. ನೀವು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರದೇಶವು ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅದೇ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ, ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ.
3. ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬೇಕು.
4. ನಿಮ್ಮ ಜಾಗದ ಇಳಿಜಾರುಗಳಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ರೀತಿಯ ಸಸ್ಯವರ್ಗಗಳನ್ನು ನೆಡಿರಿ.
5. ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಅದು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸಬಹುದು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಾಲಿದ ಬೇಲಿಗಳು ಅಥವಾ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಮನೆಯ ಗೋಡೆಗಳು/ ನೆಲದಲ್ಲಿನ ಬಿರುಕುಗಳು.
6. ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತವಿಲ್ಲದೆ ಓಡಿಸಿ. ಬಂಡೆ ಕುಲುಕುವ ಸದ್ದು ಅಥವಾ ಮರಗಳು ಬಿರುಕು ಬಿಡುವ ಯಾವುದೇ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು, ಇದು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳಾಗಿವೆ.
7. ಅಲ್ಲದೆ, ಆ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಮರಗಳಿಂದ ಅಸಹಜ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಎಲೆಗಳು ಬೀಳುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ, ಅದು ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸಲಿದೆ ಎಂಬ ಸಂಕೇತವಾಗಿರಬಹುದು.

8. ನಿಮ್ಮ ಜಾಗದ ಮಣ್ಣಿನ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಆಗ ನೀವು ಮಣ್ಣಿನ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನೆಲದ ಚಲನೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.
9. ನಿಮ್ಮ ಜಾಗದ ಮಣ್ಣಿನ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಆಗ ನೀವು ಮಣ್ಣಿನ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನೆಲದ ಚಲನೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.
10. ನೀವು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರದೇಶವು ಭೂಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅದೇ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ, ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ.
11. ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬೇಕು.
12. ನಿಮ್ಮಜಾಗದ ಇಳಿಜಾರುಗಳಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ರೀತಿಯ ಸಸ್ಯವರ್ಗಗಳನ್ನು ನೆಡಿರಿ.
13. ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಅದು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸಬಹುದು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಾಲಿದ ಬೇಲಿಗಳು ಅಥವಾ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಮನೆಯ ಗೋಡೆಗಳು/ ನೆಲದಲ್ಲಿನ ಬಿರುಕುಗಳು.
14. ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತವಿಲ್ಲದೆ ಓಡಿಸಿ. ಬಂಡೆ ಕುಲುಕುವ ಸದ್ದು ಅಥವಾ ಮರಗಳು ಬಿರುಕು ಬಿಡುವ ಯಾವುದೇ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು, ಇದು ಭೂಕುಸಿತದ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳಾಗಿವೆ.
15. ಅಲ್ಲದೆ, ಆ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಮರಗಳಿಂದ ಅಸಹಜ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಎಲೆಗಳು ಬೀಳುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ, ಅದು ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸಲಿದೆ ಎಂಬ ಸಂಕೇತವಾಗಿರಬಹುದು.

ಭೂಕುಸಿತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ:

1. ನೀವು ಕಟ್ಟಡದ ಒಳಗಿದ್ದರೆ, ಒಳಗೆ ಇರಿ; ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗುವವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ.
2. ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಭೂಕುಸಿತದ ಹಾದಿಯಿಂದ ದೂರವಿರುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರದ ಎತ್ತರದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
3. ನೀವು ನದಿಯ ಬಳಿಇದ್ದರೆ, ಭೂಕುಸಿತವು ದಿಢೀರ್ ಪ್ರವಾಹಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ಕಾರಣ ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸಿದ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ತೊರೆಯಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಬಿಡಿ.
4. ಚಾಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಕುಸಿದ ಪಾದಚಾರಿಗಳು, ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಬಿದ್ದ ಬಂಡೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ.

ಭೂಕುಸಿತದ ನಂತರ:

1. ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಭೂಕುಸಿತಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಕಾರಣ ಕೇವಲ ಭೂಕುಸಿತವನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಹಿಂತಿರುಗಬೇಡಿ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಆ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ.
2. ಭೂಕುಸಿತದ ಅವಶೇಷಗಳು ಹೊಳೆಗಳು/ಸರೋವರಗಳಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರಿಗೆ ಬಿದ್ದರೆ ಭೂಕುಸಿತದ ನಂತರ ಪ್ರವಾಹ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.
3. ನೆರೆಹೊರೆಯವರು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರಿಗೆ ನೆರವು ನೀಡಿ.
4. ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟಡದ ಹಾನಿಗಾಗಿ ಮನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

5. ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಯಾವುದೇ ಯುಟಿಲಿಟಿ ಲೈನ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಒಡೆದ ನೀರಿನ ಮೇನ್ ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಯಾವುದೇ ಹಾನಿ ಸಂಭವಿಸಿರಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಬಂಧಿತ ಏಜೆನ್ಸಿಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಿ.

6. ನೆಲದ ಹೊದಿಕೆ ನಷ್ಟದಿಂದ ಮಣ್ಣಿನ ಸವೆತವು ಮತ್ತಷ್ಟು ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಕಾರಣ ತಕ್ಷಣವೇ ಈ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮರುನೆಡಬೇಕು.

ಸಂಭಾವ್ಯ ಭೂಕುಸಿತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು:

1. ಬಾಗಿಲುಗಳು ಅಥವಾ ಕಿಟಕಿಗಳು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಜಾಮ್ ಆಗುವುದು;

2. ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್, ಟೈಲ್, ಇಟ್ಟಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಡಿಪಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಬಿರುಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ;

3. ಹೊರಗಿನ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳು ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ದೂರ ಸರಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ;

4. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಅಗಲವಾದ ಬಿರುಕುಗಳು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಬೀದಿಗಳು ಅಥವಾ ಡ್ರೈವ್ ವೇಗಳಂತಹ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ;

5. ಭೂಗತ ಉಪಯುಕ್ತತೆ ರೇಖೆಗಳು ಮುರಿಯುತ್ತವೆ;

6. ಇಳಿಜಾರಿನ ತಳದಲ್ಲಿ ಉಬ್ಬಿದ ನೆಲವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ;

7. ಹೊಸ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಜಲವು ಮೇಲ್ಮೈಗೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ;

8. ಬೇಲಿಗಳು, ತಡೆಗೋಡೆಗಳು, ಯುಟಿಲಿಟಿ ಕಂಬಗಳು ಅಥವಾ ಮರಗಳು ವಾಲುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ;

9. ಭೂಕುಸಿತ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪರಿಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಮಸುಕಾದ ಗೋಣಗಾಟದ ಶಬ್ದವನ್ನು ನೀವು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ. ನೆಲವು ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಕೆಳಮುಖವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ.

10. ನೀವು ರಸ್ತೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತವಿಲ್ಲದೆ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಿ; ಸನ್ನಿಹಿತವಾದ ಭೂಕುಸಿತದ ಯಾವುದೇ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ದೊಡ್ಡ ಶಬ್ದವನ್ನು ಕೇಳಲು ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

11. ಮರಗಳಿಂದ ಬೀಳುವ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ ಇದು ಸಹ ಭೂಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸುವ ಸೂಚನೆಯಾಗಿರಬಹುದು.



ವಿಷಯ - 05

ಪ್ರವಾಹ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಪ್ರವಾಹದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳು.
- » ಪ್ರವಾಹದ ವಿಧಗಳು.
- » ಪ್ರವಾಹ ಎದುರಿಸಲು ಸುರಕ್ಷತಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು.
- » ತೇಲುವ ಪರಿಕರಗಳು ಮತ್ತು ಸುಧಾರಿತ ತೆಪ್ಪಗಳು.
- » ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು
- » ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನಿಂದ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

» ಪ್ರವಾಹ ಎಂದರೆ ಭೂಪ್ರದೇಶವನ್ನು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮುಳುಗಿಸುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ನೀರು ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುವ ವಿಪತ್ತಾಗಿದೆ. ಸಮತಟ್ಟಾದ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹರಿಯುವ ಅನೇಕ ನದಿಗಳು ವಿಶಾಲ ಪ್ರವಾಹ ಮೈದಾನಗಳಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ. ಭಾರೀ ಮಳೆ ಅಥವಾ ಕರಗುವ ಹಿಮವು ನದಿಯನ್ನು ಉಬ್ಬಿಸಲು ಕಾರಣವಾದಾಗ ಅದು ತನ್ನ ದಡಗಳನ್ನು ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಆಳವಿಲ್ಲದ ನೀರಿನ ವಿಶಾಲ ವಿಸ್ತಾರವು ಪಕ್ಕದ ಪ್ರವಾಹ ಮೈದಾನವನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಆವರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಮುಳುಗಿಸಬಹುದು. ಪ್ರವಾಹ ಮೈದಾನದ ಒಳಗೆ ಮಾನವ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವಾಸಸ್ಥಳಗಳಿದ್ದರೆ, ನೀರಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿನ ಋತುಮಾನದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಿ ನಾಶ ಮತ್ತು ಜೀವಹಾನಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ.



» ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತುಗಳು ವರ್ಷವಿಡೀ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಪ್ರವಾಹವು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಮಾನ್ಸೂನ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಹಾನಿಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರವಾಹಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಷ್ಣವಲಯದ ಬಿರುಗಾಳಿಗಳು ಅಥವಾ ವಾಯುಭಾರ ಕುಸಿತ, ಸಕ್ರಿಯ ಮಾನ್ಸೂನ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ರೇಕ್ ಮಾನ್ಸೂನ್ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ.

- » ದೇಶದ 35 ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ 23 ರಾಜ್ಯಗಳು ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ದೇಶದ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪ್ರದೇಶದ ಸುಮಾರು ಎಂಟನೇ ಒಂದು ಭಾಗದಷ್ಟಿರುವ 40 ದಶಲಕ್ಷ ಹೆಕ್ಟೇರ್ ಭೂಮಿ ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಭಾರತದ ಅತ್ಯಂತ ದುರ್ಬಲ ರಾಜ್ಯಗಳೆಂದರೆ ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ, ಬಿಹಾರ, ಅಸ್ಸಾಂ, ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಳ, ಗುಜರಾತ್, ಒರಿಸ್ಸಾ, ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ, ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶ, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ಮತ್ತು ಪಂಜಾಬ್.

A) ಪ್ರವಾಹದ ವಿಧಗಳು: -

i. ವೈಮಾನಿಕ (ಮಳೆ ಸಂಬಂಧಿತ) ಪ್ರವಾಹಗಳು:

- » ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ಮಳೆಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ನೆಲವು ಸಂತ್ಯಾಪ್ತವಾದಾಗ ಮತ್ತು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನೀರು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಹರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ ಸಮತಟ್ಟಾದ ಅಥವಾ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹಗಳು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ನೀರಿನ ಹರಿವು ತ್ವರಿತವಾಗಿರುವ ಪರ್ವತಗಳ ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಫ್ಲಾಶ್ ಫ್ಲಡ್ ಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರವಾಹ ಮೈದಾನದಿಂದ ನೀರು ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ, ಇದು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಮುಳುಗಿಸುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲದೆ ಜೀವ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿ ಎರಡನ್ನೂ ಭಾರಿ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಈಡು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಸೀಪೇಜ್ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವಿಲ್ಲದ ಅಭೇದ್ಯ ಮೇಲ್ಮೈಮೇಲೆ ನೀರು ಬಿದ್ದರೆ ಪ್ರವಾಹಗಳು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು ಆದ್ದರಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಧಾರಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ii. ನದೀ ತೀರದ (ರಿವರಿನ್) ಪ್ರವಾಹ:

- » ನದಿಯ ವಿಧ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿದ ಹರಿವಿನ ಮೂಲವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ನದಿಯ ಹರಿವು ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ಹಲವಾರು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ವಿವಿಧ ದರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರಬಹುದು. ನಿಧಾನಗತಿಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಪ್ರವಾಹಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿಶಾಲವಾದ ಪ್ರವಾಹ ಮೈದಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಜಲಾನಯನ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ನದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಕಿರಿದಾದ ಕಣಿವೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ದಿಢೀರ್ ಪ್ರವಾಹ ಸಂಭವಿಸಿರುವ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ.

iii. ಅಳಿವೆ (ನದೀಮುಖ-ಎಸ್ತುವಾರೈನ್) ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿ ಪ್ರವಾಹಗಳು:

- » ಅಳಿವೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಮುದ್ರದ ಉಬ್ಬರವಿಳಿತಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ವಾತಾವರಣದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಮಳೆಯ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಉಬ್ಬರವಿಳಿತಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಿಮ್ಮುಖ ನದಿ ಹರಿವು ಇರುವುದರಿಂದ ಕಾಲುವೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಸುನಾಮಿಗಳಿಂದ ಕರಾವಳಿ ಪ್ರವಾಹವೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

iv. ವಿಪತ್ತು ಪ್ರವಾಹಗಳು: -

- » ವಿಪತ್ತು ಪ್ರವಾಹವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಮುಖ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳಾದ ಅಣೆಕಟ್ಟು ತರಹದ ವೈಫಲ್ಯಗಳಿಂದ / ಹಿಮ ನದಿ (ಗ್ಲೇಷಿಯರ್) ಸ್ಫೋಟದಂತಹ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಆಗುತ್ತದೆ. ಭೂಕಂಪ ಅಥವಾ ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟದಲ್ಲಿ ಸಹ ಜಲಾಶಯಗಳು ಅಥವಾ ಒಡ್ಡುಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಬಹುದು.

B) ಪ್ರವಾಹದ ಪರಿಣಾಮಗಳು:

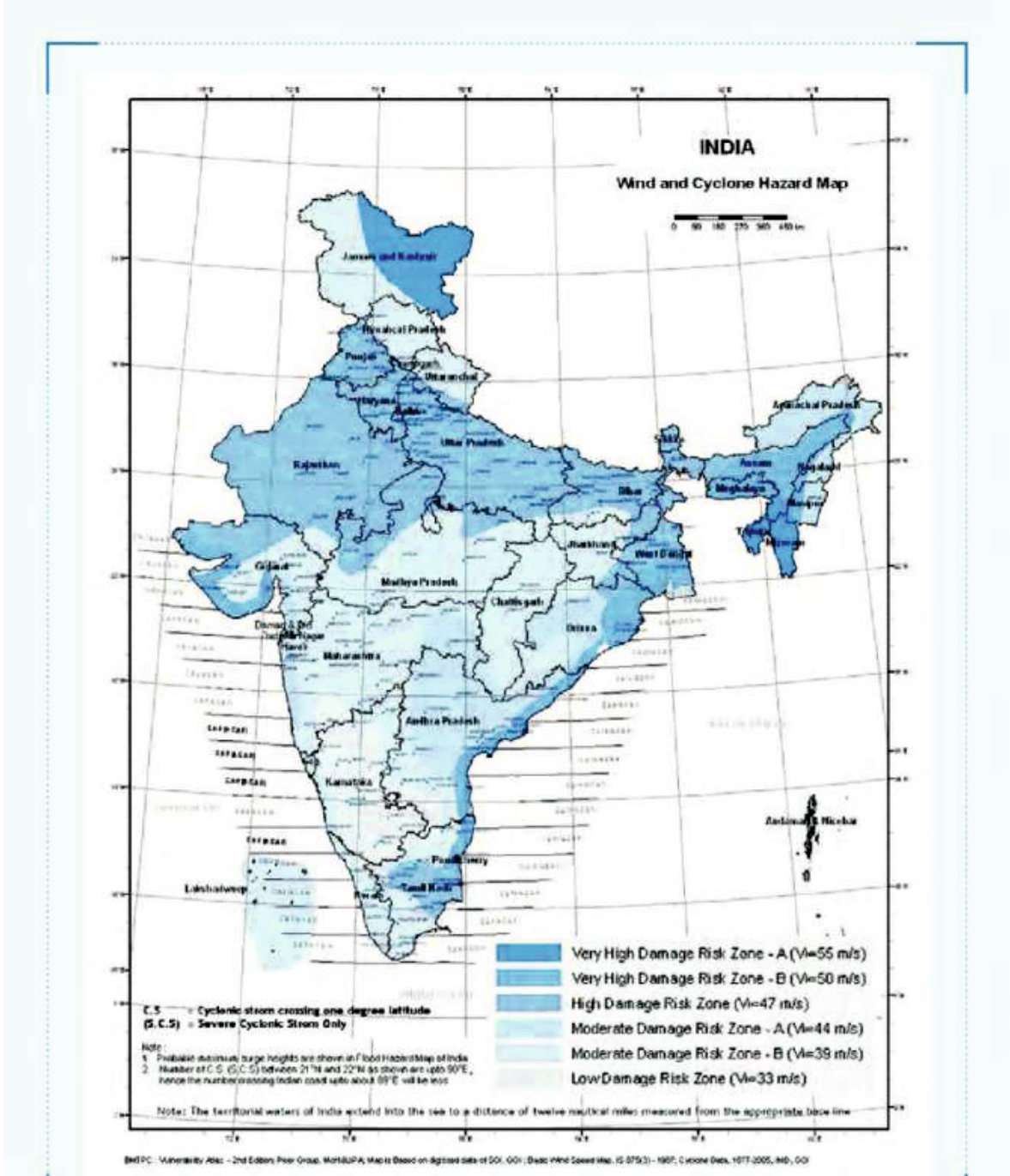
ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು:

- » ಪ್ರವಾಹದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವ ಹಾನಿ, ಸೇತುವೆಗಳು, ಒಳಚರಂಡಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಸಾರಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಲುವೆಗಳು, ಕಟ್ಟಡಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ರಚನೆಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಸೇರಿವೆ. ತೀವ್ರ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯ ಹಾನಿಯು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಉತ್ಪಾದನೆ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರಸಾರಣದ ಅಡ್ಡಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

» ರಸ್ತೆ ಮತ್ತು ಸಾರಿಗೆ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾದುದರಿಂದ ಬಾಧಿತ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸಹಾಯವನ್ನು (ತುರ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ನೀರು ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪೂರೈಕೆಯಂತಹ) ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸುವುದನ್ನು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರವಾಹವು ಕೃಷಿ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮುಳುಗಿಸುತ್ತದೆ, ಭೂಮಿಯನ್ನು ಕೃಷಿಮಾಡಲಾಗದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ನೆಡಲು ಅಥವಾ ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಂತರದ ಪರಿಣಾಮಗಳು:

ಜೀವನೋಪಾಯಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಆರ್ಥಿಕ ಸಂಕಷ್ಟ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವೆಚ್ಚಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ರಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಪುನರ್ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬೆಲೆ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಆಹಾರ ಕೊರತೆ ಅಥವಾ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದಲ್ಲಿ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಕುಸಿತವು ತೀವ್ರ ಪ್ರವಾಹದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ನಂತರದ ಪರಿಣಾಮಗಳಾಗಿವೆ.



C) ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು:

- » ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತೆರೆದ ಸಮುದ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿನಾಶಕಾರಿ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಹೊಡೆಯುತ್ತವೆ. ಸ್ಥಳೀಯ ಹವಾಮಾನದ ಮೇಲೆ ಚಂಡಮಾರುತಗಳ ನಂತರದ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಸುಮಾರು ಎರಡು ವಾರಗಳು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು; ಇದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಅದರ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಾಗಿ, ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ವಿನಾಶಕಾರಿ ಎಂದು ವಿವರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

D) ಪ್ರವಾಹ ಸುರಕ್ಷತಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು:

ಪ್ರವಾಹದ ಎದುರಿಸಲು ಸನ್ನದ್ಧತೆ:-

- » ನದಿಯ ಪ್ರವಾಹ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಮನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಡಿ.
- » ಎತ್ತರದ ಸಮುದಾಯ ಆಶ್ರಯಗಳು, ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳಾದ ಕೊಳವೆ ಬಾವಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಹದ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಿದ ಶೌಚಾಲಯಗಳು ಪ್ರವಾಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಬಳಸಲು ಸುಲಭ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ.
- » ಸಭೆಗಳು ಮತ್ತು ತರಬೇತಿಯ ಮೂಲಕ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹದ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಹರಡಿ.
- » ಗ್ರಾಮದ ಸುತ್ತಲೂ ರಿಂಗ್ ಬಂಡ್‌ಗಳನ್ನು (ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಗೋಡೆಗಳು) ನಿರ್ಮಿಸಿ ಪ್ರವಾಹದ ತೀವ್ರತೆ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು.
- » ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸಲು ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಚಿನ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು.
- » ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಮುದಾಯ ತಂಡಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ.ನದಿಯ ಪ್ರವಾಹ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಮನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಡಿ.
- » ಎತ್ತರದ ಸಮುದಾಯ ಆಶ್ರಯಗಳು, ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳಾದ ಕೊಳವೆ ಬಾವಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಹದ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶೌಚಾಲಯಗಳು ಪ್ರವಾಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಮತ್ತು ಬಳಸಬಹುದಾಗಿದೆ.
- » ಸಭೆಗಳು ಮತ್ತು ತರಬೇತಿಯ ಮೂಲಕ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹದ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಹರಡಿ.
- » ಗ್ರಾಮದ ಸುತ್ತಲೂ ರಿಂಗ್ ಬಂಡ್‌ಗಳನ್ನು (ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಗೋಡೆಗಳು) ನಿರ್ಮಿಸುವಂತಹ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು.
- » ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸಲು ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಚಿನ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು.
- » ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಮುದಾಯ ತಂಡಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ.

ಪ್ರವಾಹದ ಮುನ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು

ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಲು ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು : -



- ಯಾವಾಗಲೂ ಮೀಸಲು ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಸಾಕಷ್ಟು ಪೂರೈಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಸಿದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟು ಕೊಂಡಿರಿ.
- ಅಲಾರಂ ಸಂಕೇತಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ತುರ್ತು ಬಿಕ್ಕಟ್ಟುಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಳಾಂತರ ವಲಯಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವೂ ಸಹ ಒಂದು ಪೂರ್ವಾ ಪೇಕ್ಷಿತ ಅವಶ್ಯಕತೆ.
- ಪ್ರವಾಹದಿಂದ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ, ನವೀಕೃತವಾಗಿರಿ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಮಟ್ಟ, ನೀರಿನ ವೇಗ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರವಾಹದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ.
- ಉಪಯುಕ್ತತೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಿಚ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ (ವಿದ್ಯುತ್, ಅನಿಲ ಇತ್ಯಾದಿ) ತಕ್ಷಣದ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತನ್ನಿ.
- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ, ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿ. ಅಂಗವಿಕಲರು, ಮಕ್ಕಳು, ವೃದ್ಧರಿಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿ.
- ರೇಡಿಯೋ ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ ಅಪಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿರಿ.
- ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮೀಸಲಿಡಿರಿ.

ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ: -

- ತುರ್ತು ಕಿಟ್ (ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಟಾರ್ಚ್ ಲೈಟ್ ಫ್ಲಡ್, ನೀರು, ಬ್ಲಾಂಕೆಟ್ ಮತ್ತು ಟ್ರಾನ್ಸಿಸ್ಟರ್ ಮತ್ತು ಬಿಡಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು) ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ನೀವು ಆಶ್ರಯವನ್ನು ತಲುಪಿದ ನಂತರ, ಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ಪ್ರವಾಹದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ, ತಕ್ಷಣವೇ ಸಮುದಾಯ ಆಶ್ರಯಗಳು/ ಎತ್ತರದ ವೇದಿಕೆಗಳಂತಹ ಉನ್ನತ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ.
- ಯಾವಾಗಲೂ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಬಳಸಿ ಅಥವಾ ಕುಡಿಯುವ ಮೊದಲು ನೀರನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ.
- ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ರೇಡಿಯೋ ಅಥವಾ ಹ್ಯಾಮ್ ರೇಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ನಿಯಮಿತ ಮಧ್ಯಂತರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಆಗಿರಿ.
- ವಿದ್ಯುತ್ ಕಂಬಗಳು ಮತ್ತು ತಂತಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.
- ಕಾಲ್ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ದಾಟಬೇಡಿ.
- ಹಾವು ಕಚ್ಚುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನ ಬಳಿ ಹೋಗಲು ಅಥವಾ ನಡೆಯಲು ಸಹ ಅನುಮತಿಸಬೇಡಿ.
- ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ, ತಿರುಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ.
- ವದಂತಿಗಳನ್ನು ಹರಡಬೇಡಿ.

ಪ್ರವಾಹದ ನಂತರ: -

- ✓ ಗಾಯಾಳುಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ತನ್ನಿ.
- ✓ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ತಮಗೆ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಬನ್ನಿ ಎಂದು ಕೇಳಿದ ಹೊರತು ವಿಪತ್ತು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.
- ✓ ರೇಡಿಯೋವನ್ನು ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಉಸ್ತುವಾರಿ ವಹಿಸಿರುವವರ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ✓ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮೊದಲು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ಗೋಡೆಗಳು, ನೆಲ, ಮುರಿದ ಕಿಟಕಿ ಗಾಜುಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅವಶೇಷಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ).

- ✓ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಕಲುಷಿತಗೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಬಾಟಲಿ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ ಅಥವಾ ಕಲುಷಿತ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿ. ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೀರು ಕುದಿಯಲು ಬಿಡಿ. ನೀವು 5,000 ಅಡಿ (1,000 ಮೀಟರ್) ಎತ್ತರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಮೂರು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿ.
- ✓ ನೆಲಕ್ಕುಳಿದ ಮೇಲೆ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟವು ಹೆಚ್ಚಾದಾಗರಬ್ಬರ್ ಬೂಟ್ ಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ✓ ಉಳಿದ ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಭೂಮಿಯನ್ನು ತೆಗೆದು ಕಲುಷಿತ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಗೃಹೋಪಯೋಗಿ ಉಪಕರಣಗಳು, ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಹಾಸಿಗೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ.
- ✓ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ:
 - ನೀವು ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ಶುದ್ಧ ನೀರಿನಿಂದ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ.
 - ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಸೆಯಿರಿ.
 - ಸಮುದಾಯದ ನೀರು ಸರಬರಾಜು ಕುಡಿಯಲು ಯೋಗ್ಯವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಸುದ್ದಿ ವರದಿಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಿ ನಂತರ ಬಳಸಿ.
 - ವಸತಿ, ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸುದ್ದಿ ವರದಿಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಿ.
 - ಹತ್ತಿರದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೌಲಭ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

ತುರ್ತು ವಸ್ತುಗಳು

- ✓ ಬ್ಯಾಟರಿ ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ಟಾರ್ಚ್.
- ✓ ಮೇಣದ ಬತ್ತಿ ಮತ್ತು ವಾಟರ್ ಪ್ರೂಫ್ ಮ್ಯಾಚ್ ಬಾಕ್ಸ್.
- ✓ ಶುದ್ಧ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಮತ್ತು ತಿನ್ನಬಹುದಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು.
- ✓ ನೆಗಡಿ, ಭೇದಿ, ತಲೆನೋವು, ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಔಷಧಿಗಳು.
- ✓ ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಶೂಗಲು ಮತ್ತು ರಬ್ಬರ್ ಕೈಗವಸುಗಳು.
- ✓ ಕ್ಯಾಂಪಿಂಗ್, ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇಡಲು ವಾಟರ್ ಪ್ರೂಫ್ ಬ್ಯಾಗ್.
- ✓ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಕೆಟ್ ಅಥವಾ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿಗಾಗಿ ಕ್ಯಾನ್. ನೀರು ಶುದ್ಧೀಕರಣಮಾತ್ರಗಳು.
- ✓ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸಗಳು.



ತೇಲುವ ಸಾಧನಗಳು/ ಸುಧಾರಿತ ತೆಪ್ಪಗಳು:

ಪ್ರವಾಹಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಂಕೀರ್ಣ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ದೋಣಿಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸುಧಾರಿತ ತೆಪ್ಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸುಧಾರಿತ ತೆಪ್ಪವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಮತ್ತು ಬಳಸುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾವು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಸುಧಾರಿತ ತೆಪ್ಪಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ:

1. ಕೆರೋಸಿನ್ ಟಿನ್ ತೆಪ್ಪ :-

ಇದನ್ನು ಖಾಲಿ ಸೀಮೆಎಣ್ಣೆ ಜೆರಿಕ್ಯಾನ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಬಿದಿರಿನ ಸಣ್ಣ ತುಂಡುಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹೊಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನರನ್ನು ಮತ್ತು ಸರಬರಾಜುಗಳನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



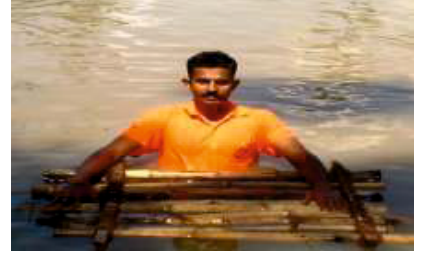
2. ಹಗ್ಗದ ಮಂಚದ ತೆಪ್ಪ:-

ಮರದ ಚೌಕಟ್ಟಿನ ಚಾಪೋರ್ಯ್ ಅನ್ನು ಟಾರ್ಪಾಲಿನ್ ನಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ ದೃಢವಾಗಿ ಹೊಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಸಂತ್ರಸ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



3. ಬಿದರಿನ ಬೊಂಬಿನ ತೆಪ್ಪ:-

ಸಾಮಾನ್ಯ ಬಿದರಿನ ಬೊಂಬುಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಕಟ್ಟಿ ಬಿದರಿನ ತೆಪ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.



4. ಬ್ಯಾರೆಲೆತ್ತೆಪ್ಪ:-

ಇದನ್ನು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಬ್ಯಾರೆಲ್ ಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತೆಪ್ಪವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಬಿದರಿನೊಂದಿಗೆ ಹೊಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



5. ಬಾಳೆ ಮರದತೆಪ್ಪ:-

ಇದನ್ನು ಬಾಳೆ ಮರಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ಬಿದರಿನ ಮೂಲಕ ಜೋಡಿಸಿ ತೆಪ್ಪವನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು



6. ಟ್ಯೂಬ್ ತೆಪ್ಪ:- ಇದು ಏರ್ ಟೈಟ್ ಟ್ಯೂಬ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಈಜಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.



7. ನೀರಿನ ಬಾಟಲ್ ತೆಪ್ಪ:- ಇದು ಒಳಗಿನ ಬಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಖಾಲಿ 01 ಲೀಟರ್ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಯಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಲೈಫ್ ಜಾಕೆಟ್ ಮಾಡಲು 10 ರಿಂದ 12 ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹೊಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



8. ಥರ್ಮಾಕೋಲ್ ಲೈಫ್ ಜಾಕೆಟ್:- ಇದು ಥರ್ಮಾಕೋಲ್ ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈಜಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



4. ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು: -



ದೈ ರೆಸ್ಕೂ:-

a) ತಲುಪುವ (ರೀಚ್) ವಿಧಾನ: - ಇದು ರಕ್ಷಕನಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ವಿಧಾನ, ಯಾವುದೇ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಮೊದಲು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹತ್ತಿರ ತಲುಪಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಎದೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಲಗಿ. ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನೀವು ಹಗ್ಗ ಅಥವಾ ಕೋಲನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.



b) ಎಸೆಯುವ (ತ್ರೋವ್) ವಿಧಾನ:- ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಟ್ಯೂಬ್ ಮುಂತಾದ ತೇಲುವ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವ ತೇಲುವಿಕೆಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಎಸೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



c) ಕಾಲನಡಿಗೆಯಿಂದ ದಾಟುವುದು (ವೇಡ್) (ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದು):- ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಕನು ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ತಲುಪಲು ಅಥವಾ ರಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಹೀಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಮೊದಲು ಹರಿವು ಅಥವಾ ಪ್ರವಾಹವನ್ನು ಮೊದಲು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ರಕ್ಷಕರು ನೀರಿನ ಪ್ರವಾಹದಿಂದ ಕೊಚ್ಚಿಹೋಗಬಹುದು.

(ii) ವೆಟ್ರಿಸ್ಕೂ

1. ಸಂಪರ್ಕ ರಕ್ಷಣೆ (ಕಾಂಟ್ಯಾಕ್ಟ್ ರೆಸ್ಕೂ)
2. ಮಣಿಕಟ್ಟು ಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುವುದು (ರಿಸ್ಪ್ ಟೋ)

3. ಆಧಾರ ಕೊಟ್ಟು ಎಳೆಯುವುದು(ಸಪೋರ್ಟ್ ಟೋ)
4. ಕಂಕುಳ ಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುವುದು (ಆರ್ಮ್ ಪಿಟ್ ಟೋ)
5. ತಲೆ ಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುವುದು (ಹೆಡ್ ಟೋ)
6. ಉಪ ಹಿಡಿತ ಆಧಾರದಿಂದ ಎಳೆಯುವುದು (ವೈಸ್ ಗ್ರಿಪ್ ಟೋ).

ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ರಕ್ಷಕನನ್ನು ಒಳಗೆ ಸೆಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರೂ ಮುಳುಗಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಡಿ, ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸ ಬೇಡಿ.



ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವಾಗ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು:

ಹಗ್ಗವನ್ನು ಎಸೆಯಿರಿ. ಮುಳುಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಬನ್ನಿ.

ರಕ್ಷಿಸಲು ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಈಜುವ ಮೂಲಕ ರಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಸಂತ್ರಸ್ತನನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರತಂದನಂತರ ಸ್ವಷ್ಟ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನೀಡಿರಿ.

ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ಸಹಾಯ ನೀಡಿ ಬದುಕಿಸುವ ಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಚೇತರಿಕೆ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿ.

ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.

ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಿ.

ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ರವಾನಿಸುವುದು.

ಮುಳುಗುವ ರೋಗಿಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ

- ಯಾರೋ ಮುಳುಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಈ ವೇಳೆ 112/108 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ:

1. ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ

- ಯಾರಾದರೂ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಲೈಫ್ ಗಾರ್ಡ್ಸ್ ಸೂಚಿಸಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, 112/108 ಗೆ ಕರೆಮಾಡಲುಹೇಳಿ.
- ನೀವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.

2. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸರಿಸಿ

- ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯಿರಿ.

3. ಉಸಿರಾಟಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ

- ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಾ?
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎದೆ ಚಲಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಿ.

4. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ, ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ

- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು 10 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಕಾಲ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

5. ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ ವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ

- ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ.
- ವಯಸ್ಕ ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ, ಒಂದು ಕೈಯ ಹಿಮ್ಮಡಿಯನ್ನು ಎದೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮೊಲೆತೊಟ್ಟು ರೇಖೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ನೀವು ಒಂದು ಕೈಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದರ ಮೇಲೆ ತಳ್ಳಬಹುದು. ಶಿಶುವಿಗೆ, ಎದೆಯ ಮೂಳೆಯ ಮೇಲೆ ಎರಡು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ವಯಸ್ಕ ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ, ಕನಿಷ್ಠ 2 ಇಂಚುಗಳನ್ನು ಒತ್ತಿ. ಪಕ್ಕಲುಬುಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತದಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಶಿಶುವಿಗೆ, ಸುಮಾರು 1 ಮತ್ತು 1/2 ಇಂಚುಗಳನ್ನು ಒತ್ತಿ. ಸ್ತನ ಮೂಳೆಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಒತ್ತದಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಪ್ರತಿನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 100-120 ರ ದರದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ. ತಳ್ಳುಗಳ ನಡುವೆ ಎದೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೇಲೇರಲಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾನೆ ಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

6. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೂ ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ

- ನೀವು CPR ನಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಈಗ ಸೂಕ್ತ ವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು ಅಂದರೆ ಆಫಾತದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮತ್ತು ದವಡೆ ಥ್ರಸ್ಟ್ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಹೆಡ್ ಟರ್ನ್ ಚಿನ್ ಲಿಫ್ಟ್ ವಿಧಾನ.

- ಒಳಗಿನ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಮೂಗನ್ನು ಚಿವುಟಿ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಉಸಿರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಗಾಳಿಯಾಡದ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ರಚಿಸಲು ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಬಾಯಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿ ಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಎದೆ ಏಳುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ 2 ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡು ಉಸಿರನ್ನು ನೀಡಿ.



- 2 ಉಸಿರನ್ನು ನೀಡಿ, ನಂತರ 30 ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ನೀಡಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವವರೆಗೆ ಅಥವಾ ತುರ್ತು ಸಹಾಯ ಬರುವವರೆಗೆ 30 ಸಂಕೋಚನಗಳು ಮತ್ತು 2 ಉಸಿರಾಟಗಳ ಈ ಚಕ್ರವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.

ಮುಳುಗುವುದು

ಮುಳುಗುವುದು ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸಾವಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅಂಬೆಗಾಲಿಡುವವರಲ್ಲಿ .ಜನಪ್ರಿಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಮುಳುಗುವ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರನ್ನು ಉಸಿರಾಡಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.



ಮುಳುಗುವ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ದೈಹಿಕ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ
- ದಣಿವು
- ಕಡಿಮೆ ಚಟುವಟಿಕೆ
- ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲ
- ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ತುಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ
- ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಕರುಳು ಅಥವಾ ಮೂತ್ರ ಕೋಶ ನಿಯಂತ್ರಣದ ನಷ್ಟ

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಳುಗುವಿಕೆಯಿಂದ ಬದುಕುಳಿದ ನಂತರ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಮುಳುಗುವ ನಂತರ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೀಗೆ ಮಾಡಬಹುದು:

- 1. ಪ್ರಜ್ಞಾ ಹೀನತೆ, ಉಸಿರಾಡಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಬಹುದು, ಅಥವಾ ಹೃದಯ ಬಡಿತ ನಿಲ್ಲಬಹುದು.
- 2. ಗಾಳಿಗಾಗಿ ಏದುಸಿರು ಬಿಡುವುದು, ಗುಲಾಬಿನೊರೆಯನ್ನು ಕೆಮ್ಮು, ವಾಂತಿ ಅಥವಾ ವೇಗವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುವುದು.
- 3. ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತೋರಬಹುದು.
- ಶ್ವಾಸಕೋಶದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಸಹ ಮುಂದಿನ ಗಂಟೆಗಳು ಅಥವಾ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಭೀರ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಳುಗುವಿಕೆಯಿಂದ ಬದುಕುಳಿದ ನಂತರ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆಯು ನಿರ್ಣಾಯಕವಾಗಿದೆ.

ಮುಳುಗುವ ಹತ್ತಿರ ಏನಿದೆ?

ಮುಳುಗುವ ಘಟನೆಯಿಂದ ಬದುಕುಳಿಯಲು ಹತ್ತಿರದ ಮುಳುಗುವಿಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಆದರೆ ಇದು ಹಳೆಯ ಪದಗುಚ್ಛವಾಗಿದೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೀರಿನ ನಾಳದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನು ಉಸಿರಾಡಿದಾಗ ಮುಳುಗುವುದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ವಾಯು ಮಾರ್ಗವು (ಧ್ವನಿಪೆಟ್ಟಿಗೆ) ಸೆಳೆತಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಬಹುದು, ಅಥವಾ ನೀರು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳದಂತೆ ತಡೆಯಬಹುದು. ಎರಡೂ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ದೇಹಕ್ಕೆ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ವಾಗಬಹುದು.

ಆಮ್ಲಜನಕವಿಲ್ಲದೆ ಹೋಗುವುದು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ತ್ವರಿತ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

- ನೀರಿನಾಳದಲ್ಲಿ 3 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.
- ನೀರಿನಾಳದಲ್ಲಿ 5 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ, ಮೆದುಳಿಗೆ ಆಮ್ಲಜನಕ ಪೂರೈಕೆ ಇಳಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕೊರತೆಯು ಮೆದುಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.



• ಮುಳುಗಿದವರಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ಮಗು, ಹದಿಹರೆಯದವರು ಅಥವಾ ವಯಸ್ಕರು ಮುಳುಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವನ/ಅವಳ ವಯಸ್ಸಿನ ಪ್ರಕಾರ (ವಯಸ್ಕ, ಮಗು ಮತ್ತು ಶಿಶು) ಸೂಕ್ತ ಪ್ರಕಾರದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು.

- ಸೂಚನೆ:- ಅಮೇರಿಕನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ CPR ತಂತ್ರಗಳಿಗೆ ಅಧ್ಯಾಯ ಸಂಖ್ಯೆ 18ನೋಡಿ

• ಯಾವ ಸಂಧರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕರೆಯಬೇಕು:

- ಮುಳುಗಿದ್ದಂತಹ ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ತುರ್ತು ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ:
- ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ.
- ಉಸಿರಾಟ ನಿಂತಿದ್ದರೆ.

- ಹೃದಯ ಬಡಿತ ಸ್ಥಗಿತವಾಗಿದ್ದರೆ.

- ನೀರು ಕುಡಿದು ನಂತರ ಗಾಳಿಗಾಗಿ ಏದಿಸಿರು ಬಿಡುತ್ತಾ, ಗುಲಾಬಿ ನೋರೆಯನ್ನು ಕೆಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದರೆ, ವಾಂತಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ವೇಗವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ.

- ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಬದಲಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದರೆ.

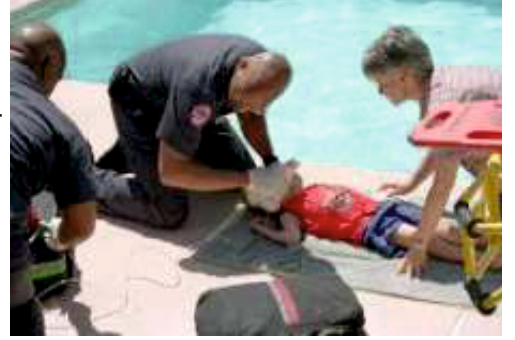
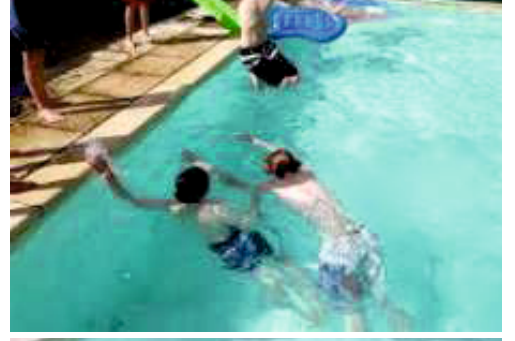
- ಮುಳುಗುವ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಎಷ್ಟು ಬೇಗ ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವನ/ಅವಳ ಬದುಕುಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ.

- ಈ ಸನ್ನಿವೇಶದ ನಂತರ ಹೊಸ ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಸೋಂಕಿನ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿದ್ದರೆ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕರೆಯಿರಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ:

- ಬಣ್ಣದ ಲೋಳೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದೆ ಕೆಮ್ಮು.
- ಕ್ಷಿಪ್ರ ಉಸಿರಾಟ. ಉಸಿರುಗಳು ಸಹ ಆಳವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು.
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ.
- ಜ್ವರ.
- ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದ ದೌರ್ಬಲ್ಯ.
- ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಶಿಳ್ಳೆ ಶಬ್ದ(ಉಬ್ಬಸ) ಬರುವುದು.
- ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಗಿತ.

• ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದರೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ದೊರಕಿಸುವುದು. ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಗಾಯ ಆಗಿರಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದರೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಡೈವಿಂಗ್ ಅಪಘಾತ) ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಚಲನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು.



- ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವಾಗ, ಆರೈಕೆಯ ಮೊದಲ ಹಂತಗಳು ಆರಂಭಿಕ ಅಮೇರಿಕನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.
- ಸಂತ್ರಸ್ತ ಎಚ್ಚರವಾಗಿದ್ದಾನೆಯೇ?
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ತಾವಾಗಿಯೇ ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ?
- ಅವರಿಗೆ ಹೃದಯ ಬಡಿತವಿದೆಯೇ?
- ಕಾಪಾಡುವ ಉಸಿರಾಟದ ಪ್ರಯತ್ನ ನೀರಿನಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಬಹುದು, ಆದರೆ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ಆರೈಕೆಗೆ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರ ಜನರು ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಕರೆಮಾಡಿ. ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಬಾಹ್ಯ ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಟರ್ (AED- ಆಟೋಮೇಟೆಡ್ ಎಕ್ಸ್‌ರ್ನ್‌ಲ್ ಡಿಫೈಬ್ರಿಲ್ಲೇಟೋರ್) ಪಡೆಯಲು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸಂಭಾವ್ಯ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ವಾಂತಿ ಸಂಭವಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು (ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ವಾಂತಿ ಯನ್ನು ಉಸಿರಾಡುವುದು) ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅವನನ್ನು ಅಥವಾ ಅವಳನ್ನು ಚೇತರಿಕೆಯ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಅವರ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬೇಕು.
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿವಾದಗಳಿವೆ, ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಿರುವ ಜನರನ್ನು ಗೊಂದಲಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಉಸಿರಾಡದ ಮತ್ತು ನಾಡಿಮಿಡಿತ ವಿಲ್ಲದ ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಸೂಕ್ತವಾಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.
- ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಪುನರುಜ್ಜೀವನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಅಮೇರಿಕನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಮತ್ತು ಅಮೇರಿಕನ್ ನ್ಯಾಲ್‌ಜೆ ಆಫ್ ಆರ್ಥೋಡಿಯಾಲಜಿ ಅನುಮೋದಿಸಿವೆ, ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿ ಕೊಟ್ಟು ಪುನರುಜ್ಜೀವನ ಮಾಡುವ ಉಸಿರಾಟದ ಕ್ರಮವನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿಲ್ಲ. ಇದು ಮುಳುಗುವಿಕೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣದ ಅಪಾಯವೆಂದರೆ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕೊರತೆ. ಇಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತ ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನಾಡಿಮಿಡಿತ ವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಕಾರ್ಡಿಯೋಪಲ್ಮನರಿ ಪುನರುಜ್ಜೀವನವನ್ನು (CPR) ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಹ್ಯಾಂಡ್-ಓನ್ಲಿಯಲ್ಲಿರುವ ಒಟ್ಟು CPR ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಓದು ವಿನಾಯಿತಿ ಆಗಿದೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಸಂಭಾವ್ಯ ಮುಳುಗುವವರಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಣಾ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.
- ಇದು ಒಣ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಕುಸಿಯುವ ರೋಗಿಗಳಿಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೃದಯ ಲಯದ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಆಮ್ಲಜನಕದ ಮಟ್ಟ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.
- ಅವರ ಒದ್ದೆಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಕಂಬಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚುವ ಮೂಲಕ ಮುಳುಗು ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಮರುಬೆಚ್ಚಗಾಗಲು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಅಥವಾ ಪುನರ್ ಜೀವನಗೊಂಡ ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರವಾಗಿರುವ ರೋಗಿಯು ತಕ್ಷಣದ ಮರು ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- **ಮುಳುಗುವಿಕೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ**
- **ಯಾವುದೇ ಅಪಘಾತ ಇರಲಿ, ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯೇ ಪ್ರಮುಖ ಕೀಲಿ ಆಗಿದೆ.**
- ಈಜುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಸಿನ ಜನರಿಗೆ ಆದ್ಯತೆಯಾಗಿರಬೇಕು.
- ಮನೆಯ ಈಜುಕೊಳವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಬೇಲಿಹಾಕಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇರಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊರಗಿಡಲು ಬೇಲಿ ವಿಫಲವಾದರೆ, ಮೋಷನ್ ಡಿಟೆಕ್ಟರ್ ಗಳು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು.

- ಜಲ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಾಗ ವೈಯಕ್ತಿಕತೆಲುವ ಸಾಧನ (ಲೈಫ್‌ಲೈನ್) ಬಳಕೆಕಡ್ಡಾಯ. ಪೂಲ್ ಆಟಿಕೆಗಳು ತೆಲುವ ಸಾಧನಗಳಿಗೆ ಬದಲಿಯಲ್ಲ.
- ಮುಳುಗುವ ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಪ್ರಮುಖ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ನೀರು ಮತ್ತು ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಬೆರೆಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ಶಿಶುವನ್ನು ಸ್ನಾನದಟ್ಟಬ್/ ಬಕೆಟ್ ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಬಳಿ ಎಂದಿಗೂ ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಈಜುಕೊಳವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ ನೀರಾಗಿರಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ನೀರಿನ ಬಳಿ ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ.

ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ಈಜುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ:

- ನೀವು ನೀರಿಗೆ ಧುಮುಕಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರೆ ಆಳವು ಕನಿಷ್ಠ 10 ಅಡಿ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ತಾಜಾ ಅಥವಾ ಸಮುದ್ರದನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಒಳಹರಿವುಗಳು ಮತ್ತು ಅಲೆಗಳಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ಜಲ್ಲಿ ಫಿಶ್‌ಟ್ಯುಪ್‌ಕೋರಲ್ಪಂತಹ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಮುದ್ರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ
- ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವ ಮೊದಲು ಅದರ ಆಳವನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ಈಜಬೇಡಿ.

ಸರೋವರಗಳು, ಅಣೆಕಟ್ಟುಗಳು, ನದಿಗಳು, ಲಗೂನ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಕಡಲತೀರಗಳಂತಹ ದೊಡ್ಡ ರಂಧ್ರ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವಾಗ ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು:

- ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಈಜು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿಗೆ ಪರಿಸರವು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಮ್ಮ ಈಜು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಫ್ಲೋಟೇಶನ್ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಹದಿಹರೆಯದವರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ವಯಸ್ಕರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಸುರಕ್ಷತಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆಯೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ (ಅಂದರೆ ಆಳ ತಿಳಿಯದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಓಟ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಡೈವಿಂಗ್ ಮಾಡಬೇಡಿ).

ವಿಷಯ - 06

ಸುನಾಮಿ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಸುನಾಮಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು.
- » ಸುನಾಮಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು.
- » ಸುನಾಮಿ ಭೂಮಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?
- » ಸುನಾಮಿಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಮುನ್ನೂಚನೆಗಳು.
- » ಸುನಾಮಿಯ ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು ಹಾಗೂ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಸುನಾಮಿ ಅಥವಾ 'ಬಂದರು ಅಲೆ', ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾಗರ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರಿನ ಸ್ಫಳಾಂತರದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ನೀರಿನ ಅಲೆಗಳ ಸರಣಿಯಾಗಿದೆ. ಭೂಕಂಪಗಳು, ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ನೀರೊಳಗಿನ ಸ್ಫೋಟಗಳು (ಸ್ಫೋಟಗಳು, ಭೂಕುಸಿತಗಳು, ಹಿಮನದಿ ಕ್ಯಾಲ್ವಿಂಗ್, ಉಲ್ಕೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅಡಚಣೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ) ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಕೆಳಗೆ, ಎಲ್ಲವೂ ಸುನಾಮಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಗಾಳಿ ಅಥವಾ ಉಬ್ಬರವಿಳಿತಗಳಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಗರ ಅಲೆಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿ, ಇದು ಚಂದ್ರ ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯನ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಸೆಳೆತದಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ನೀರಿನ ಸ್ಫಳಾಂತರದಿಂದ ಸುನಾಮಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸುನಾಮಿ ಅಲೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮುದ್ರದೊಳಗಿನ ಪ್ರವಾಹಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಹೋಲುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳ ತರಂಗಾಂತರವು ಬಹಳ ಉದ್ದವಾಗಿದೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಲೆಗಳಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು, ಸುನಾಮಿಯು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ವೇಗವಾಗಿ ಏರುತ್ತಿರುವ ಉಬ್ಬರವಿಳಿತವನ್ನು ಹೋಲಬಹುದು. ಸುನಾಮಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಗಂಟೆಗಳವರೆಗಿನ ಅವಧಿಯಅಲೆಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ, "ತರಂಗಗಳರೈಲು"ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪಳಿಸುತ್ತವೆ.

ದೊಡ್ಡ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಹತ್ತಾರು ಮೀಟರ್ ತರಂಗ ಎತ್ತರವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಬಹುದು. ಸುನಾಮಿಗಳ ಪರಿಣಾಮವು ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳ ವಿನಾಶಕಾರಿ ಶಕ್ತಿ ಅಗಾಧವಾಗಿರಬಹುದು, ಮತ್ತು ಅವು ಇಡೀ ಸಾಗರ ಜಲಾನಯನ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. 2004 ರ ಹಿಂದೂ ಮಹಾಸಾಗರದ ಸುನಾಮಿಯು ಮಾನವ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲೇ ಅತ್ಯಂತ ಮಾರಕ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿತ್ತು, ಹಿಂದೂ ಮಹಾಸಾಗರದ ಗಡಿಯಲ್ಲಿರುವ 14 ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 2,30,000 ಜನರು ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಟ್ಟರು ಅಥವಾ ಕಾಣೆಯಾದರು.

ಕಾರಣಗಳು:

ಈ ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿ ಅಲೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಟೆಕ್ಟೋನಿಕ್ ಪ್ಲೇಟ್ ಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡದಾದ ಸಮುದ್ರದೊಳಗಿನ ಭೂಕಂಪದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ಲೇಟ್ ಗಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾಗರ ತಳವು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಏರಿದಾಗ ಅಥವಾ ಬಿದ್ದಾಗ, ಅದು ಅದರ ಮೇಲಿನ ನೀರನ್ನು ಸ್ಫಳಾಂತರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸುನಾಮಿಯಾಗುವ ಉರುಳುವ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

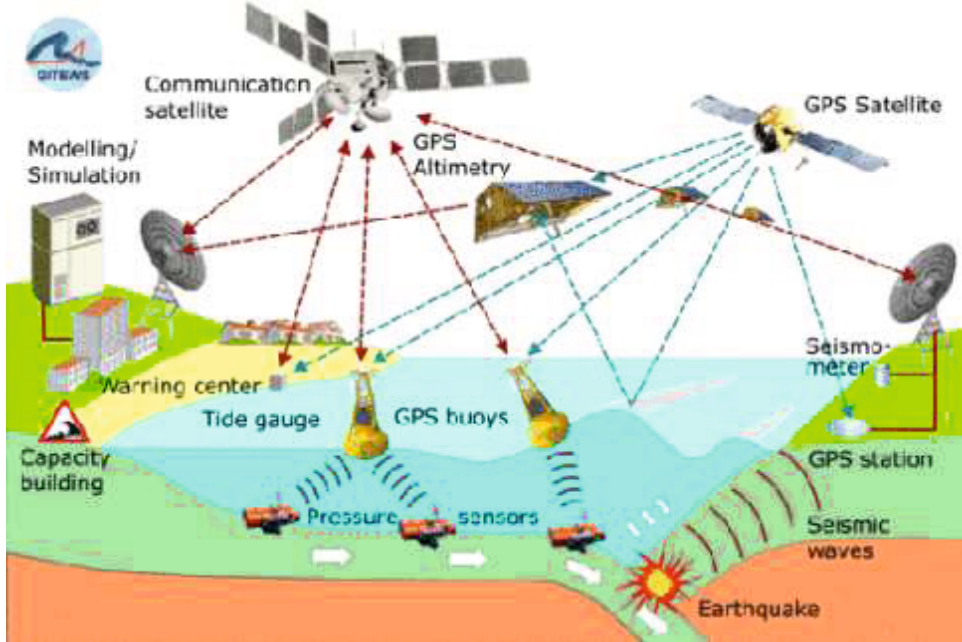
ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುನಾಮಿಗಳು (ಸುಮಾರು 80%) ಪೆಸಿಫಿಕ್ ಸಾಗರದ "ರಿಂಗ್ ಆಫ್ ಫೈರ್" ನಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ, ಇದು ಭೂ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿದ್ದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿನ ಟೆಕ್ಟೋನಿಕ್ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿಗಳು ಮತ್ತು ಭೂಕಂಪಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸುನಾಮಿಗಳು ನೀರೊಳಗಿನ ಭೂಕುಸಿತ ಗಳು ಅಥವಾ ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಉಲ್ಕೆಯು ಸಾಗರಕ್ಕೆ ಧುಮುಕುವ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಉದಾವಣೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಸಮುದ್ರದಾದ್ಯಂತ ಸುನಾಮಿಯ ಒಟವು ಗಂಟೆಗೆ 500 ಮೈಲಿಗಳಷ್ಟು (805 ಕಿಲೋಮೀಟರ್) ವೇಗದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ-ಜೆಟ್ ವಿಮಾನದಷ್ಟೇ ವೇಗವಾಗಿ. ಆ ವೇಗದಲ್ಲಿ,ಅವು ಪೆಸಿಫಿಕ್ ಸಾಗರದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು ಒಂದು ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದಾಟಬಹುದು. ತರಂಗಾಂತರಗಳು ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿರುತ್ತವೆ ಹೀಗಾಗಿ ಮಾರ್ಗ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಅದು ಭೂಮಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸುನಾಮಿಯ ಕಂದಕ, ಅಲೆಯ ಶಿಖರದ ಕೆಳಗಿರುವ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳಬಿಂದು ಮೊದಲು ದಡವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಅದು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಇದು ನಿರ್ವಾತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ, ಅದು ಕರಾವಳಿ ನೀರಿನ ಸೀವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ಹೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬಂದರು ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರ ಮಹಡಿಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮುದ್ರದ ನೀರಿನ ಈ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಯು ಮುಂಬರುವ ಸುನಾಮಿಯ ಪ್ರಮುಖ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅಲೆಯ ಶಿಖರ ಮತ್ತು ಅದರ ಅಂತರ್ಗತ ಅಗಾಧ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಂತರ ದಡಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದರಿಂದ ಜೀವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು.

ಸುನಾಮಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಲೆಗಳ ಸರಣಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ, ಇದನ್ನು ತರಂಗ ರೈಲು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಸತತ ಅಲೆಗಳು ದಡವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅದರ ವಿನಾಶಕಾರಿ ಬಲವು ಸಂಯೋಜಿಸಲ್ಪಡಬಹುದು. ಸುನಾಮಿಗಳು ಬೃಹತ್ ಮುರಿಯುವ ಅಲೆಗಳಾಗಿ ದಡದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಬದಲಿಗೆಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಮುಳುಗಿಸುವಷ್ಟರಿತವಾಗಿ ಏರುತ್ತಿರುವ ಉಬ್ಬರ ವಿಳಿತವನ್ನು ಹೋಲುತ್ತವೆ.



ಕೇವಲ ಸುನಾಮಿಯ ಮೊದಲ ಸುತ್ತಿನ ಅಲೆಗಳು ಅಪ್ಪಳಿಸಿ ಹೋದನಂತರ ಅಪಾಯವು ಮುಗಿಯಿತು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಾರದು ಮತ್ತು ಹಾನಿ ಪೀಡಿತ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಮರಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂಬ ಅಧಿಕೃತ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಸುನಾಮಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಉತ್ತಮ ರಕ್ಷಣೆಯೆಂದರೆ ಜನರು ಎತ್ತರದ ಭೂ ಭಾಗಕ್ಕೆ ತೆರಳುವುದು.

ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯಗಳು

ಹವಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನ ಕಚೇರಿ ಹೊಂದಿರುವ 26 ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ಒಕ್ಕೂಟವಾದ ಪೆಸಿಫಿಕ್ ಸುನಾಮಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ

ಸುನಾಮಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಭೂಕಂಪದ ಉಪಕರಣಗಳು ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಮಟ್ಟದ ಗೇಜ್ ಗಳ ಜಾಲವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ, INCOIS (ಇಂಡಿಯನ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸೆಂಟರ್ ಫಾರ್ ಓಷನ್ ಇನ್ಫಾರ್ಮೇಷನ್ ಸರ್ವಿಸಸ್ - ಸಾಗರ ಮಾಹಿತಿ ಸೇವೆಗಳ ಭಾರತೀಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕೇಂದ್ರ) ಕೂಡ ಸಾಗರ ವೀಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ (ಒಒಎನ್) ಜಾಲವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೀನುಗಾರರು ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿ ಜನರಿಗೆ ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ದೇಶದ ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದು.



ಭೂಕಂಪದ ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಸುನಾಮಿಯನ್ನು ನಿವಾರವಾಗಿ ಊಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಭೂವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಸಮುದ್ರಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಮತ್ತು ಭೂಕಂಪಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಪ್ರತಿ ಭೂಕಂಪವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ಸುನಾಮಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಬಹುದು ಅಥವಾ ನೀಡದಿರಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಮುಂಬರುವ ಸುನಾಮಿಯ ಕೆಲವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿವೆ, ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಜೀವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಲು ಭೂಕಂಪದ ನಂತರ ತಕ್ಷಣವೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾಟಮ್ ಪ್ರೆಶರ್ ಸೆನ್ಸರ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಬೋಯ್ ಗಳಿಗೆ ಜೋಡಿಸಲಾಗಿದೆ, ಇದು ಅತಿಯಾದ ನೀರಿನ ಕಾಲಮ್ ನ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುನಾಮಿ ಅಪಾಯವಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಲೆಭೂಮಿಯನ್ನು ತಲುಪುವ ಮೊದಲು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಲು ಸುನಾಮಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಗಮನದ ಸಮಯದ ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮಾದರಿಗಳು ಸುನಾಮಿ ಆಗಮನವನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು, ಬಾಟಮ್ ಪ್ರೆಶರ್ ಸೆನ್ಸರ್ ಗಳು ನೈಜ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ರಿಲೇ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಒತ್ತಡದ ರೀಡಿಂಗ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಭೂಕಂಪದ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರತಳದ ಆಕಾರ (ಬ್ಯಾಥೈಮೆಟ್ರಿ) ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿ ಸ್ಥಳಾಕೃತಿಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ಮಾದರಿಗಳು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಸುನಾಮಿಯ ಕಂಪನ ಮತ್ತು ಉಲ್ಬಣ ಎತ್ತರವನ್ನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸುನಾಮಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಕ್ರಮ:

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ಸುನಾಮಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು:

ಸುನಾಮಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕೆಲಸಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ:

- ತಯಾರಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು, ನೀವು ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಸಂವಹನ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.
- ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಬೀದಿಯ ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿಯಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಬೀದಿಯ ದೂರ ಅಥವಾ ಇತರ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದ ನೀರನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ. ಸ್ಥಳಾಂತರ ಆದೇಶಗಳು ಈ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿರಬಹುದು.
- ನೀವು ಪ್ರವಾಸಿಗರಾಗಿದ್ದರೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಸುನಾಮಿ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಶಿಷ್ಟಾಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಪರಿಚಿತರಾಗಿರಿ. ಬಲವರ್ಧಿತ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಹೋಟೆಲ್ ರಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಮೂರನೇ ಮಹಡಿಗೇ ಮತ್ತು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಭೂಕಂಪ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ನೀವು ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಸುನಾಮಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಇದ್ದರೆ ತಿಳಿಯಲು ನಿಮ್ಮ ರೇಡಿಯೋವನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಿ.
- ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಶಾಲಾ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಯೋಜನೆಯು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಾಲೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಕರೆದೊಯ್ಯಲು ಬಯಸಿದರೆ. ಸುನಾಮಿ ಗಡಿಯಾರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಪರ್ಕಗಳು ಅಥವಾ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಓವರ್ ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿಂದ ಬರುವ ಮಾರ್ಗಗಳು ಜಾಮ್ ಆಗಬಹುದು.
- ಸುನಾಮಿ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೂ ಮಾತನಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಪರಿಚಿತತೆಯು ನಿಮ್ಮ ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ರಾತ್ರಿ ಮತ್ತು ಅಸಹನೀಯ ಹವಾಮಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು 15 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಲ್ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ನಿಜವಾದ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಕಡಿಮೆ ಆಲೋಚನೆಯ ಸಮಯ ವಿರುವುದರಿಂದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಅತಿ ಅಗತ್ಯ.

ಸುನಾಮಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು:

- ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಹೊರಡಿಸಿದ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಆದೇಶವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ.

- ಒಳನಾಡಿನೊಳಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಎತ್ತರದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಚಲಿಸಿ. ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟದಿಂದ 100 ಅಡಿ (30 ಮೀಟರ್) ಎತ್ತರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿ ಅಥವಾ ಕರಾವಳಿಯಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿ 2 ಮೈಲಿ (3 ಕಿಲೋಮೀಟರ್) ಒಳನಾಡಿನವರೆಗೆ ಹೋಗಿ. ನೀವು ಈ ಎತ್ತರ ಅಥವಾ ದೂರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ದೂರ ಹೋಗಿ. ಒಳನಾಡಿನ ಕಡೆಗೆ ಅಥವಾ ಮೇಲ್ಮೈವಾಗಿ ನೀವು ಚಲಿಸುವ ಪ್ರತಿ ಹೆಜ್ಜೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.
- ಕಡಲತೀರದಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಸುನಾಮಿ ಬರುವುದನ್ನು ನೋಡಲು ಎಂದಿಗೂ ಸಮುದ್ರ ತೀರಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಡಿ. ನೀವು ಅಲೆಯನ್ನು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನೀವು ಅದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರವಾಗಿದ್ದೀರಿ. ಎಚ್ಚರಿಕೆ - ತೀರದಿಂದ ದೂರವಿರುವ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಹಿಂಜರಿತವಿದ್ದರೆ ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸುನಾಮಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಕಿವಿಗೊಡಬೇಕು. ನೀವು ತಕ್ಷಣ ದೂರ ಹೋಗಬೇಕು.
- ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಗಳಲ್ಲ.
- ವಿಶೇಷ ನೆರವು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ - ಶಿಶುಗಳು, ವೃದ್ಧರು ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನೆನಪಿಡಿ.

ಸುನಾಮಿಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು:

- ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ ನಂತರವೇ ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ. ಸುನಾಮಿಯು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದಾದ ಅಲೆಗಳ ಸರಣಿಯಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಅಲೆಯ ನಂತರ ಅಪಾಯವು ಮುಗಿದಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸ ಬೇಡಿ. ಮುಂದಿನ ಅಲೆ ಮೊದಲನೆಯ ಅಲೆಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಬಹುದು.
- ವಿಪತ್ತು ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ತುರ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಹದ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಮತ್ತಷ್ಟು ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸಬಹುದು.
- ನೀರಿನಲ್ಲಿನ ಅವಶೇಷಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ; ಇದು ಜನರು ಅಥವಾ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಅಪಾಯ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.
- ಗಾಯಗೊಂಡ ಅಥವಾ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಗಾಯಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಯಾರನ್ನಾದರೂ ರಕ್ಷಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸರಿಯಾದ ಉಪಕರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ವೃತ್ತಿಪರರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ಇತರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಅನೇಕ ಜನರು ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಅಥವಾ ಗಾಯಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.
- ವಿಶೇಷ ನೆರವು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಜನಗಳಾದ-ಶಿಶುಗಳು, ವೃದ್ಧರು, ಸಾರಿಗೆ ಇಲ್ಲದವರಿಗೆ, ವಿಶೇಷ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಹಾಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿಗಾಗಿ ರೇಡಿಯೋ ಅಥವಾ ಟ್ಯೂನಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಕೋಸ್ಟ್ ಗಾರ್ಡ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ರೇಡಿಯೋ ಅಥವಾ ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ಗೆ ಬಳಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
- ಸುತ್ತಲೂ ನೀರು ಇರುವ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಸುನಾಮಿ ನೀರು ನೆಲಗಳನ್ನು ಬಿರುಕು ಬಿಡಲು ಅಥವಾ ಗೋಡೆಗಳು ಕುಸಿಯಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕಟ್ಟಡವು ಕುಸಿಯುವ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಗೋಡೆಗಳು, ಮಹಡಿಗಳು, ಬಾಗಿಲುಗಳು, ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಬಿರುಕುಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಹಾನಿಗಾಗಿ ಅಡಿಪಾಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಗಾಯವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು, ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ಉದ್ದ ಪ್ಯಾಂಟ್, ಉದ್ದ ಶೋಲಿನ ಶರ್ಟ್ ಮತ್ತು ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ದುರಂತದ ನಂತರ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗಾಯವೆಂದರೆ ಪಾದಗಳ ಬಿರುಕು ಗಾಯಗಳು.

- ಸುನಾಮಿಯು ರಸ್ತೆಗಳು, ಸೇತುವೆಗಳು ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಬಹುದಾದ ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಮಾಡಿರಬಹುದು.
- ತುರ್ತು ಕರೆ ಮಾಡಲು ಮಾತ್ರ ದೂರವಾಣಿ ಬಳಸಿ. ವಿಪತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಪರ್ಕಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ತುರ್ತು ಕರೆಗಳನ್ನು ಹಾದುಹೋಗಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿಡಬೇಕು.
- ಬೆಂಕಿಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿ. ಭೂಕಂಪದ ಕ್ರಿಯೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅನಿಲ ರೇಖೆಗಳು ಮುರಿದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಸೋರಿಕೆಯಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ಸುನಾಮಿಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರ್ಕ್ಯೂಟ್ ಗಳು, ಅಥವಾ ಮುಳುಗಿರುವ ಕುಲುಮೆಗಳು ಅಥವಾ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳು. ಉರಿಯುವ ಅಥವಾ ಸ್ಫೋಟಕ ವಸ್ತುಗಳು ಮೇಲ್ಮೈದಿಂದ ಬಂದಿರಬಹುದು. ಪ್ರವಾಹದ ನಂತರ ಬೆಂಕಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅಪಾಯವಾಗಿದೆ.
- ಅನಿಲ ಸೋರಿಕೆಗಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನಿಮಗೆ ಅನಿಲದ ವಾಸನೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಬೀಸುವ ಅಥವಾ ಹಿಸ್ಸಿಂಗ್ ಶಬ್ದವನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಕಿಟಕಿಯನ್ನು ತೆರೆದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಬೇಗನೆ ಹೊರಗೆ ಕರೆತನ್ನಿ. ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಹೊರಗಿನ ಮುಖ್ಯ ಕವಾಟವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅನಿಲವನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ, ಮತ್ತು ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಮನೆಯಿಂದ ಅನಿಲ ಕಂಪನಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಅನಿಲವನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ತದ ನಂತರ ಬಳಸುವ ಮೊದಲು ವೃತ್ತಿಪರರನ್ನು ಕರೆಯಿಸಿ ಆನ್ ಮಾಡಿಸಬೇಕು.
- ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವಾಗ ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ಲ್ಯಾಂಟರ್ನ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಫ್ಲಾಶ್ ಲೈಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ಲೈಟಿಂಗ್ ಬಳಸಲು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಸುಲಭ, ಮತ್ತು ಇದು ಬಳಕೆದಾರರಿಗೆ, ನಿವಾಸಿಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಬೆಂಕಿಯ ಅಪಾಯವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತ ಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮೇಣದ ಬತ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ವಿದ್ಯುತ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಹಾನಿಯನ್ನು ನೋಡಿ. ನೀವು ಕಿಡಿಗಳು ಅಥವಾ ಮುರಿದ ಅಥವಾ ಹರಿದ ತಂತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಅಥವಾ ಸುಡುವ ನಿರೋಧನದ ವಾಸನೆ ಇದ್ದರೆ, ಮುಖ್ಯ ಫ್ಯೂಸ್ ಬಾಕ್ಸ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕ್ಯೂಟ್ ಬ್ರೇಕರ್ ನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ. ಫ್ಯೂಸ್ ಬಾಕ್ಸ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕ್ಯೂಟ್ ಬ್ರೇಕರ್ ಗೆ ಹೋಗಲು ನೀವು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಬೇಕಾದರೆ, ಸಲಹೆಗಾಗಿ ಮೊದಲು ಎಲೆಕ್ಟ್ರೀಷಿಯನ್ ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಮರು ಬಳಸುವ ಮೊದಲು ಪರಿಶೀಲಿಸ ಬೇಕು ಮತ್ತು ಒಣಗಿಸಬೇಕು.
- ಒಳಚರಂಡಿ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಮಾರ್ಗಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಭೂಕಂಪದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಒಳಚರಂಡಿ ಮಾರ್ಗಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದರೆ, ಶೌಚಾಲಯ ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ಲಂಬರ್ ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ.
- ನೀರಿನ ಕೊಳವೆಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದರೆ, ನೀರಿನ ಕಂಪನಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಮತ್ತು ನಲ್ಲಿಯಿಂದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಹಾನಿಯಾಗದ ವಾಟರ್ ಹೀಟರ್ ಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಸುನಾಮಿ ಅಪ್ಪಳಿಸುವ ಮೊದಲು ಮಾಡಿದ ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬ್ ಗಳನ್ನು ಕರಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತ ನೀರನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಈ ಮೂಲಗಳಿಂದ ನೀರನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವ ಮೊದಲು ಮುಖ್ಯ ನೀರಿನ ಕವಾಟವನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ. ಸ್ಥಳೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ನಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿಷಕಾರಿ ಹಾವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಅದು ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಕಟ್ಟಡಗಳಿಗೆ ಬಂದಿರಬಹುದು. ಅವಶೇಷಗಳ ಮೂಲಕ ಚುಚ್ಚಲು ಕೋಲನ್ನು ಬಳಸಿ. ಸುನಾಮಿ ಪ್ರವಾಹದ ನೀರು ಹಾವುಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ.
- ವಿಮಾ ಕ್ಲೇಮುಗಳಿಗಾಗಿ ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ಅದರ ಒಳಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ಹಾನಿಯ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಒಣಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಕಿಟಕಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಬೇಕು.
- ಮಣ್ಣು ಗಟ್ಟಿಯಾಗುವ ಮೊದಲು ಹೊರತೆಗೆಯಿರಿ.
- ಆಹಾರ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

- ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದ ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವು ಕಲುಷಿತವಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೊರಹಾಕಬೇಕು.
- ಭೂಕಂಪಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ. ಭೂಕಂಪವು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದುವಿನೊಂದಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ (ರಿಕ್ಟರ್ ಮಾಪಕದಲ್ಲಿ 8 ರಿಂದ 9+ ತೀವ್ರತೆ) ಇದ್ದರೆ, ಕೆಲವು ಭೂಕಂಪಗಳು 7+ನಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಮತ್ತೊಂದು ಸುನಾಮಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು.
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನೇರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಪ್ರವಾಹ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಕಾರಿ ವಸ್ತುಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಮುರಿದ ಬೇಲಿಯ ಮೂಲಕ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಳ್ಳಬಹುದು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪ್ರವಾಹವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಮಳದ ಗುರುತುಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಅದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಅಡಚಣೆಯ ನಂತರ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳ ವರ್ತನೆಯು ನಾಟಕೀಯವಾಗಿ ಬದಲಾಗಬಹುದು, ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಅಥವಾ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕವಾಗಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳ ಯೋಗಕ್ಷೇಮದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಗೊಂಡ ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಅಪಾಯಗಳಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರ ಜನರು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?

ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಯೋಜನೆಗಳು ನೀವು ಊಹಿಸಿದಷ್ಟು ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಅನುಭವಗಳು ನಾಲ್ಕು ಮುಖ್ಯ ರಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ:

- **ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ** - ಶಾಲೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು, ನೀರಿನ ಸಂಸ್ಕರಣಾ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಸುನಾಮಿ ಶೆಲ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಬೀದಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡುವುದು ಮುಂತಾದ ಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರು ನಿಯೋಜನೆಗೊಳ್ಳಬಹುದು.
- **ಶಿಕ್ಷಣ** - ಶಿಕ್ಷಕರ ನಿಯೋಜನೆ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ವಯಸ್ಕರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬೋಧನಾ ಸಹಾಯಕರಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- **ಪರಿಸರ ಸಂಬಂಧಿ ಕೆಲಸ** - ನಿಯೋಜನೆಗಳು ವನ್ಯಜೀವಿ ಮೀಸಲು ಪ್ರದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಉದ್ಯಾನವನಗಳಲ್ಲಿರಬಹುದು, ಅಳಿವಿನಂಚಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಭೇದಗಳ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ, ಅಥವಾ ಅರಣ್ಯೇಕರಣ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು.
- **ಸಮಾಜ ಕಲ್ಯಾಣ** - ಸೌಲಭ್ಯವಂಚಿತ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು, ಮಹಿಳಾ ಸಹಕಾರಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಅಥವಾ ಅನಾಥಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು.
- **ಆಶ್ರಯಗಳು ಅಥವಾ ಸುರಕ್ಷಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಮಾರ್ಷಲ್ ಮಾಡುವುದು** - ಸಂಚಾರ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಪ್ರಸಾರ, ಆಶ್ರಯಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ಸರಬರಾಜುಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಚಂಡಮಾರುತ (ಸೈಕ್ಲೋನ್)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಚಂಡಮಾರುತ ಎಂದರೇನು.
- » ಚಂಡಮಾರುತದ ಕಾರಣಗಳು.
- » ಭೂಕುಸಿತದಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ.
- » ಚಂಡಮಾರುತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಮುನ್ನೂಚನೆಗಳು.
- » ಚಂಡಮಾರುತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು.

ಚಂಡಮಾರುತ(ಸೈಕ್ಲೋನ್)

ಇದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ವಾಯು ದ್ರವ್ಯರಾಶಿಯಾಗಿದ್ದು, ಮೇಲಿನಿಂದ ನೋಡುವಂತೆ ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ವಾತಾವರಣದ ಒತ್ತಡದ ಬಲವಾದ ಕೇಂದ್ರದ ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗುತ್ತದೆ. ಸೈಕ್ಲೋನ್ಗಳು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಅತ್ಯಂತ ತೀವ್ರವಾದ ಬಿರುಗಾಳಿಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಸುತ್ತುತ್ತಿರುವ ಗಾಳಿಯು ಏರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಂಪಾಗುತ್ತದೆ, ಮೋಡಗಳು ಮತ್ತು ಮಳೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.

ಚಂಡಮಾರುತಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ:

ಮಧ್ಯ ಅಕ್ಷಾಂಶ (ಮಧ್ಯ ಅಕ್ಷಾಂಶ) ಚಂಡಮಾರುತಗಳು

ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು.

ಮಧ್ಯ ಅಕ್ಷಾಂಶದಲ್ಲಿ ಚಳಿಗಾಲದ ಬಿರುಗಾಳಿಗಳಿಗೆ ಮಧ್ಯ ಅಕ್ಷಾಂಶ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಮುಖ್ಯಕಾರಣವಾಗಿವೆ. ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳನ್ನು ಬಿರುಗಾಳಿ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳಿಗೆ ಅನೇಕ ಹೆಸರುಗಳಿವೆ. ಅವನ್ನು, ಉತ್ತರ ಅಟ್ಲಾಂಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವ ಪೆಸಿಫಿಕ್ ಸಾಗರಗಳಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ,

ಪಶ್ಚಿಮ ಪೆಸಿಫಿಕ್ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಹಿಂದೂ ಮಹಾಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದಲ್ಲಿ ವಿಲ್ಲಿ ವಿಲ್ಲಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆಂಟಿಸೈಕ್ಲೋನ್ ಎಂಬುದು ಚಂಡಮಾರುತಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡದ ಕೇಂದ್ರದ ಸುತ್ತಲೂ ಆಂಟಿಸೈಕ್ಲೋನ್ ನಮಾರುತಗಳು ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ಮೇಲಿನಿಂದ ಗಾಳಿ ಬಂದು ನೆಲಕ್ಕೆ ಮುಳುಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನ್ಯಾಯೋಚಿತ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ.



ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಸರಾಸರಿ 2 ರಿಂದ 4 ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಭಾರತದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಈ ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಭಾರತೀಯ ರಾಜ್ಯಗಳಾದ ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಳ, ಒಡಿಶಾ, ಆಂಧ್ರ ಪ್ರದೇಶ, ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಪೂರ್ವ ಕರಾವಳಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ.

ಭಾರತದ ಪಶ್ಚಿಮ ಕರಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದು, 2 ರಿಂದ 4 ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಪಶ್ಚಿಮ ಕರಾವಳಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಗುಜರಾತ್, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಗೋವಾ ಮತ್ತು ಕೇರಳ ರಾಜ್ಯದ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ನಡೆಸುತ್ತವೆ.

ಚಂಡಮಾರುತಗಳ ಕಾರಣಗಳು

ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸಮುದ್ರಗಳು ದೊಡ್ಡ ಆರ್ಧ್ರ ಗಾಳಿಯ ದ್ರವ್ಯರಾಶಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಗಾಳಿಯು ಏರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡದ ಕೋಶವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಉಷ್ಣವಲಯದ ವಾಯುಭಾರ ಕುಸಿತ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉಷ್ಣವಲಯದ ವಾಯುಭಾರ ಕುಸಿತದ ಸುತ್ತಲೂ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಕಾರ್ಯ ರೂಪಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ತಾಪಮಾನವು 28 ಡಿಗ್ರಿ C (82 ಡಿಗ್ರಿ F) ತಲುಪಿದರೆ ಅಥವಾ ಮೀರಿದರೆ

ಗಾಳಿಯು ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡದ ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ (ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಅಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ).

ಗಾಳಿಯು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ನೀರಿನ ಆವಿರ್ಭವವಾಗುತ್ತದೆ, ಸುಪ್ತ ಶಾಖದಿಂದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಗಾಳಿಯ ಪರಿವರ್ತನೆ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೆ, ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೊರತಾಗಿ ಚಂಡಮಾರುತದ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಶಾಂತ ಕಣ್ಣು (ಚಂಡಮಾರುತದ ಕೇಂದ್ರ) ಅಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತಿದೆ. ಮಳೆಯು ಗಂಟೆಗೆ 2.5 ಸೆಂ.ಮೀ (1") ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು, ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಚಂಡಮಾರುತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಸುಮಾರು 20 ಬಿಲಿಯನ್ ಮೆಟ್ರಿಕ್ ಟನ್ ನೀರು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸುಪ್ತ ಶಾಖದ ಬಿಡುಗಡೆಯು ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಸುಂಟರಗಾಳಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಉತ್ಪಾದಿಸಬಹುದು.

ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ 800 ಕಿ.ಮೀ (500 ಮೈಲಿಗಳು) ಕ್ರಮಿಸಬಹುದು. ಚಂಡಮಾರುತಗಳಿಂದ ಹಾನಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿ, ಮಳೆ ಮತ್ತು ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡ ಕೇಂದ್ರವು ಭೂಮಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಿಸುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯು ಸಮುದ್ರದ ನೀರನ್ನು ಸಾಗರದಾದ್ಯಂತ ತೀರದ ಮೇಲೆ ಬೀಸುವುದರಿಂದ ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹದಗೆಡುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಗ್ಗು ಕರಾವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹವು ವಿನಾಶಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು. ಸಮುದ್ರಗಳು ದೊಡ್ಡ ಆರ್ಧ್ರ ಗಾಳಿಯ ದ್ರವ್ಯರಾಶಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಗಾಳಿಯು ಏರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡದ ಕೋಶವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಉಷ್ಣವಲಯದ ವಾಯುಭಾರ ಕುಸಿತ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉಷ್ಣವಲಯದ ವಾಯುಭಾರ ಕುಸಿತದ ಸುತ್ತಲೂ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಕಾರ್ಯ ರೂಪಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ತಾಪಮಾನವು 28 ಡಿಗ್ರಿ C (82 ಡಿಗ್ರಿ F) ತಲುಪಿದರೆ ಅಥವಾ ಮೀರಿದರೆ ಗಾಳಿಯು ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡದ ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ (ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಅಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ).

ಗಾಳಿಯು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ನೀರಿನ ಆವಿರ್ಭವವಾಗುತ್ತದೆ, ಸುಪ್ತ ಶಾಖದಿಂದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಗಾಳಿಯ ಪರಿವರ್ತನೆ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೆ, ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೊರತಾಗಿ ಚಂಡಮಾರುತದ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಶಾಂತ ಕಣ್ಣು (ಚಂಡಮಾರುತದ ಕೇಂದ್ರ) ಅಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತಿದೆ. ಮಳೆಯು ಗಂಟೆಗೆ 2.5 ಸೆಂ.ಮೀ (1") ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು, ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಚಂಡಮಾರುತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಸುಮಾರು 20 ಬಿಲಿಯನ್ ಮೆಟ್ರಿಕ್ ಟನ್ ನೀರು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸುಪ್ತ ಶಾಖದ ಬಿಡುಗಡೆಯು ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಸುಂಟರಗಾಳಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಉತ್ಪಾದಿಸಬಹುದು.

ಚಂಡಮಾರುತಗಳು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ 800 ಕಿ.ಮೀ (500 ಮೈಲಿಗಳು) ಕ್ರಮಿಸಬಹುದು. ಚಂಡಮಾರುತಗಳಿಂದ ಹಾನಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿ, ಮಳೆ ಮತ್ತು ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡ ಕೇಂದ್ರವು ಭೂಮಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಿಸುತ್ತದೆ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯು ಸಮುದ್ರದ ನೀರನ್ನು ಸಾಗರದಾದ್ಯಂತ ತೀರದ ಮೇಲೆ ಬೀಸುವುದರಿಂದ ಚಂಡಮಾರುತದ ಉಲ್ಬಣವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹದಗೆಡುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಗ್ಗು ಕರಾವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹವು ವಿನಾಶಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು.

ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತದ ಮಧ್ಯಭಾಗವು ಮೊದಲ ಭಾರಿಗೆ ಕರಾವಳಿಯ ಭೂಪ್ರದೇಶದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದೇಭೂ ದರ್ಶನ (ಲ್ಯಾಂಡ್‌ಫಾಲ್) ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಚಂಡಮಾರುತದ ಕಣ್ಣು ನೀರಿನ ಮೇಲಿರುವ ಭೂಮಿಗೆ ಚಲಿಸಿದಾಗ ಭೂ ದರ್ಶನ ಎನ್ನಬಹುದು. ಚಂಡಮಾರುತವು 'ಭೂಮಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದೆ' ಅಥವಾ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಇದರ ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಚಂಡಮಾರುತವು ಲ್ಯಾಂಡ್ ಫಾಲ್ ಆಗುವ ಗಂಟೆಗಳ ಮೊದಲೇ ಮಳೆ ಮತ್ತು ಧೂಳಿನ ಬಿರುಗಾಳಿಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಭೂ ದರ್ಶನ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಭಾರಿ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಸಾಗಿಸುತ್ತದೆ, ಮಳೆಯನ್ನು ಹೊಡೆಯುತ್ತದೆ, ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ನೆರೆಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರಿಗೆ ಅಪಾಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಚಂಡಮಾರುತ ಅಥವಾ ಚಂಡಮಾರುತವು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸಾಗರದ ನೀರಿನಿಂದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯದ ಕಾರಣ ಭೂಮಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದ ನಂತರ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವೇಗವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಅದು ಅಷ್ಟು ಬೇಗ ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳು:

ಚಂಡಮಾರುತದ ಬೆದರಿಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವಿಶಾಲವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು:

- ಚಂಡಮಾರುತದ ಋತುವಿಗೂ ಮುನ್ನ ತಕ್ಷಣವೇ
- ಚಂಡಮಾರುತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡಿದಾಗ
- ಸ್ಥಳಾಂತರಕ್ಕೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದಾಗ
- ಚಂಡಮಾರುತವು ಕರಾವಳಿಯನ್ನು ದಾಟಿದಾಗ

ಚಂಡಮಾರುತದ ಋತುವಿಗಿಂತ ಮೊದಲು:

- ಮನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ; ಸಡಿಲವಾದ ಟೈಲ್ ಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿ, ಬಾಗಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳ ರಿಪೇರಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ
- ಮನೆಯ ಹತ್ತಿರ ಒಣಗಿದ ಕೊಂಬೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಕ್ಷೀಣವಾದ ಮರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ; ಕಟ್ಟಿಗೆ ರಾಶಿಗಳು, ಸಡಿಲವಾದ ತಗಡು ಹಾಳೆಗಳು, ಸಡಿಲವಾದ ಇಟ್ಟಿಗೆಗಳು, ಕಸದ ಡಬ್ಬಿಗಳು, ಸೈನ್-ಬೋರ್ಡ್ ಗಳು ಮುಂತಾದ ಆಂಕರ್ ತೆಗೆದುಹಾಕಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳು ಬಲವಾದ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹಾರಬಲ್ಲವು
- ಕೆಲವು ಮರದ ಹಲಗೆಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧವಾಗಿಡಿ, ಇದರಿಂದ ಗಾಜಿನ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಬಹುದು, ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ
- ಸೀಮೆಎಣ್ಣೆ, ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾಲಿತ ಟಾರ್ಚ್ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಒಣ ಕೋಶಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಹರಿಕೇನ್ ಲ್ಯಾಂಟರ್ನ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ
- ಶಿಥಿಲಗೊಂಡ ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ಕೆಡವಿ
- ಟ್ರಾನ್ಸಿಸ್ಟರ್ ಗಳಿಗಾಗಿ ಕೆಲವು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ
- ಕೆಲವು ಹಾಳಾಗದ ಒಣ ಆಹಾರವನ್ನು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿಡಿ

ಚಂಡಮಾರುತದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದಾಗ:

- ರೇಡಿಯೋವನ್ನು ಆಲಿಸಿ (ಅಖಿಲ ಭಾರತ ರೇಡಿಯೋ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಹವಾಮಾನ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ).

- ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇರಿಸಿ. ಇದು ಚಂಡಮಾರುತ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಾಗಿ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ರವಾನಿಸಿ.
- ವದಂತಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹರಡಬೇಡಿ; ಇದು ಭೀತಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಅಧಿಕೃತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಂಬಿ
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಸೈಕ್ಲೋನ್ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿದಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ ಆದರೆ ರೇಡಿಯೋ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳಿಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶವು ಚಂಡಮಾರುತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ಕರಾವಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶದ ಕಡಲ ತೀರಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ದೂರಹೋಗಿ.
- ನಿಮ್ಮ ದಾರಿಯು ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಮೊದಲು ಎತ್ತರದ ನೆಲಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಬೇಗನೆ ಹೊರಡಿ
- ವಿಳಂಬ ಮಾಡಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಡಿ
- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಎತ್ತರದ ನೆಲದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದರೆ, ಮನೆಯ ಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಿರಿ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಕೇಳಿದರೆ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹೊರ ಹೋಗಲು ಹಿಂಜರಿಯ ಬೇಡಿ.
- ಗಾಜಿನ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿ ಅಥವಾ ಚಂಡಮಾರುತದ ಶಬ್ದ ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.
- ಹೊರಗಿನ ಬಾಗಿಲುಗಳಿಗೆ ಬಲವಾದ ಸೂಕ್ತ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಮರದ ಹಲಗೆಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಸ್ಲಿಂಟರ್ ಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಕನ್ನಡಕಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾಗದದ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಇದು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸದಿರಬಹುದು.
- ಅಡುಗೆ ಮಾಡದೆ ತಿನ್ನಬಹುದಾದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಿದ್ಧ ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ, ಇದನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾದ ಒಳಗಿನ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
- ನೀವು ಮನೆಯನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸ ಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರವಾಹ ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ನಿಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮೇಲಿನ ಮಹಡಿಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಹರಿಕೇನ್ ಲ್ಯಾಂಟರ್ನ್, ಟಾರ್ಚ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ತುರ್ತು ದೀಪಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಕೈಗೆಟುಕುವಂತೆ ಇರಿಸಿ.
- ಬಲವಾದ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹಾರಬಲ್ಲ ಸಣ್ಣ ಮತ್ತು ಸಡಿಲವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು.
- ಗಾಳಿಗೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿರುವ ಬದಿಗೆ ಎದುರಿನ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಿಟಕಿ ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ವಿಶೇಷ ಆಹಾರ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿ.
- ಚಂಡಮಾರುತದ ಕೇಂದ್ರವು ನೇರವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ಜೋರಾದ ಮಳೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ; ಏಕೆಂದರೆ ಅದರ ನಂತರ ತಕ್ಷಣವೇ, ಚಂಡಮಾರುತವು ಪುನರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ ಮೇನ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ವಿಚ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ.
- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ.

ಸ್ಥಳಾಂತರಕ್ಕೆ ಆದೇಶಿಸಿದಾಗ:

- ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ಯಾಕಾಡಿ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಶುಗಳು, ಮಕ್ಕಳು, ಹಿರಿಯರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಆಹಾರ ಇರಬೇಕು.
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಸೂಚಿಸಲಾದ ಸರಿಯಾದ ಆಶ್ರಯ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಬಿಂದುಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸ ಬೇಡಿ
- ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಉಸ್ತುವಾರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ನೀವು ಹೊರಹೋಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವವರೆಗೆ ಅದೇ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿರಿ

ಚಂಡಮಾರುತದ ನಂತರದ ಕ್ರಮಗಳು:

- ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಮರಳಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸುವವರೆಗೆ ನೀವು ಅದೇ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿರಬೇಕು.
- ನೀವು ತಕ್ಷಣವೇ ರೋಗಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಪಡೆಯಬೇಕು.
- ದೀಪದ ಕಂಬಗಳಿಂದ ಯಾವುದೇ ಸಡಿಲವಾದ ಮತ್ತು ನೇತಾಡುವ ತಂತಿಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಆವರಣದಿಂದ ಅವಶೇಷಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣ ತೆರವುಗೊಳಿಸಿ.
- ಸರಿಯಾದ ನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಿ.

ನಾಲ್ಕು ಹಂತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆ:

ಚಂಡಮಾರುತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. "ಪ್ರಿ-ಸೈಕ್ಲೋನ್ ವಾಚ್" ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಮೊದಲ ಹಂತದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯು 72 ಗಂಟೆಗಳ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಹಿಂದೂ ಮಹಾಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಚಂಡಮಾರುತದ ಅಡಚಣೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಅಡಚಣೆಯು ಉಷ್ಣವಲಯದ ಚಂಡಮಾರುತವಾಗಿ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿ ವಲಯವು ಪ್ರತಿಕೂಲ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಮುಂಜಾವು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಬುಲೆಟಿನ್ ಅನ್ನು IMD ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಹಿರಿಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಕಡಲ ರಾಜ್ಯಗಳ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಳಗೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಬಣ್ಣದ ಕೋಡ್ ಗಳನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಬಯಸಿದಂತೆ ಚಂಡಮಾರುತ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಬುಲೆಟಿನ್ ಗಳ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಹಂತ	ಬಣ್ಣದ ಸಂಕೇತ (ಕಲರ್ ಕೋಡ್)
ಚಂಡಮಾರುತ ಪ್ರಕಟಣೆ	ಹಳದಿ(ಯೆಲ್ಲೋ-Yellow)
ಚಂಡಮಾರುತ ಎಚ್ಚರಿಕೆ	ಕಿತ್ತಳೆ (ಆರೇಂಜ್-Orange)
ಭೂ ಸ್ಪರ್ಶದ ನಂತರದ ನೋಟ	ಕೆಂಪು (ರೆಡ್-Red)

ಕರಾವಳಿಯಿಂದ 75 ಕಿ.ಮೀ. ಭಾರತೀಯ ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಕರಾವಳಿ ಬುಲೆಟಿನ್ ಗಳು ಮತ್ತು 75 ಕಿ.ಮೀ.ಗಳ ಆಚೆಗಿನ ಸಮುದ್ರ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಸಮುದ್ರ ಪ್ರದೇಶದ ಬುಲೆಟಿನ್ ಗಳು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಹವಾಮಾನದಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ಬಾರಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದ ಹವಾಮಾನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮೀನುಗಾರರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ, ಕರಾವಳಿ ನಿವಾಸಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಮೀನುಗಾರರಿಗೆ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರದ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ ಮತ್ತು ಅಖಿಲ ಭಾರತ ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದೂರದರ್ಶನ (ದೂರದರ್ಶನ) ಪ್ರಸಾರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಮೂಲಕ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ (ಕ್ಲೌಡ್ ಬಸ್ಟ್)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:.

- » ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ?
- » ಮೇಘಸ್ಫೋಟದ ಭಯಾನಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು
- » ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳು
- » ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯು ಮೇಘಸ್ಫೋಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ
- » ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಕಾರಣ
- » ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ಸಂಭವಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಮೇಘಸ್ಫೋಟವು ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉತ್ತರಾಖಂಡದ ಗರ್ವಾಲ್ ಮತ್ತು ಕುಮಾವೂನ್ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದೆ. ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ವಿಷಯಗಳು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಸಾವಿರಾರು ಜನರ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಜೀವ, ಆಸ್ತಿ, ಜೀವನೋಪಾಯ ಮತ್ತು ಪರಿಸರವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.



ಕೆಲವೇ ಚದರ ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ 100 ಮಿ.ಮೀ. ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮಳೆಯಾದರೆ ಸೀಮಿತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಮಳೆಯು ಮೇಘಸ್ಫೋಟವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮೇಘಸ್ಫೋಟಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಮೋಡಗಳು ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಸಿಡಿಯುವ ನೀರಿನ ಘನ ರಾಶಿ ಎಂದು ನಾವು ಮೊದಲೇ ನಂಬಿದ್ದೇವೆ.

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ

1. ಮೋಡಗಳ ಕೆಳಗಿನ ನೆಲದಿಂದ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಗಾಳಿಯ ಪ್ರವಾಹವು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಧಾವಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಾಗಿಸುತ್ತದೆ.
2. ಮಳೆ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಬೀಳಲು ವಿಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮೋಡಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಘನೀಕರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಹೊಸ ಹನಿಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ಹನಿಗಳನ್ನು ಅಪ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ನಿಂದ ಮತ್ತೆ ಅದರೊಳಗೆ ತಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಗಾಳಿಯ ಪ್ರವಾಹವು ನಿಧಾನವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೋಡಗಳು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಮಳೆಹನಿಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
3. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಮಳೆಯು ಒಂದು ಎಕರೆ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ 70,000 ಟನ್ ಗಳಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಸುರಿಸಬಹುದು.
4. ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಕಡಿಮೆ ಮಾನ್ಸೂನ್ ಮೋಡಗಳನ್ನು ಎತ್ತರದ ಪರ್ವತಗಳು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಪರ್ವತಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೇಘಸ್ಫೋಟ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಬೇರೆಡೆಯೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ ಘಟನೆ

ಹವಾಮಾನ ವೀಕ್ಷಣಾಲಯಗಳ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಹಿಮಾಲಯದ ಅನೇಕ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟದ ಘಟನೆಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಇವು ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ಸಾವು ನೋವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಷ್ಟದ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ತೊರೆಗಳ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಸಂಭವಿಸುವ ಮುಳುಗುವಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಈ ಘಟನೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಳಚರಂಡಿಗಳು ಮತ್ತು ತೊರೆಗಳು ಅವಶೇಷಗಳ ಹರಿವಿನಿಂದ ಮುಳುಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಈ ವಿದ್ಯಮಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಳಿಜಾರು ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಸವೆತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ, ಇದು ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚಯನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಕಾಲುವೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು.

ಮೇಘಸ್ಫೋಟದ ಭಯಾನಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು

1. ದಿಢೀರ್ ಪ್ರವಾಹಗಳು
2. ರಸ್ತೆ ಮುಚ್ಚುವಿಕೆಗಳು
3. ಭಾರಿ ವಿದ್ಯುತ್ಕೃತಿ ಸ್ಫೂರ್ತಿ
4. ಬೆಳೆ ನಾಶ
5. ಭೂಕುಸಿತಗಳು
6. ಅಪಘಾತಗಳು
7. ಮುಳುಗುವುದು
8. ಆಸ್ತಿ ಹಾನಿ
9. ಜಾನುವಾರುಗಳ ಸಾವು
10. ಸಮೀಪದ ಅಣೆಕಟ್ಟುಗಳ ಮೇಲೆ ಅಪಾರ ಒತ್ತಡ

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟದ ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳು

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟದ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳು:

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ ತಡೆಯಲು ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಉನ್ನತ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಬಹುದು. ಮೇಘಸ್ಫೋಟವು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಜನರ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುವ ಮುನ್ನವೇ ಕ್ಷಣಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಭಾರಿ ಪ್ರವಾಹವ ಆಗಬಹುದು. ನೀರು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ಕಲ್ಮಗಳ ರಾಶಿ ಎಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ಅದು ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯು ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ

ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯು ಇತರೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳಂತೆ ಮೇಘಸ್ಫೋಟದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ವಿಪತ್ತುಗಳ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅವರ್ತನವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಜಮ್ಮು ಕಾಶ್ಮೀರ, ಹಿಮಾಚಲ ಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಉತ್ತರಾ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಮೇಘಸ್ಫೋಟದ ಘಟನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ

- ✓ ಯಾವಾಗಲೂ ನೀರಿನ ಕಾಲುವೆಗಳಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಮನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು, ನದಿ ವೀಕ್ಷಣೆಗೆ ಬೀಳಬೇಡಿ.
- ✓ ಇಳಿಜಾರುಗಳು ಸೌಮ್ಯವಾಗಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಯೂ ಸಹ, ನೀರಿನ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಹರಿವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಮತ್ತು

ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ಅದು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಬಿಂದುವಿನಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿರಲಿ.

- ✓ ಮೇಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮೇಘಸ್ಫೋಟವು ನೀರಿನ ಕಾಲುವೆಗಳ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಪ್ರವಾಹವನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸ ಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶದ ನದಿಗಳ ಬಳಿ ಹೋಗುವ ಯಾರಾದರೂ ನೀರಿನ ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ಹರಿವಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.
- ✓ ಕ್ಲೌಡ್ ಬರ್ಸ್ಟ್ ನಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ಭೂಕುಸಿತಗಳಿಗೆ ಪರ್ವತ ಏಣುಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ.
- ✓ ನದಿಯ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟವು ಹತ್ತಿರದ ಮನೆಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತವೆ.

ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು ಬಹುತೇಕ ಪ್ರವಾಹದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೋಡಿದ ವಿಷಯಗಳಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಎಲ್ಲಾ ನಿವಾಸಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ.
- ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಳೆಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ಥಳಾಂತರಗೊಳ್ಳಲು ಸೂಕ್ತ ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಪರ್ವತ ಭಾಗದಿಂದ ಬರುವ ಯಾವುದೇ ಅಲುಗಾಟದ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಈ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಭಾರಿ ಮಳೆಯನ್ನು ಸುರಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ.
- ಸುದ್ದಿ ನವೀಕರಣಗಳಿಗಾಗಿ ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳು ಮತ್ತು ಕೈಗವಸುಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಬಲವಾದ ಹಗ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಸುಸಜ್ಜಿತ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ರಕ್ಷಣಾ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.
- ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಆಹಾರ ಪೂರೈಕೆಗಳಿಗೆ ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ಒಯ್ಯಿರಿ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಸ್ಥಳಾಂತರಕ್ಕೆ ಕೊನೆಯ ಕ್ಷಣದವರೆಗೆ ಕಾಯಬೇಡಿ.
- ನೇರವಾಗಿ ಕಣಿವೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕೆಳಮುಖವಾಗಿ ಚಲಿಸಬೇಡಿ.
- ಕುತೂಹಲದ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಚೋದನೆ ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಹಿಂದಿಕ್ಕಲು ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ತಕ್ಷಣ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ ಮತ್ತು ಮನೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಕಾಯಬೇಡಿ.
- ಮೇಘ ಸ್ಫೋಟದಲ್ಲಿ ಕಲುಷಿತವಾದ ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಕುಡಿಯಬೇಡಿ,
- ಆಹಾರ ಸಿದ್ಧತೆಗಾಗಿ ಸಂಭಾವ್ಯ ಕಲುಷಿತ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ಲೂಟಿಯ ನಡೆಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಡುವಾಗ ಬಾಗಿಲು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಅನ್ ಲಾಕ್ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಗುಡುಗು ಮತ್ತು ಸಿಡಿಲು (ಮಿಂಚು)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:.

- » ಮಿಂಚು ಹಾಗೂ ಗುಡುಗು/ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿ
- » ಗುಡುಗಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಗತಿಗಳು
- » ಗುಡುಗು ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು
- » ಗುಡುಗು ಹಾಗೂ ಸಿಡಿಲು ಸಂಭವಿಸುವಾಗ ಹಾಗೂ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು.
- » ಗುಡುಗು ಹಾಗೂ ಸಿಡಿಲಿನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ?
- » ಮನೆಯ ಒಳಗೆ/ಹೊರಗೆ ಮಿಂಚಿನ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿಯು ಒಂದು ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಹವಾಮಾನ ಅಡಚಣೆಯಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಮಿಂಚು, ಗುಡುಗು, ದಟ್ಟವಾದ ಮೋಡಗಳು, ಭಾರಿ ಮಳೆ ಅಥವಾ ಆಲಿಕಲ್ಲು ಮತ್ತು ಬಲವಾದ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ವಾತಾವರಣದ ತಂಪಾದ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ದೊಡ್ಡ, ತ್ವರಿತ ಅಪ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ನಲ್ಲಿ ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ತೇವಾಂಶದ ಗಾಳಿಯ ಪದರಗಳು ಏರಿದಾಗ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಅಪ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್



ನಲ್ಲಿರುವ ತೇವಾಂಶವು ಘನೀಕರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎತ್ತರದ ಕ್ಯುಮುಲೋನಿಂಬಸ್ ಮೋಡಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು, ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಮಳೆ. ತಂಪಾದ ಗಾಳಿಯ ಸ್ತಂಭಗಳು ನಂತರ ಭೂಮಿಯ ಕಡೆಗೆ ಧಾವಿಸುತ್ತವೆ, ಬಲವಾದ ಡೌನ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಅಡ್ಡವಾದ ಗಾಳಿ ಜೊತೆಗೆ ನೆಲಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸುತ್ತವೆ. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯುತ್ ಪೂರಣಗಳು (ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಚಾರ್ಜ್) ಮೋಡದ ಕಣಗಳ ಮೇಲೆ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತವೆ (ನೀರಿನ ಹನಿಗಳು ಮತ್ತು ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ). ಸಂಗ್ರಹವಾದ ವಿದ್ಯುತ್ ಚಾರ್ಜ್ ಸಾಕಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾದಾಗ ಮಿಂಚಿನ ವಿಸರ್ಜನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಮಿಂಚು ಅದು ಹಾದು ಹೋಗುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಎಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಮತ್ತು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ಆಘಾತದ ಅಲೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ; ಈ ಆಘಾತದ ಅಲೆಗಳು ಚಪ್ಪಾಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಗುಡುಗಿನ ಉರುಳುಗಳಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ತೀವ್ರವಾದ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಗಾಳಿಯ ಸುರುಳಿಗಳು ಸುಂಟರಗಾಳಿಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವಷ್ಟು ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗುತ್ತವೆ.

ಮಿಂಚು ಹಾಗೂ ಗುಡುಗು/ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿ

ಗುಡುಗು ಬೆಳೆದಂತೆ, ಮೋಡದೊಳಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಚಾರ್ಜ್ ಗಳು ಸಂಗ್ರಹಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೆಳಗಿನ ನೆಲವು ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಚಾರ್ಜ್ ಆಗಿದೆ. ನಡುವಿನ ಆಕರ್ಷಣೆ ಧನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಋಣಾತ್ಮಕ ಚಾರ್ಜ್ ಗಳು ವಿದ್ಯುತ್ ಹರಿವಿಗೆ ಗಾಳಿಯ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಲವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ವಿದ್ಯುದಾವೇಶದ ಕೆಳಮುಖ ಹರಿವು ನೆಲದ ಮಟ್ಟದಿಂದ 15 ರಿಂದ 50 ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ನೆಲದ ವಿರುದ್ಧ ಚಾರ್ಜ್ ಅನ್ನು

ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಇದು ಮಿಂಚಿನ ಭಾರಿ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಮಿಂಚನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಮಿಂಚಿನ ಗೆರೆಯು ಮಿಂಚಿದಾಗ, ನೀವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ನಂತರ ಗುಡುಗಿನ ಸದ್ದು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ. ನಾವು ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇವೆ ಏಕೆಂದರೆ ಮಿಂಚು ಗಾಳಿಯನ್ನು 43,000 ಡಿಗ್ರಿಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಿಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಗಾಳಿ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಮಿಂಚಿನ ನಂತರ ಗಾಳಿಯು ಬೇಗನೆ ತಂಪಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿಂಚಿನ ಸುತ್ತ ಗಾಳಿಯ ಈ ತ್ವರಿತ ವಿಸ್ತರಣೆ ಮತ್ತು ಸಂಕೋಚನವು ಗಾಳಿಯ ಅಣುಗಳು ಹಿಂದಕ್ಕೆ



ಮತ್ತು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಚಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಧ್ವನಿ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ನಾವು ಗುಡುಗಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಮತ್ತು ತಂಪಾದ ಗಾಳಿಯ ಪದರಗಳು ಧ್ವನಿ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಬಾಗುತ್ತವೆ; ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಕೆಲವೇ ಮೈಲಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ದೂರದ ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳಲು ನಿಮಗೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಗುಡುಗು ರಂಬಲ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಚೂಪಾದ ಮಿಂಚಿನ ಹೊಡೆತದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಧ್ವನಿ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇವೆ. ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ನ ಮೇಲಿನಿಂದ ಗುಡುಗು ನೆಲದ ಬಳಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಗುಡುಗಿಗಿಂತ ನಮ್ಮನ್ನು ತಲುಪಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಗುಡುಗಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಗತಿಗಳು

- ✓ ಅವು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ, ಸಮೂಹಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಾಲಾಗಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.
- ✓ ಗುಡುಗು/ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 30 ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಭಾರಿ ಮಳೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ.
- ✓ ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ಆರ್ದ್ರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಗುಡುಗು/ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿ ಸಂಭವಿಸಲು ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿವೆ.
- ✓ ಗುಡುಗು/ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಬಿರುಗಾಳಿ ಸಿಡಿಲಿನ ಸುಮಾರು 10 % ಅನ್ನು ತೀವ್ರ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ - ಕನಿಷ್ಠ ಮುಕ್ಕಾಲು ಇಂಚು ವ್ಯಾಸದ ಆಲಿಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಒಂದು ಗಂಟೆಗೆ ಸುಮಾರು 58 ಮೈಲಿಗಳು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ:

- ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಎತ್ತರದ, ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಮರದಂತಹ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮಿಂಚು ವಾಹಕಗಳು.
- ಬೆಟ್ಟದ ತುದಿಗಳು, ತೆರೆದ ಹೊಲಗಳು, ಕಡಲತೀರ, ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಮೇಲಿನದೋಣೆ.
- ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಶೆಡ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಸಣ್ಣ ರಚನೆಗಳು.
- ಯಾವುದೇ ಲೋಹ- ಟ್ರಾಕ್ಟರ್ ಗಳು, ಕೃಷಿ ಉಪಕರಣಗಳು, ಮೋಟಾರ್ ಸೈಕಲ್ ಗಳು, ಗಾಲ್ಫ್ ಗಾಡಿಗಳು, ಗಾಲ್ಫ್ ಕ್ಲಬ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಬೈಸಿಕಲ್ ಗಳು.

ಗುಡುಗು ಹಾಗೂ ಸಿಡಿಲು ಸಂಭವಿಸುವಾಗಲಿವು ಮಾಡಬೇಕು?

ನೀವು ಇರುವ ಪ್ರದೇಶ	ಆ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ತಕ್ಕನಾಗಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು
ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ	ಸಣ್ಣ ಮರಗಳ ದಟ್ಟವಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಿರಿ.
ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶ	ಕಂದರ ಅಥವಾ ಕಣಿವೆಯಂತಹ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ. ಹಠಾತ್ ಪ್ರವಾಹದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ.
ತೆರೆದ ನೀರಿನ ಮೇಲೆ	ಭೂಮಿಯನ್ನು ಸಮೀಪಿಸಿ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣವೇ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ.
ಎಲ್ಲಿಯಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ (ಇದು ಮಿಂಚು ಹೊಡೆಯಲಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ)	ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳ ಚೆಂಡುಗಳ ಮೇಲೆ (ನಿಮ್ಮ ಕಾಲ್ಕೆರಳುಗಳ ಮೇಲೆ) ನೆಲಕ್ಕೆ ತಗ್ಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕ ಗುರಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನೆಲಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ. ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ಮಲಗಬೇಡಿ.

ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು

ಮಿಂಚನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರಕ್ಷಣೆಯಾಗಿದೆ. ಹೊಡೆಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಹೊರಾಂಗಣ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಮಾಡಬೇಕಾದವುಗಳು

- **ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು:-** ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಮೊದಲು ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಮುನ್ಸೂಚನೆಯು ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆಯನ್ನು ಎಂದಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸ ಅಥವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದೂಡಿ, ಅಥವಾ ಸಾಕಷ್ಟು ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- **ಒಳಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ**
- "ಗುಡುಗು ಘರ್ಜಿಸಿದಾಗ, ಮನೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗು" ಎಂಬ ನುಡಿಗಟ್ಟನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ನೀವು ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ, ಸುತ್ತವರಿದ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿ. ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಗಳು, ಕಚೇರಿಗಳು, ಶಾಪಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಿದ ಹಾರ್ಡ್-ಟಾಪ್ ವಾಹನಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೂ ತಕ್ಷಣವೇ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಿರಿ

- ನೀವು ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ, ಸಾಕಷ್ಟು ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಹುಡುಕಲು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಕ್ರಮವೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಪಾಯದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೊರಗಿಡುವುದು. ಬಾಗಿ ಕೂರುವುದು ಅಥವಾ ನೆಲದಲ್ಲಿ ಮಲಗುವುದು ನಿಮಗೆ ಸಿಡಿಲಿನ ಹೊಡೆತದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಪಾಯದಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾಪಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ತೀವ್ರವಾದ ಗುಡುಗು/ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದು ಗಾಯ ಅಥವಾ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದಾದ ಸತ್ತ ಅಥವಾ ಕೊಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಕೊಂಬೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.

ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು:

ಬೆಟ್ಟಗಳು, ಪರ್ವತ ಏಣುಗಳು ಅಥವಾ ಶಿಖರಗಳಂತಹ ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ತಕ್ಷಣ ಇಳಿಯಿರಿ.

ಎಂದಿಗೂ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ಮಲಗಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ಸಿಕ್ಕಿಸಿಕೊಂಡು ಚೆಂಡಿನಂತೆ ಬಗ್ಗಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳ ಮೇಲೆ

ಕೈಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ, ಇದರಿಂದ ನೀವು ನೆಲದೊಂದಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಸಂಪರ್ಕದೊಂದಿಗೆ ಕೆಳಗಿರುತ್ತಿರಿ.

ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಎಂದಿಗೂ ಆಶ್ರಯ ಹೊಂಡಬೇಡಿ.

ಆಶ್ರಯಕ್ಕಾಗಿ ಬಂಡೆ ಅಥವಾ ಬಂಡೆಯ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಗ್ ಅನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಬಳಸಬೇಡಿ.

ತಕ್ಷಣ ಕೊಳಗಲು, ಸರೋವರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ನೀರಿನ ದೇಹಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬನ್ನಿ ಮತ್ತು ದೂರ ಹೋಗಿ.

ವಿದ್ಯುತ್ ನಡೆಸುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ (ಮುಳ್ಳು ತಂತಿ ಬೇಲಿಗಳು, ವಿದ್ಯುತ್ ತಂತಿಗಳು, ಗಾಳಿಯಂತ್ರಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ) ದೂರವಿರಿ.

ಗುಡುಗು ಸಿಡಿಲಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರಿ. ಇದರಿಂದ ಸಿಡಿಲು ನೆಲಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದರೆ ಗಾಯಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

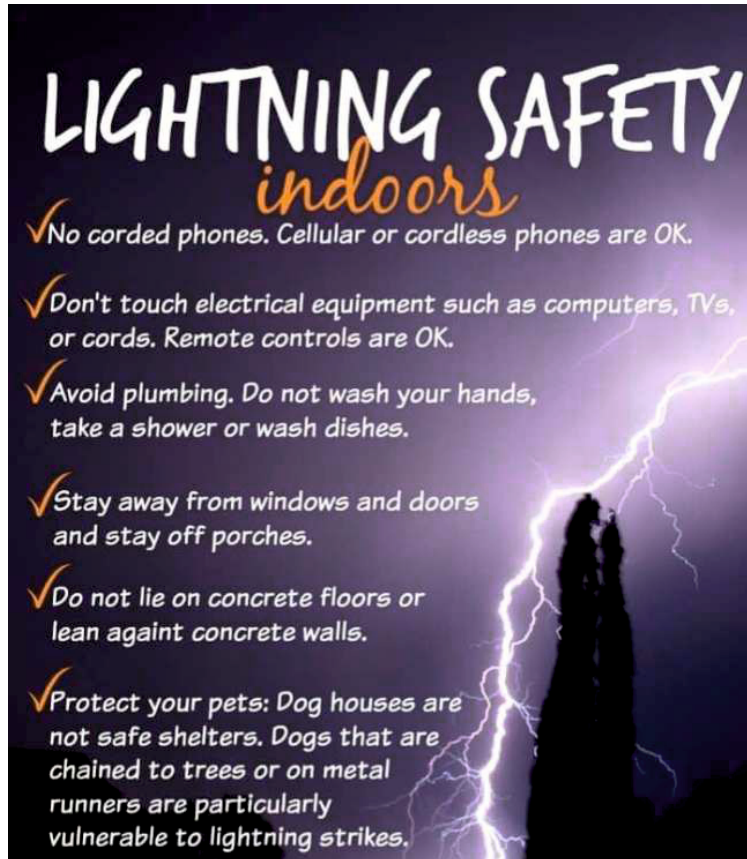
ಮಾಡಬೇಡಿ

ತೆರೆದ ವಾಹನಗಳು, ರಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬೇಡಿ

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕನ್ಸ್ಟ್ರಿಬಲ್ ಕಾರುಗಳು, ಮೋಟಾರ್ ಸೈಕಲ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಲ್ಫ್ ಗಾಡಿಗಳಂತಹ ತೆರೆದ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುವುದು ತಪ್ಪಿ. ಮುಖಮಂಟಪಗಳು, ಗಜೆಟೋಗಳು, ಬೇಸ್ ಬಾಲ್ ಡಗ್ ಔಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾರಂಗಗಳಂತಹ ತೆರೆದ ರಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಇರಬೇಡಿ. ಗಾಲ್ಫ್ ಕೋರ್ಸ್ ಗಳು, ಉದ್ಯಾನವನಗಳು, ಆಟದ ಮೈದಾನಗಳು, ಕೊಳಗಲು, ಸರೋವರಗಳು, ಈಜು ಕೊಳಗಲು ಮತ್ತು ಕಡಲ ತೀರಗಳಂತಹ ತೆರೆದ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.

ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಬಳಿ ಉಳಿಯಬೇಡಿ

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆಯಾಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಬೇಡಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಒರಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಮಿಂಚು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ನೆಲಹಾಸುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ತಂತಿಗಳು ಅಥವಾ ಬಾರ್ ಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.



ಒಳಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು

ಸಿಡಿಲಿನ ಮಳೆ ಬರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯವಾಗಿದ್ದರೂ, ನೀವು ಇನ್ನೂ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರಬಹುದು. ಸುಮಾರು ಮೂರನೇ ಒಂದು ಭಾಗದಷ್ಟು ಮಿಂಚು-ಹೊಡೆತದ ಗಾಯಗಳು ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮಿಂಚಿನಿಂದ ಹೊಡೆಯುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.

- ನಿಮ್ಮ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿ ಲೈಟಿಂಗ್ ಕಂಡಕ್ಟರ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅವುಗಳ ಸೇವಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ನೀರಿನೊಡನೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕ ತಪ್ಪಿಸಿ

ಸ್ನಾನ, ಶವರ್ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಬೇಡಿ, ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಬರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಇತರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಡಿ ಏಕೆಂದರೆ ಮಿಂಚು ಕಟ್ಟಡದ ನಲ್ಲಿಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.

- ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಬಳಕೆ ತಪ್ಪಿಸಿ

ನಿಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಗಳು, ಲ್ಯಾಪ್ ಟಾಪ್ ಗಳು, ಗೇಮ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ ಗಳು, ವಾಷರ್ ಗಳು, ಡ್ರೈಯರ್ ಗಳು, ಸ್ಟವ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ ಔಟ್ ಲೆಟ್ ಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಬಳಸಬೇಡಿ. ಮಿಂಚು ವಿದ್ಯುತ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ದೂರದರ್ಶನ ಸ್ವಾಗತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಮತ್ತು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ನೆಲಹಾಸುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ತಂತಿಗಳು ಅಥವಾ ಬಾರ್ ಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮನೆಯ ಸರ್ಜ್ ಪ್ರೊಟೆಕ್ಟರ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಜ್ಜುಮಾಡಿ.

- ಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿದ ಫೋನ್ ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಬಿರುಗಾಳಿ ಬರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿದ ಫೋನ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಚಂಡಮಾರುತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡ್ ಲೈನ್ ಅಥವಾ ಸೆಲ್ಯುಲಾರ್ ಫೋನ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ.

- ಕಿಟಕಿಗಳು, ಬಾಗಿಲುಗಳು, ಮುಖಮಂಟಪಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಅನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಬೇಡಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ವಾಲುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಮಿಂಚು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ನೆಲಹಾಸುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ತಂತಿಗಳು ಅಥವಾ ಬಾರ್ ಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.

ಸಿಡಿಲು (ಮಿಂಚು): ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು

ಕ್ಯಾಂಪಿಂಗ್, ಕ್ಲೈಂಬಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಹೈಕಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಮಿಂಚಿನ ಬಿರುಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಷ್ಟ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಹೊರಾಂಗಣ ಮನೋರಂಜನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಮಿಂಚಿನ ಆಘಾತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು:

ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ನೂಚನೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಪರ್ವತಗಳಲ್ಲಿ ಪಾದಯಾತ್ರೆ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಏರುವ ಮೊದಲು, ಯಾವಾಗಲೂ ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ನೂಚನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಪರ್ವತಗಳಲ್ಲಿ ಮಿಂಚಿನೊಂದಿಗೆ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಗುಡುಗುಗಳು ಬೇಸಿಗೆಯ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಅಥವಾ ಸಂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಗುಡುಗು ಘರ್ಜಿಸಿದಾಗ, ಮನೆಯೊಳಗೆಹೋಗಿ. ಚಂಡಮಾರುತದ ಆರಂಭ ಮತ್ತು ಅಂತ್ಯವು ಅತ್ಯಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಮಯವಾಗಿದೆ. ನಿಮಗೆ ನೀಲಿ ಆಕಾಶ ಕಂಡರೂ, ನೀವು ಇನ್ನೂ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದು.

ಲೋಹವನ್ನು ಒಯ್ಯಬೇಡಿ. ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು (ಉದಾ, ಸ್ಕೀಸ್, ಸ್ಕೀ-ಪೋಲ್ ಗಳು, ಆಂಟೆನಾಗಳು, ಐಸ್-

ಕೊಡಲಿಗಳು) ಒಯ್ಯಬೇಡಿ. ನೀವು ಭುಜದ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಉದ್ದದ ಕಂಡಕ್ಟರ್ ಅನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವಾಗ ನೇರ ಹೊಡೆತದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತವೆ.

ಲೋಹವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಲೋಹದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಸಿಡಿಲು ಬಡಿದ ಲೋಹದ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸುಡಲ್ಪಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು

ಚಂಡಮಾರುತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪಾದಯಾತ್ರೆ ಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶ ಹತ್ತುತ್ತಿರುವಾಗ ಈ 6 ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ :

- ಸಿಡಿಲಿನ ನೆಲದ ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರವಾಹಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವಿನ ಅಡ್ಡ ಘರ್ಷಣೆಗಳಿಂದ ಗಾಯಗೊಳ್ಳುವ ಜನರ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಗುಂಪಿನ ಇತರ ಸದಸ್ಯರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರಿ.
- ತಕ್ಷಣವೇ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿ, ಮತ್ತು ಚಂಡಮಾರುತದ ನಂತರ ಕನಿಷ್ಠ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಡೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಏರುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಡಿ.
- ಒದ್ದೆ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ (ಬೇಲಿಗಳು ಮತ್ತು ಕಂಬಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ) ದೂರವಿರಿ ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರಸವಿಸಬಹುದು.
- ನೀವು ಪರ್ವತಗಳಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಏಣುಗಳು, ಶಿಖರಗಳು, ಒಂಟಿ ಮರಗಳು, ವಿದ್ಯುತ್ ತಂತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಕೀಫ್ಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.
- ನೀವು ಕಾಡಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಕೆಳಗಿನ ಮರಗಳ ಬಳಿ ಇರಿ.
- ನೀವು ತೆರದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ, ಮಲಗಬೇಡಿ. ಮಿಂಚು 100 ಅಡಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದೂರದಲ್ಲಿ ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಿ ಬಹುದಾದ ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರವಾಹವನ್ನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಓಡುವುದು ನೆಲದ ಪ್ರವಾಹದಿಂದ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಪಾದಗಳು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಸಮಯವನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಜಾನುವಾರುಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ; ಅವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮೆಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ಮಿಂಚಿನಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು:

- **ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಬಿಡಬೇಡಿ.**

ಮಿಂಚಿನ ಚಂಡಮಾರುತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಬಿಡಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಮರಕ್ಕೆ ಸರಪಳಿಯಿಂದ ಕಟ್ಟಬೇಡಿ. ಡಾಗ್ ಹೌಸ್ ಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲ; ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಒಳಗೆ ತನ್ನಿ. ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ಕಾಲರ್ ಗಳು, ಲೆಶಸ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಹಾರ್ನೆಸ್ ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ನಿಂದ ಬದಲಿಸಿ.

ಮಿಂಚಿನಿಂದಾಗಿ ಗಾಯಗಳು

ಮಿಂಚು ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು:

ನೇರ ಸಿಡಿಲಿನ ಬಡಿತ: ಸಂತ್ರಸ್ತರು ನೇರ ಸಿಡಿಲಿನ ಬಡಿತದ ನಂತರವೂ ಉಳಿಯಬಹುದು ಆದರೆ ಇದು ತುಂಬಾ ಮಾರಣಾಂತಿಕ.

ಸಂಪರ್ಕ ಗಾಯ: ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಸಿಡಿಲು ಬಡಿದ ವಸ್ತುವಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಉದಾ : ಕಾರು ಅಥವಾ ಲೋಹದ ಕಂಬದಂತಹ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಮಿಂಚು ಹೊಡೆದಾಗ.

ಸೈಡ್ ಫ್ಲ್ಯಾಶ್: ಮಿಂಚು ಮರ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಬಡಿದು ಸಂತ್ರಸ್ತನ ಮೇಲೆ ಚಿಮ್ಮಿದಾಗ ಅಥವಾ ಪುಟಿದಾಗ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ನೆಲದ ಪ್ರವಾಹ: ಸಂತ್ರಸ್ತನ ಬಳಿ ಮಿಂಚು ನೆಲಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ನೆಲದ ಪ್ರವಾಹವು ಸ್ಟ್ರೈಕ್ ಪಾಯಿಂಟ್ ನಿಂದ ನೆಲದ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಳಗೆ ಹಾದು ಹೋದಾಗ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಸ್ಟ್ರೀಮರ್: ಮಿಂಚಿನ ಬಿರುಗಾಳಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯು ವಿದ್ಯುತ್ತಿಂದ ಚಾರ್ಜ್ ಆದಾಗ, ಶಕ್ತಿಯ ಸ್ಫೋಟಗಳು ಅಥವಾ ಸ್ಟ್ರೀಮರ್ ಗಳು ನೆಲದ ಬಳಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಬರಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಸ್ಟ್ರೀಮರ್ ಗಳು ಜನರ ಮೂಲಕ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದ ಜನರಿಗೆ ಹಾನಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ಫೋಟದ ಗಾಯ: ಮಿಂಚಿನ ಸ್ಫೋಟದ ಪರಿಣಾಮ, ಗುಡುಗು, ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಿವಿಯ ತಮಟೆಗಳು ಭಿದ್ರಗೊಂಡಿರುವುದು, ಅಥವಾ ಅವರು ಬಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಎಸೆಯಲ್ಪಟ್ಟಾಗ ಮೊಂಡಾದ ಆಘಾತದಂತೆ ಹದ್ದಿತ್ತೀಯ ಗಾಯ ಆಗಬಹುದು.

ಗುಡುಗು/ ಸಿಡಿಲಿನ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು

- ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ 112/108 ಗೆ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ನೀವು ಸಿಡಿಲು ಬಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ನೀಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು:
- **ಉಸಿರಾಟ** - ಉಸಿರಾಟ ನಿಂತಿದ್ದರೆ, ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ಉಸಿರು ಕೊಟ್ಟು ಪುನರುಜ್ಜೀವನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ .
- **ಹೃದಯ ಬಡಿತ** - ಹೃದಯ ಬಡಿತ ನಿಂತುಹೋಗಿದ್ದರೆ, CPR ನೀಡಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಇತರ ಸಂಭಾವ್ಯ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ. ಮಿಂಚು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸುಟ್ಟ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನರವ್ಯೂಹದ ಹಾನಿ, ಮುರಿದ ಮೂಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಶ್ರವಣ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿ ಯ ನಷ್ಟದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ಗುಡುಗು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಾಗಿದೆ

ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ 100-ಮಿಲಿಯನ್ ವೋಲ್ಟ್ ಮಿಂಚಿನ ಸಂಚಾರ ಗಾಳಿಯನ್ನು 40,000 °F ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಿಸಿ ಮಾಡಬಹುದು, ಇದು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅದು ತಣ್ಣಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸಂಕುಚಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಶಬ್ದತರಂಗಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ: ಅದೇ ಗುಡುಗು. ನೀವು ಮಿಂಚನ್ನು ನೋಡದಿದ್ದರೂ, ಗುಡುಗು ಎಂದರೆ ಅದು ಇದೆ, ಬಹುಶಃ ದಟ್ಟ ಮೋಡಗಳಿಂದ ಮರೆಯಾಗಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನೀವು ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳಿ ಬಂದರೆ, ಮಿಂಚು ಬಹುಶಃ 10 ಮೈಲಿಗಳ ಒಳಗೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಮಿಂಚಿನ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮವೆಂದರೆ:

- ನೀವು ಅದನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಭಯ ಪಡಿ.
- ನೀವು ಅದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಅದರಿಂದ ದೂರ ಓಡಿ.

ಮಿಂಚು ಎಷ್ಟು ದೂರದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಲು, "ಫ್ಲಾಶ್-ಓ-ಬ್ಯಾಂಗ್" ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ. ನೀವು ಸಿಡಿಲಿನ ಮಿಂಚನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, "ಒಂದು ಸಾವಿರ ಒಂದು, ಒಂದು ಸಾವಿರ ಎರಡು, ಒಂದು ಸಾವಿರ ಮೂರು," (ಅಥವಾ ನೀವು ಸೆಕೆಂಡುಗಳನ್ನು ಅಂದಾಜಿಸುತ್ತೀರಿ) ಗುಡುಗು ಕೇಳುವವರೆಗೆ ಎಣಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಬೆಳಕಿನ ವೇಗವು ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ ಸುಮಾರು 186, 300 ಮೈಲಿಗಳಷ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ಮಿಂಚು ಮಿಂಚು ಮಿಂಚು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ತಕ್ಷಣ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶಬ್ದವು ಐದು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಮೈಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಮಿಂಚನ್ನು ನೋಡಿದ 10 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ನಂತರ ಗುಡುಗನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿದರೆ, ಮಿಂಚು ಸುಮಾರು ಎರಡು ಮೈಲಿ ದೂರದಲ್ಲಿದೆ. ಫ್ಲಾಶ್-ಓ-ಬ್ಯಾಂಗ್ ಮಯವು 10 ರಿಂದ 15 ಸೆಕೆಂಡುಗಳಾಗಿದ್ದಾಗ - ಅಂದರೆ ಮಿಂಚು ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಮೈಲಿದೂರದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸುರಕ್ಷತಾ ಹಂತಗಳು

1. 30/30 ನಿಯಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಮಿಂಚಿನ ಫ್ಲಾಶ್ ನಂತರ ಸೆಕೆಂಡುಗಳನ್ನು ಎಣಿಸಿ. ನೀವು 30 ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಗುಡುಗನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ. ಕೊನೆಯ ಮಿಂಚಿನ ದಾಳಿಯ 30 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆ ಕಳೆದ ನಂತರ ಅರ್ಧಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮಿಂಚು ಸಂಬಂಧಿತ ಸಾವುಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಶುಭ್ರ ಆಕಾಶವು ನೇರವಾಗಿ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇದ್ದರೂ ಸಹ, ಈ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆಯಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಅಪಾಯವು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ.

2. ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿ. ಮನೆಗಳು ಅಥವಾ ವ್ಯವಹಾರಗಳಂತಹ ಪೂರ್ಣ ಗಾತ್ರದ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಶೆಡ್ ಗಳು ಅಥವಾ ತೆರೆದ ಆಶ್ರಯಗಳಿಂದ (ಪಿಕ್ನಿಕ್ ಅವೆನಿಂಗ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಬೇಸ್ ಬಾಲ್ ಡಗ್ ಔಟ್ ಗಳು) ದೂರವಿರಿ. ಹಾರ್ಡ್-ಟಾಪ್ ಕಾರುಗಳು, ವ್ಯಾನ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರಕ್ ಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಗಾಲ್ಫ್ ಗಾಡಿಗಳು, ಸಾಫ್ಟ್-ಟಾಪ್ ಕನ್ವರ್ಟಿಬಲ್ ಗಳು (ಟಾಪ್ ಅಪ್ ನೊಂದಿಗೆ ಸಹ), ಬೈಸಿಕಲ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಮೋಟಾರ್ ಸೈಕಲ್ ಗಳಲ್ಲ. ಕಟ್ಟಡಅಥವಾ ಕಾರಿನಲ್ಲಿರಲಿ, ಎಲ್ಲಾ ಕಿಟಕಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಿ.

3. ಒಳಗೆ ಇರುವಾಗ, ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಗೋಡೆಯ ಸಾಕೆಟ್ ಗೆ ಪ್ಲಗ್ ಮಾಡಲಾದ ಪರಿಕರ ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ - ಫೋನ್ ಗಳು, ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಔಟ್ ಲೆಟ್ ಗಳು, ದೀಪಗಳು, ಡೆಸ್ಕ್ ಟಾಪ್ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಗಳು, ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಗಳು, ಸ್ಟೀರಿಯೋಗಳು ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಕೊಳಾಯಿಗಳು (ಲೋಹದ ನಲ್ಲಿಗಳು ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ). ವೈರ್ ಲೆಸ್ ಫೋನ್ ಗಳು (ಗೋಡೆಗೆ ಪ್ಲಗ್ ಮಾಡಲಾದ ಬೇಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ನಿಂದ ದೂರವಿರಿ), ಫ್ಲಾಶ್ ಲೈಟ್ ಗಳು, ಅನ್ ಪ್ಲಗ್ ಮಾಡಲಾದ ಲ್ಯಾಪ್ ಟಾಪ್ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ MP3 ಪ್ಲೇಯರ್ ಗಳಂತಹ ಮೋಟಾರ್ ಸಾಧನಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ. ಲೋಹದ ಬಾಗಿಲು ಅಥವಾ ಕಿಟಕಿ ಚೌಕಟ್ಟು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

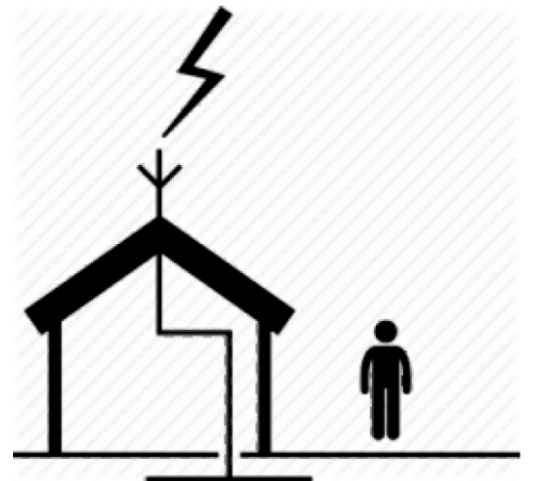
4. ನೀವು ಹೊರಗೆ ಇದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಒಳಗೆಹೋಗಿ. ಹೊರಗೆ ಯಾವುದೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಸಿಗದಿದ್ದರೆ. ಗುಡುಗು ಕೇಳಿದ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ಕಾರು ಅಥವಾ ಸುರಕ್ಷಿತ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಓಡಿ.

5. ಮಿಂಚು ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾರಿ ಹೊಡೆಯ ಬಹುದು - ನೂರಾರು ಬಾರಿ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ. ಮಿಂಚನ್ನು ಎಳೆಯುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಬದಲಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇಲ್ಲ. ಮಿಂಚು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದರೆ, ಚಂಡಮಾರುತ ಹಾದು ಹೋಗುವವರೆಗೂ ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಡಿ.

6. ನಿಮಗೆ ಸಿಡಿಲು ಬಡಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ 112/108 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಿಡಿಲು ಬಡಿದಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ, 112/108 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ. ಇತರ ಯಾವುದೇ ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಅದೇ ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿ ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಅವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ; ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಚಾರ್ಜ್ ತಾಗಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮುಟ್ಟಲು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಹುದು.

7. ಮಿಂಚಿನ ಬಂಧನಕಾರನನ್ನು (ಲೈಟ್ನಿಂಗ್ ಅರೆಸ್ಟರ್) ಸ್ಥಾಪಿಸಿ:-

ಮಿಂಚಿನ ಬಂಧನಕ (ಲೈಟ್ನಿಂಗ್ ಅರೆಸ್ಟರ್) ಎಂಬುದು ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ದೂರ ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಿಂಚಿನ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಿರೋಧನ ಮತ್ತು ವಾಹಕಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಬಳಸುವ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.



ವಿಷಯ - 10

ಬರಗಾಲ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಬರಗಾಲದ ಬಗ್ಗೆ.
- » ಬರಗಾಲದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ಬರಗಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಳಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ.
- » ಬರಗಾಲದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ಬರಗಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

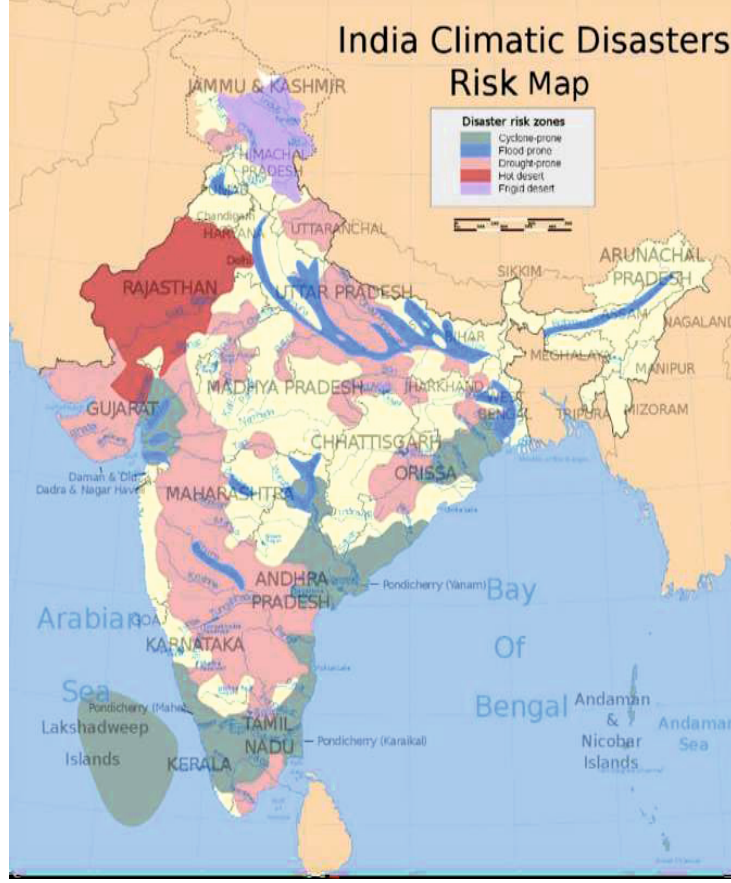
ಬರಗಾಲ ಎಂದರೆ ವಿಸ್ತೃತ ಅವಧಿಗೆ ಮಳೆಯ ಕೊರತೆಯಾಗಿದೆ, ಇದು ಗಣನೀಯ ಜಲತರ್ಕ (ನೀರು) ಅಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ, ನೀರಿನ ಕೊರತೆ, ಬೆಳೆ ಹಾನಿ, ಹೊಳೆಹರಿವು ಕಡಿತ, ಅಂತರ್ಜಲ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ತೇವಾಂಶದ ಕ್ಷೀಣತೆ ಆಗಿದೆ. ಆವಿಯಾಗುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಬಾಷ್ಪೀಕರಣ (ಸಸ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಚಲನೆಯು ಗಾಳಿಗೆ) ಗಣನೀಯ ಅವಧಿಗೆ ಮಳೆ ಬಾರದಿದ್ದಾಗ ಅದು ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಬರಗಾಲವು ಕೃಷಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಗಂಭೀರವಾದ ಅಪಾಯವಾಗಿದೆ.



ಬರಗಾಲದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ದಿನಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶುಷ್ಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಅವಧಿಯಾಗಿದ್ದು, ನೀರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಇದು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಳೆಯು (ಮಳೆ ಅಥವಾ ಹಿಮ) ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಅಸಮ ಮಾದರಿಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಳೆಯ ಪ್ರಮಾಣವು ವರ್ಷದಿಂದ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಸರಾಸರಿ ಪ್ರಮಾಣವು ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಡೆಂಡ್ರೋಕ್ರೋನಾಲಜಿ ಅಥವಾ ಮರದ ಉಂಗುರಗಳ ಕಾಲನಿರ್ಣಯದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಗಳು, ಜಾಗತಿಕ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯಿಂದ ಬಾಧಿತವಾದ ಬರಗಾಲವು 1900 ಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಬರಗಾಲವು ವಿಶ್ವದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಹವಾಮಾನದ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ನಿಯಮಿತ ಬರಗಾಲಗಳು ಹೆಚ್ಚು ವಿಪರೀತ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿವೆ.

ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಶುಷ್ಕ ಹವಾಮಾನ ಬರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹವಾಮಾನ ವೈಪರೀತ್ಯವಾಗಿದೆ. ನೀರಿನ ಸರಬರಾಜು ಬತ್ತಿಹೋಗುವುದರಿಂದ, ಬೆಳೆಗಳು ಬೆಳೆಯಲು ವಿಫಲವಾದಾಗ, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಾಯುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯವು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹರಡುವುದರಿಂದ ಬರಗಾಲವು ವಿನಾಶಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಬರಗಾಲದ ಪರಿಸರ ಪರಿಣಾಮಗಳು, ಮಣ್ಣಿನ ಲವಣಾಂಶ ಮತ್ತು ಅಂತರ್ಜಲ ಕುಸಿತ, ಸಿಹಿ ನೀರಿನ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಹೆಚ್ಚಿದ ಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಭೇದಗಳ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಅಳಿವು ಸೇರಿವೆ.



ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬರ

ಭಾರತದ ಪಶ್ಚಿಮ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯ ಭಾಗಗಳು (ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ವಿದರ್ಭ ಪ್ರದೇಶ, ರಾಜಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ಬಿಹಾರ, ಒಡಿಶಾ, ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ, ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶ ಇತ್ಯಾದಿ) ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳು ಬರಗಾಲದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪೀಡಿತವಾಗಿವೆ. ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ವಿದರ್ಭ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಸಾವು-ನೋವುಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಬರದಿಂದಾಗಿ ಮಾನವ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ವರ್ಗವೂ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬಾಧಿತವಾಗಿವೆ. ತಾಪಮಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು, ಸಲಹಾ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸರ್ಕಾರ ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಭಾರತೀಯ ಹವಾಮಾನ ಇಲಾಖೆ ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರಾಜ್ಯ/ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಸಹ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ದೇಶದ ಸುಮಾರು 68% ಜನರು ವಿವಿಧ ಮಟ್ಟದ ಬರಗಾಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಟ್ಟು ಪ್ರದೇಶದ 35%ರಷ್ಟು ಭಾಗದಲ್ಲಿ 750 ಮಿ.ಮೀ ರಿಂದ 1125 ಮಿ.ಮೀ ನಡುವೆ ಮಳೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಬರಪೀಡಿತ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ 750 ಮಿ.ಮೀ ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಳೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ 33% ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಬರಗಾಲ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬರಗಾಲದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ಬರಗಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಳಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ.

ಬರಗಾಲಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಲು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ನೀರನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವುದು. ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗದ ನೀರಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ.

- ನೀರನ್ನು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು ದಾರಿ ಇದ್ದಾಗ ಚರಂಡಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ಎಸೆಯಬೇಡಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಒಳಾಂಗಣ ಸಸ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ತೋಟಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ತೊಟ್ಟಿಕ್ಕುವ ಕೊಳಾಯಿಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ ಒಂದು ಹನಿವರ್ಷಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 2,700 ಗ್ಯಾಲನ್ ನೀರನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಸೋರಿಕೆಗಳಿಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ಲಂಬಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ಲಂಬರ್ ನಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ರಿಪೇರಿ ಮಾಡಿ.
- ಫ್ಲೋ ರಿಪ್ಲೇಕ್ಟರ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಎರೇಟರ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮನೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಕೊಳಾಯಿಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ.
- ನೀರಿನಲ್ಲಿರುವ ಖನಿಜಗಳು ನಿಮ್ಮ ಪೈಪ್ ಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುವಂತಹ ನೀರನ್ನು ಮೃದುಗೊಳಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ.
- ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
- ಹಳೆಯ ಮಾದರಿಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಕಡಿಮೆ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದ ಶೌಚಾಲಯದ ತೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ಖರೀದಿಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
- ಪ್ಲಶ್ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ನೀರಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸಲು ನೀರಿನ ಸ್ಪರ್ನ್ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಸಾಧನವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ. ನೀರನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಒಂದು ಗ್ಯಾಲನ್ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಾಟಲಿ ನೀರನ್ನು ಟ್ಯಾಂಕ್ ಗೆ ಇರಿಸಿ. ಇದು ಆಪರೇಟಿಂಗ್ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗದಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಶವರ್ ಹೆಡ್ ಅನ್ನು ಅಲ್ಟ್ರಾ-ಲೋ-ಫ್ಲೋ ಆವೃತ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಬದಲಿಸಿ.

ಬರಗಾಲದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ

- ನಿಮ್ಮ ನೀರಿನ ಪಂಪ್ ಅನ್ನು ನಿಯತಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನೀರನ್ನು ಬಳಸದಿದ್ದಾಗ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಪಂಪ್ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಆನ್ ಮತ್ತು ಆಫ್ ಮಾಡಿದರೆ, ಟ್ಯಾಂಕ್ ಸೋರಿಕೆಯಾಗಬಹುದು.
- ಸ್ಥಳೀಯ ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಬರ-ಸಹಿಷ್ಣು ಹುಲ್ಲುಗಳು, ನೆಲದ ಹೊದಿಕೆಗಳು, ಪೊದೆಗಳು ಮತ್ತು ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡಬಹುದು. ಈ ಸಸ್ಯಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ನೀರುಣಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಗುಂಪು ಮಾಡಿ.
- ನಿರಂತರ ನೀರಿನ ಪ್ರವಾಹ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ನೀರಿನ ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ.
- ಅಲಂಕಾರಿಕ ನೀರಿನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು (ಕಾರಂಜಿಗಳಂತಹವು) ಮರು-ಪ್ರಸಾರಮಾಡಿದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸದ ಹೊರತು ಸ್ಥಾಪಿಸಬೇಡಿ.
- ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮಳೆನೀರು ಕೊಯ್ಲು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
- ನೀರು ಹುಲ್ಲುಹಾಸು ಮತ್ತು ಪೊದೆಗಳ ಮೇಲೆ ಇಳಿಯುವಂತೆ ಸ್ಟ್ರಿಕ್ಲರ್ ಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಸುಸಜ್ಜಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ.
- ಸ್ಟ್ರಿಕ್ಲರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಟೈಮಿಂಗ್ ಸಾಧನಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿನಲ್ಲಿ ಬರ ನಿರೋಧಕ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬಳಸದ ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಹುಲ್ಲುಹಾಸನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಫಲವತ್ತಾಗಿಸಬೇಡಿ. ರಸಗೊಬ್ಬರವನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಮರಗಳು, ಪೊದೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೂವುಗಳಿಗೆ ಹನಿ ನೀರಾವರಿಯಂತಹ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನೀರಾವರಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ.
- ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಹಸಿಗೊಬ್ಬರ ಬಳಸಿ. ನೀರಿಗಾಗಿ ಸಸ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸುವ ಕಳೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಹಸಿಗೊಬ್ಬರ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಹವಾಮಾನ ಆಧಾರಿತ ನೀರಾವರಿ ನಿಯಂತ್ರಕ ಅಥವಾ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಕಂಟ್ರೋಲರ್ ನಲ್ಲಿ ಹೂಡಿಕೆ ಮಾಡಿ. ಈ ಸಾಧನಗಳು ಮಣ್ಣಿನ ತೇವಾಂಶ, ಮಳೆ, ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಆವಿಯಾಗುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಬಾಷ್ಪೀಕರಣ ದರಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀರಿನ ಸಮಯ ಮತ್ತು



ಆವರ್ತನವನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಸರಿಹೊಂದಿಸುತ್ತದೆ.

- ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಪ್ಲಾಟ್ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಅಂಗಾಂಶಗಳು, ಕೀಟಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅದೇ ರೀತಿಯ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕಿಂತ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಿ.
- ಪೂರ್ಣ ಸ್ನಾನದ ಬದಲು ಲಘು ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ. ಒದ್ದೆಯಾಗಲು ಮತ್ತು ನೊರೆ ಬರಲು ಮಾತ್ರ ನೀರನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಮತ್ತೆ ತೊಳೆಯಲು.
- ಹಲ್ಲುಜ್ಜುವಾಗ, ಮುಖ ತೊಳೆಯುವಾಗ ಅಥವಾ ಶೇವಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನೀರನ್ನು ಓಡಲು ಬಿಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಡಿಶ್ ವಾಷರ್ ಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೋಡ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ. ಕಡಿಮೆ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಲು "ಲೈಟ್ ವಾಶ್" ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಎರಡು ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತುಂಬುವ ಮೂಲಕ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ-ಒಂದು ಸಾಬೂನಿನ ನೀರಿನಿಂದ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಕ್ಲೋರಿನ್ ಬ್ಲೀಚ್ ಹೊಂದಿರುವ ತೊಳೆಯುವ ನೀರಿನಿಂದ.
- ನಲ್ಲಿಯಿಂದ ನೀರು ಹರಿಯುವ ಬದಲು ನೀರಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ.
- ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್ ನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ. ನೀರು ತಣ್ಣಗಾಗಲು ನೀವು ಕಾಯುತ್ತಿರುವಾಗ ನಲ್ಲಿಯನ್ನು ಚಲಿಸಲು ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಬಟ್ಟೆ ತೊಳೆಯುವ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೋಡ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಲೋಡ್‌ನ ಗಾತ್ರಕ್ಕೆ ನೀರಿನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ.
- ನೀರನ್ನು ಮರುಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ಕಮರ್ಷಿಯಲ್ ಕಾರ್ ವಾಶ್ ಬಳಸಿ.

- ನೀವು ಕಾರನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ ಹೋಸ್ ನಲ್ಲಿ ಶಟ್-ಆಫ್ ನಾಜಲ್ ಬಳಸಿ ಇದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಚಿಮುಕಿಸುವಿಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ.
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿಗೆ ನೀರು ಹಾಕಿ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ನೀರು ಹಾಕುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಭಾರಿ ಮಳೆ ಎರಡು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ನೀರುಣಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ. ವರ್ಷದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ, ಹುಲ್ಲುಹಾಸುಗಳಿಗೆ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಇಂಚು ನೀರುಮಾತ್ರ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ಮಣ್ಣಿನ ಶೋಧಕ, ಸ್ಪ್ರೇಡ್ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡ ಸ್ಕ್ರಾಪ್ಪರ್ ನಿಂದ ಮಣ್ಣಿನ ತೇವಾಂಶದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಮಣ್ಣು ಇನ್ನೂ ತೇವಾಂಶದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನೀವು ನೀರು ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಕಾಲಿಟ್ಟಾಗ ನಿಮ್ಮ ಹುಲ್ಲು ಮತ್ತೆ ಚಿಮ್ಮಿದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ನಿಮ್ಮ ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿಗೆ ನೀರುಣಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ವಿದ್ದರೆ, ತಾಪಮಾನವು ತಂಪಾಗಿರುವಾಗ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಸಂಜೆಯ ನಂತರ ಮಾಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಹುಲ್ಲುಹಾಸು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಹರಿವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು, ಒಂದು ಉದ್ದವಾದ ಸೆಷನ್ ಗಳಿಗಿಂತ ಹಲವಾರು ಸಣ್ಣ ಸೆಷನ್ ಗಳಲ್ಲಿ ನೀರುಹಾಕಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಡ್ರೈವ್ ವೇ ಅಥವಾ ಕಾಲು ದಾರಿಯಿಂದ ಎಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅವಶೇಷಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲು ಕೊಳವೆಯ ಬದಲಿಗೆ ಪೊರಕೆ ಅಥವಾ ಬ್ಲೋವರ್ ಬಳಸಿ.
- ಸ್ಪ್ರಿಂಕ್ಲರ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಹೋಸ್ ಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ತೋಟದ ಕೊಳವೆಯು ಕೆಲವೇ ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ 600 ಗ್ಯಾಲನ್ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಿಯಬಹುದು.
- ತೀವ್ರ ಬರಗಾಲದಲ್ಲಿ, ಮರಗಳು ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಮೊದಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವ ಪರವಾಗಿ ಹುಲ್ಲುಹಾಸುಗಳು ಸಾಯಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಿ.



ವಿಷಯ - 11

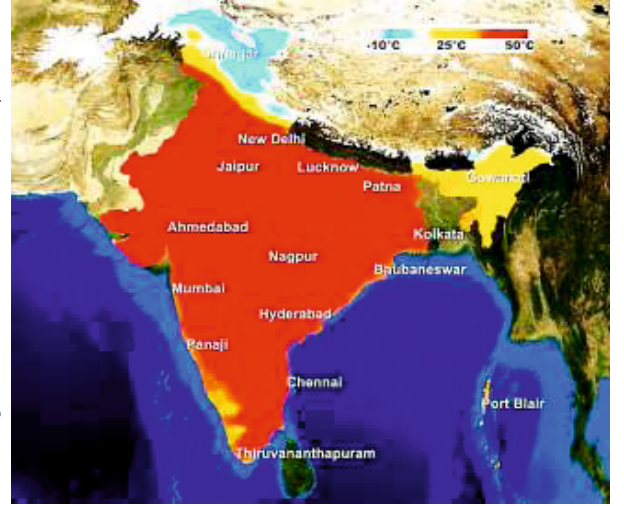
ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ (ಶಾಖದ ಅಲೆಗಳು-ಹೀಟ್ ವೇವ್)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- » ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:
- » ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಆಗುವ ಅಪಾಯ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ
- » ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ
- » ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು
- » ಸನ್ ಸ್ಟ್ರೋಕ್‌ನಿಂದ ಬಾಧಿತರಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿಸಲಹೆಗಳು
- » ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಗೆ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯತೆ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಾತಾವರಣದ ಒತ್ತಡದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಒಂದು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಚಲಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ಎರಡು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಇರುವಾಗ ಗರಿಷ್ಠ ಬೇಸಿಗೆ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಶಾಖದ ಅಲೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ, ವಾತಾವರಣದ ಮೇಲಿನ ಹಂತಗಳಿಂದ ಗಾಳಿಯನ್ನು ನೆಲದ ಕಡೆಗೆ ಬೀಸುತ್ತದೆ, ಅಲ್ಲಿ ಅದು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಗಳು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಹುದು, ಇದು ಶಾಖಸೇತ ಮತ್ತು ಶಾಖದ ಹೊಡೆತದಂತಹ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಇದು ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಗಾಳಿಯ ತಾಪಮಾನದ ಹೆಚ್ಚಳವು



ಸಾಗರಗಳು, ಹವಾಮಾನ ಮಾದರಿಗಳು, ಹಿಮ, ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಭಾರತೀಯ ಹವಾಮಾನ ಇಲಾಖೆ (IMD) ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ:

ಪ್ರಾದೇಶದ ಗರಿಷ್ಠ ತಾಪಮಾನವು ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ 40°C ಮತ್ತು ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ 30°C ತಲುಪುವವರೆಗೆ ಶಾಖದ ಅಲೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಗರಿಷ್ಠ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ನಿಜವಾದ ಗರಿಷ್ಠ ತಾಪಮಾನವು 45°C ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಇರುವಾಗ, ಶಾಖದ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಘೋಷಿಸಬೇಕು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶಾಖದ ಅಲೆಗಳು

ಭಾರತದ ಪೂರ್ವ, ಮಧ್ಯ ಮತ್ತು ಪಶ್ಚಿಮ ಭಾಗಗಳು (UP, ಬಿಹಾರ, ಒಡಿಶಾ, ಜಾರ್ಖಂಡ್, MP, ರಾಜಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳು) ಶಾಖದ ಅಲೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪೀಡಿತವಾಗಿವೆ. ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನವು 45°C ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. . ಶಾಖದ ಅಲೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯವರ್ಗದ ಮೇಲೆ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಸರ್ಕಾರವು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳು, ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು

ಸಹ ನೀಡುತ್ತದೆ. IMD ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಸಹ ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ರಾಜ್ಯ/ಜಿಲ್ಲೆಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಆಗುವ ಅಪಾಯ ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ

ಶಾಖದ ಅಲೆಗಳ ಅಪಾಯವನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು:

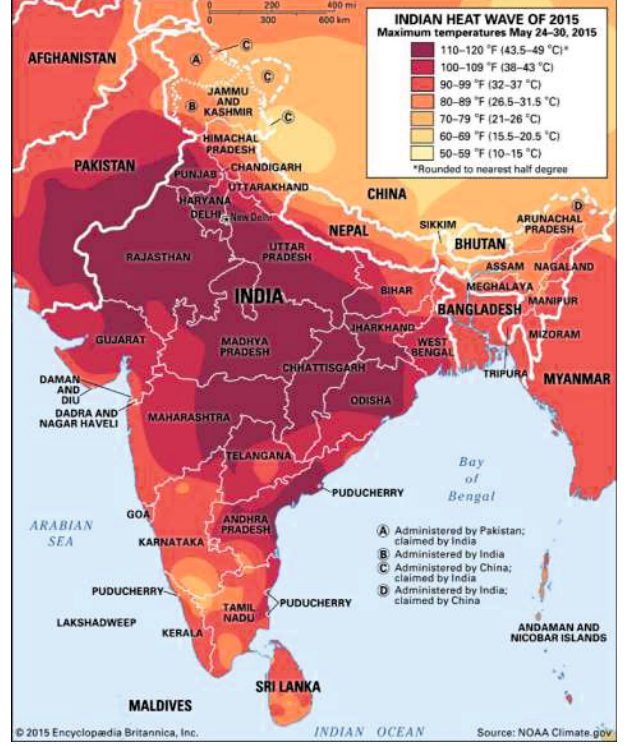
- **ಮುಂಜಾಗರೂಕ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಅಂತರ-ಏಜೆನ್ಸಿ ಸಮನ್ವಯ**— ನೋಡಲ್ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳು ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಮೂಲಕ ಕಳುಹಿಸುವ ತಾಪಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಗಳ ಮತ್ತು ಶಾಖ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಬೃಹತ್ ಸಂದೇಶಗಳು.
- **ವೈದ್ಯಕೀಯ ಉನ್ನತೀಕರಣ ಮತ್ತು ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕ ಕ್ರಮಗಳು**— ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಖ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗಗಳನ್ನು ರಚಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯ ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುವುದನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಶಾಖದ ಅಲೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಸಲಹೆಯನ್ನು ಶಾಲೆಗಳು, ಕಚೇರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಬೇಕು.
- **ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿ** — ವಿಪರೀತ ಶಾಖ-ತರಂಗ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್, ಮುದ್ರಣ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಐಇಸಿ ವಸ್ತುಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಡಬೇಕು.
- **NGOಗಳು ಮತ್ತು ನಾಗರಿಕ ಸಮಾಜ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಹಯೋಗ**— ಅಗತ್ಯವಿರುವಲ್ಲಿ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಆಶ್ರಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ದೇಹದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಲು ಇತರ ನವೀನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರಬೇಕು.
- **ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು**— ಹೀಟ್ ವೇವ್ ವಿಪತ್ತು ಅಪಾಯಕಡಿತದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಮತ್ತು ನವೀಕರಿಸಲು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸರ್ಕಾರದ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯಮಿತ ಲಕ್ಷಣವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆರಂಭಿಕ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲಿನ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ

ಶಾಖ ತರಂಗಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲಿನ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಎಂದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ, ಶಾಖಸೆಳೆತ, ಶಾಖದಣಿವು ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಶಾಖದ ಹೊಡೆತವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ:

- ಶಾಖಸೆಳೆತ: ಎಡಮಾ (ಊತ) ಮತ್ತು ಸಿಂಕೋಪ್(ಮೂರ್ಛೆ) ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 39°C ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಂದರೆ 102°F ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಜ್ವರದೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತವೆ.
- ಶಾಖದಣಿವು: ಆಯಾಸ, ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ತಲೆನೋವು, ವಾಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ ಮತ್ತು ಬೆವರು.
- ಹೀಟ್ ಸ್ಟ್ರೋಕ್: ದೇಹದ ತಾಪಮಾನ 40°C ಅಂದರೆ, 104°F ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದರೊಂದಿಗೆ ಡೆಲಿರಿಯಮ್, ಸೆಟೆತಗಳು ಅಥವಾ ಕೋಮಾ. ಇದು ಸಂಭಾವ್ಯ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ.



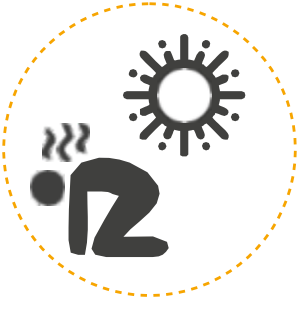
ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ

ಶಾಖದ ಅಲೆಯ ಪ್ರಭಾವ

ಆರೋಗ್ಯ

ವಿಪರೀತ ತಾಪಮಾನ ಘಟನೆಗಳು ಮಾನವನ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಆಳವಾದ - ಮಾರಣಾಂತಿಕ - ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ. ಸರಾಸರಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಬಿಸಿಯಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಶಾಖದ ಲಾಭಗಳು ತ್ವರಿತ ಏರಿಕೆಯ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ದೇಹದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ರಾಜಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಏರಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಭೌತಿಕ



ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಶಾಖ
ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ಗಳು



ಹೃದಯ ರಕ್ತನಾಳ ಮತ್ತು
ಉಸಿರಾಟದ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು



ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರು
ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ

ಹೀಟ್ ವೇವ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಒತ್ತಡ, ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಹೆಚ್ಚಳವಿದೆ, ಅದು ಮಾನಸಿಕ, ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅರಿವಿನ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸ ಬಹುದು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

ಮಾನಸಿಕ



ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು
ಗಮನ ಪ್ರಭಾವ



ಕೌಟುಂಬಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮತ್ತು
ಹಿಂಸಾಚಾರದಲ್ಲಿ ಏರಿಕೆ

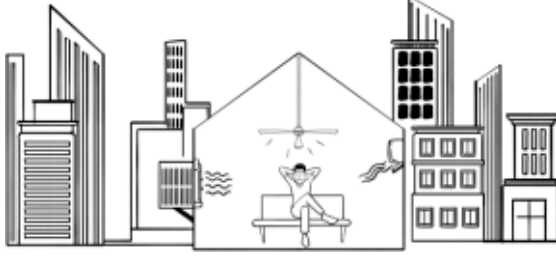


ಹೆಚ್ಚಿದ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಮತ್ತು
ಮಾದಕದ್ರವ್ಯ ದುರುಪಯೋಗ

ಆರ್ಥಿಕ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ

ಶಕ್ತಿ

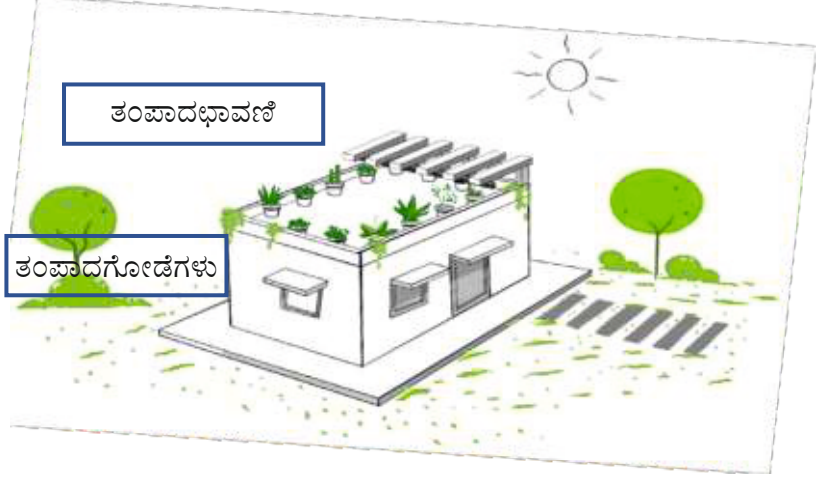
ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯು ನಮ್ಮ ವಾಸದ ಜಾಗದ ತಂಪಾಗುವಿಕೆಯ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹವಾನಿಯಂತ್ರಕಗಳು, ಕೂಲರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಫ್ಯಾನ್ ಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಬೇಸಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಬೇಡಿಕೆಯು "ಕೂಲಿಂಗ್ ಲೋಡ್" ನೊಂದಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



ವಿಪರೀತ ತಾಪಮಾನವು ಯಾಂತ್ರಿಕ ತಂಪಾಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಹವಾನಿಯಂತ್ರಕಗಳ ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಮನೆಯ ಸರಾಸರಿ ವೆಚ್ಚದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ವಿರುದ್ಧ ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವ ತಂತ್ರಗಳು

ಕಟ್ಟಡ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸವು ಶಾಖತರಂಗಗಳು, ನಗರ ಶಾಖ ದ್ವೀಪಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು. ಕಡಿಮೆ ಶಕ್ತಿಯ ಬಳಕೆಯ ಮೂಲಕ ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣ ಆರಾಮ ಎಂದರೆ ಆರಾಮದಾಯಕ ಜೀವನವನ್ನು ವಾಸ್ತವವಾಗಿಸಲು ಪರಸ್ಪರ ಪೂರಕವಾಗಿವೆ.



ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಮನೆಗೆ ಕೂಲಿಂಗ್ ಪರಿಹಾರ

ಜಾಗ	ವಿಧಾನಗಳು / ತಂತ್ರಗಳು	
ತಂಪಾದ ಭಾವಣೆ	ಬಿದಿರು/ಥ್ಯಾಚ್ ಸ್ಟ್ರೀನಿಂಗ್, ಗ್ರೀನ್ ನೆಟ್, ಶೇಡಿಂಗ್ ರೂಫ್, ಪೇಂಟ್ ಗ್ರಾವೆಲ್, ಭಾವಣೆಯ ಶಾಖ ನಿರೋಧನ (ರೂಫ್ ಹೀಟ್ ಇನ್ಸುಲೇಶನ್), ಟೈಲ್ಸ್ ಹಾಲೋ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್, ಟೈಲ್ಸ್ ಬ್ರೋಕನ್ ಚೀನಾ ಮೊಸಾಯಿಕ್, ಮಡ್ ಫಸ್ಟಾ	ಲೈಮ್ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್, ತಲೆಕೆಳಗಾದ ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಿಕೆಗಳು, ಹೊರತೆಗೆದ ಪಾಲಿಸ್ಟೈರಿನ್ (X P S ಹಾಳೆಗಳು), ಮಾರ್ಪಡಿಸಿದ ಬಿಟುಮೆನ್, ಸೆಲ್ಯುಲೋಸ್ ಫೈಬರ್, ಥರ್ಮೋ ಕ್ರೀಟ್, ಮಂಜು ಕೂಲಿಂಗ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ
ತಂಪಾದ ಗೋಡೆಗಳು	ಪೇಂಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಫಿನಿಷ್ ಗಳು	

HD

HOT & DRY

WH

WARM & HUMID

CM

COMPOSITE

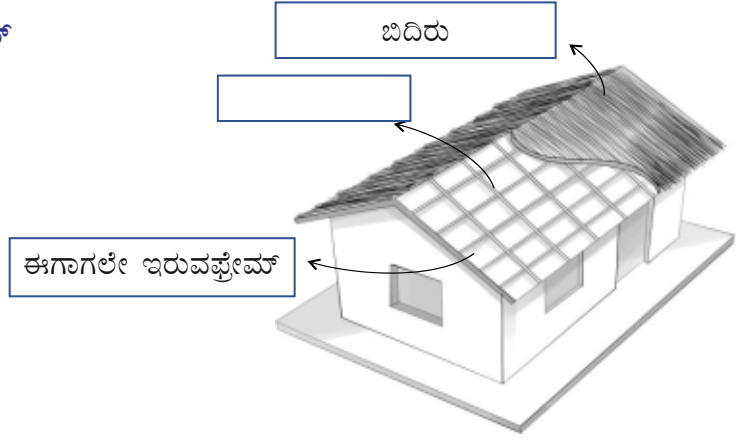
TE

TEMPERATE

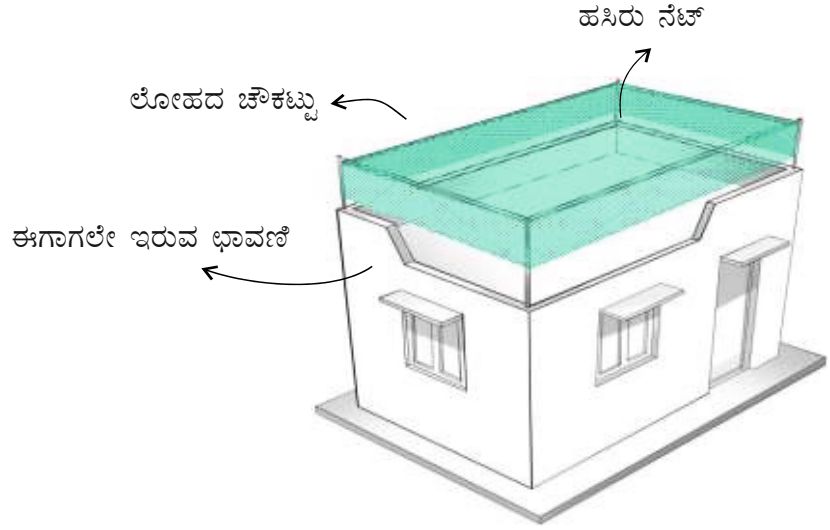
CL

COOL

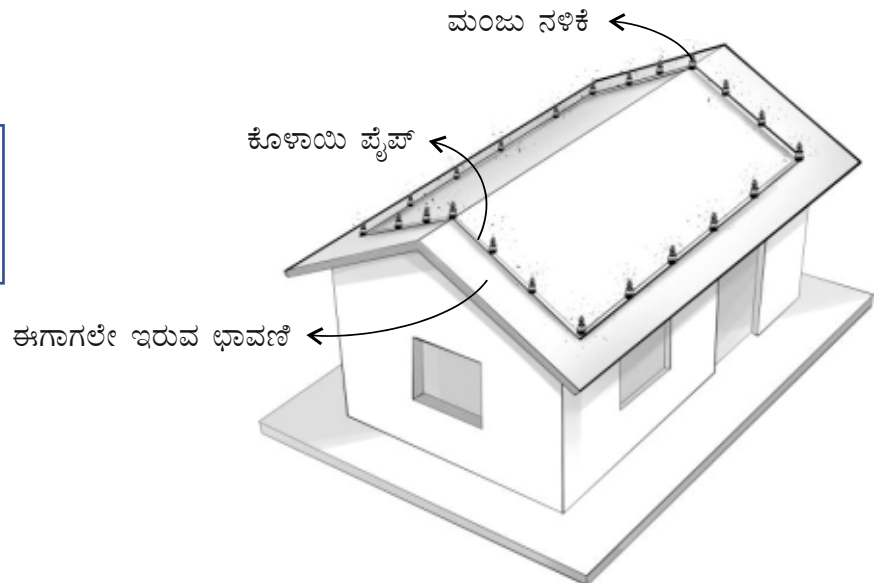
ಬಿದಿರು, ಥ್ಯಾಚ್ ಮತ್ತು ಪಾಮ್ ಲೀವ್ಸ್ ರೂಫ್ ಸ್ಟ್ರೀನ್



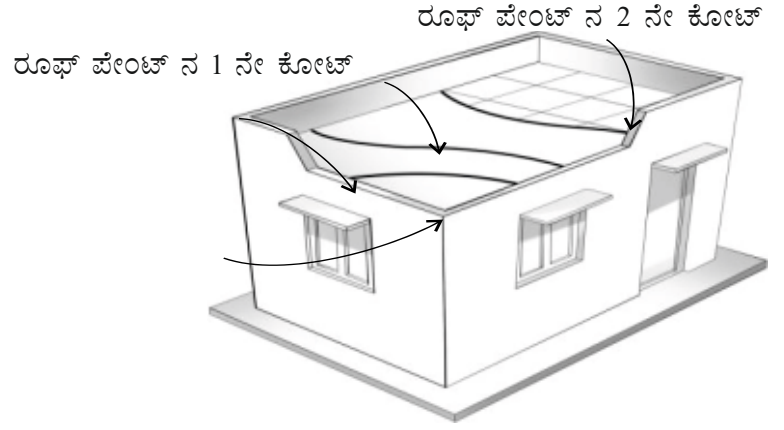
ಗ್ರೀನ್ ನೆಟ್ ಶೇಡಿಂಗ್



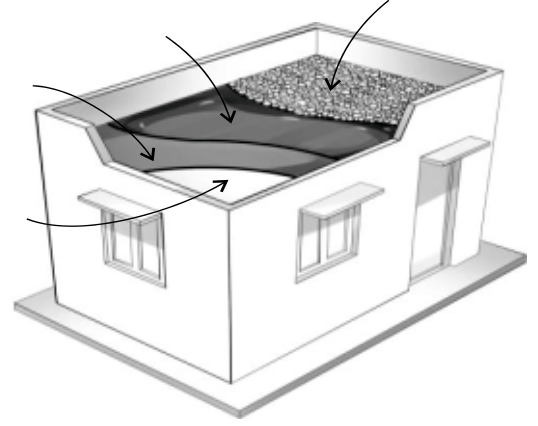
ರೂಫ್ ಮಿಸ್ಟ್ ಕೂಲಿಂಗ್



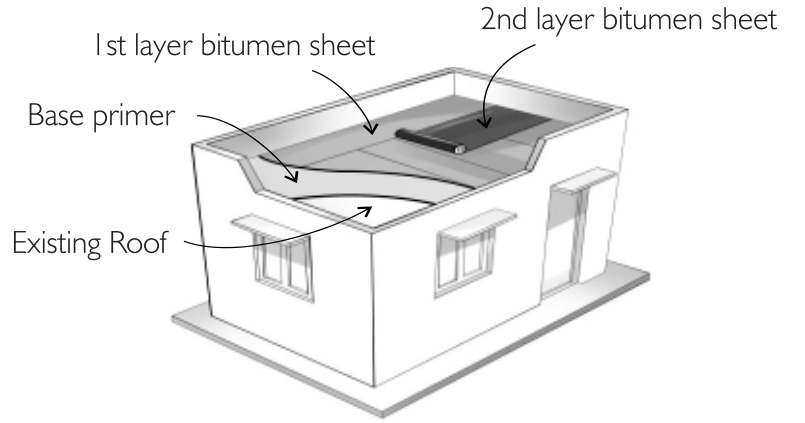
ತಂಪಾದ ಭಾವನೆಯ ಬಣ್ಣ



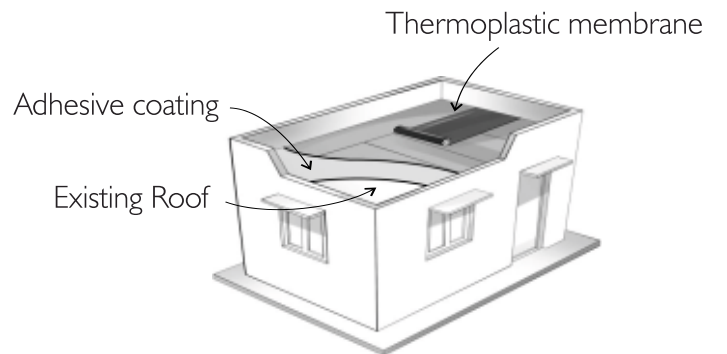
ಮಾರ್ಪಡಿಸಿದ ಬಿಟುಮೆನ್ ಮೆಂಬ್ರೇನ್



ಜಲ್ಲಿಭಾವಣೆ



ಥರ್ಮೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮೊರೆ



ಶಾಖ ನಿರೋಧಕ ಅಂಚುಗಳು

ಹವಾಮಾನವಲಯ

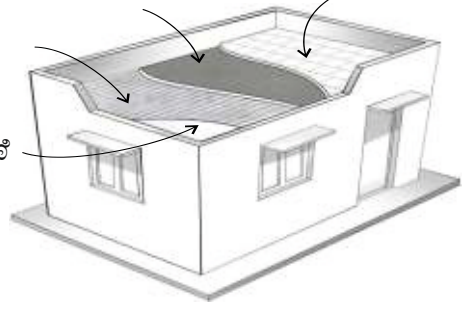


ಜಲ ನಿರೋಧಕಪದರ

ಈಗಾಗಲೇಇರುವ ಭಾವಣೆ

ಸಿಮೆಂಟ್ ಗಾರೆ

ಶಾಖ ನಿರೋಧಕ ಅಂಚುಗಳು



ಚೊಳ್ಳಾದ ಚರಾಕೋಟಾ/ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಟೈಲ್ಸ್

ಹವಾಮಾನವಲಯ

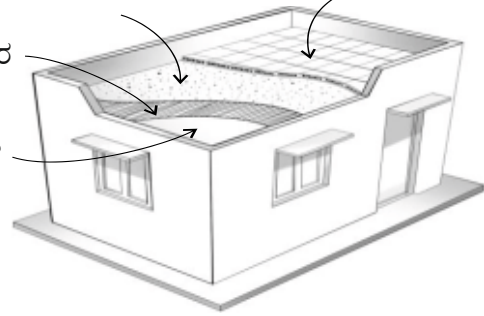


ಜಲ ನಿರೋಧಕಪದರ

ಈಗಾಗಲೇಇರುವ ಭಾವಣೆ

ಸಿಮೆಂಟ್ ಗಾರೆ

ಚೊಳ್ಳಾದ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ / ಚರಾಕೋಟಾ ಅಂಚುಗಳು



ತಲೆಕೆಳಗಾದ ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಕೆಗಳು

ಹವಾಮಾನವಲಯ



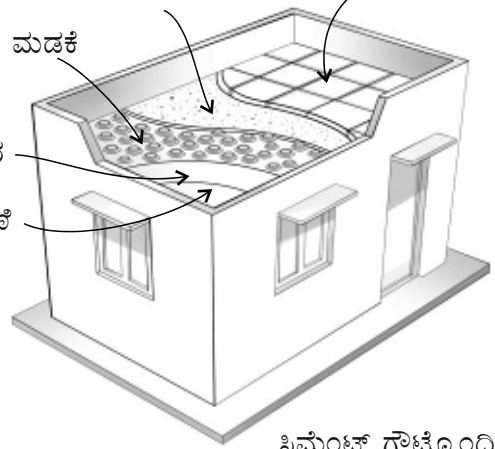
ತಲೆಕೆಳಗಾದ ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಕೆ

ಜಲ ನಿರೋಧಕಪದರ

ಈಗಾಗಲೇಇರುವ ಭಾವಣೆ

ಸಿಮೆಂಟ್ ಗಾರೆ

IPS / ಟೈಲ್ ಫಿನಿಷ್



ಮಡ್ ಫಸ್ಟಾ

ಹವಾಮಾನವಲಯ



ಸಂಕುಚಿತ ಮಣ್ಣು

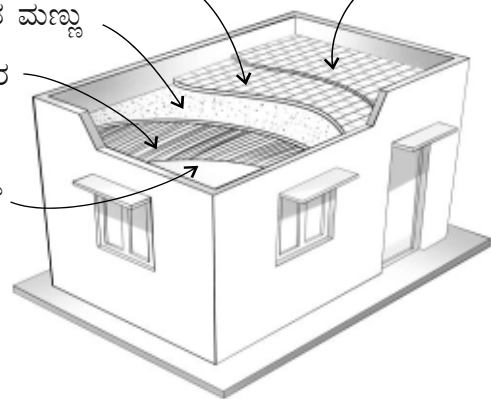
ಜಲ ನಿರೋಧಕ ಪದರ

ಈಗಾಗಲೇಇರುವ ಭಾವಣೆ

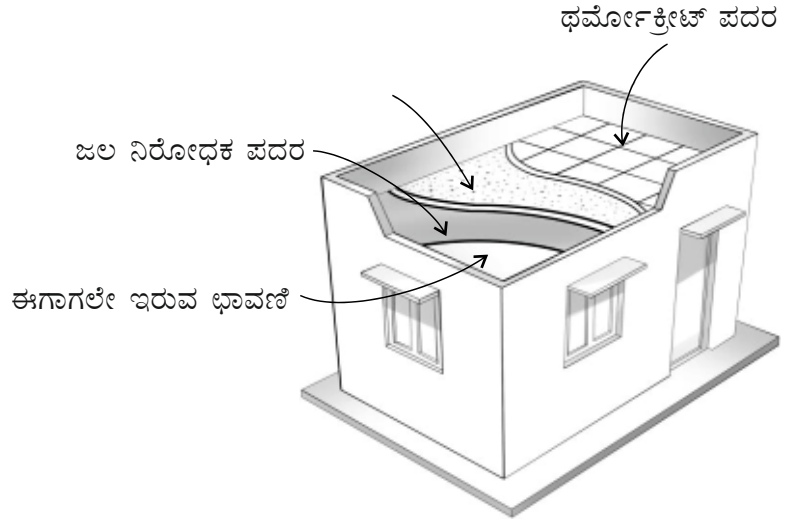
ಇಟ್ಟಿಗೆ ಟೈಲ್ಸ್

ಸಿಮೆಂಟ್ ಗ್ರೌಂಡ್‌ದಿಗೆ

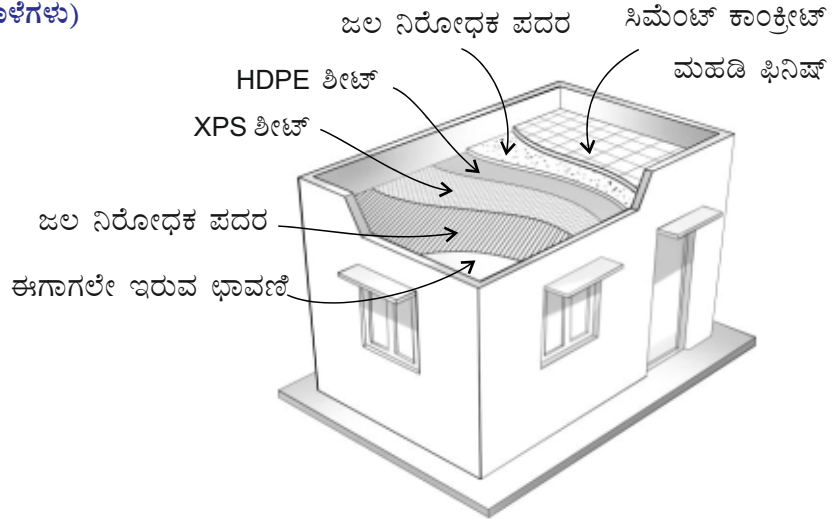
ಫಿನಿಷ್ ಮಾಡುವುದು



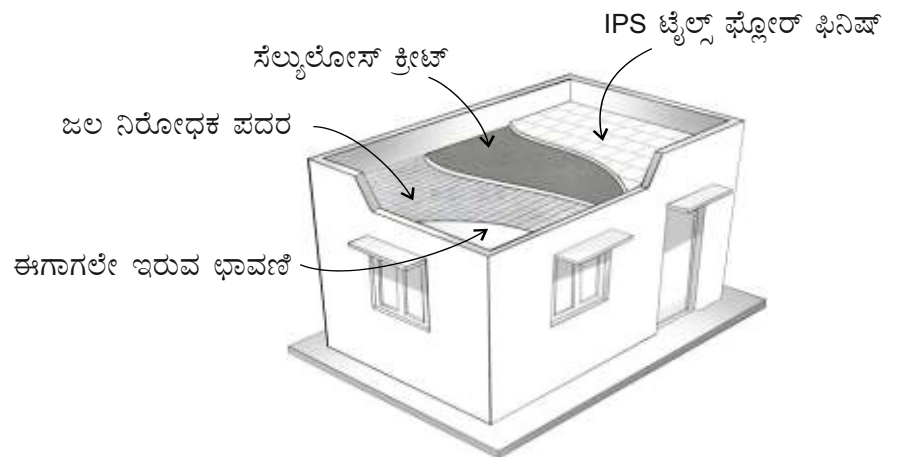
ಥರ್ಮೋಕ್ರಿಟ್ ಇನ್ಸುಲೇಶನ್



ಎಕ್ಸ್ಟ್ರೂಡ್ ಪಾಲಿಸ್ಟೈರೀನ್ (XPS ಹಾಳೆಗಳು)

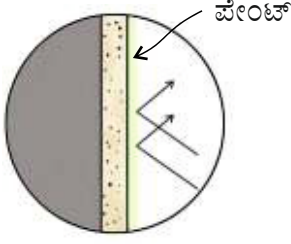


ಸೆಲ್ಯುಲೋಸ್ ಫೈಬರ್



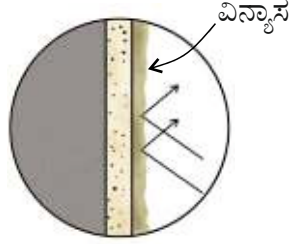
ಬಣ್ಣಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಫಿನಿಷ್ ಗಳು

ಪೇಂಟ್ ಮತ್ತು ವಾಲ್ ಫಿನಿಷ್ ಗಳು ಸೌರ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮುಂಭಾಗದ ಥರ್ಮಲ್ ಎಮಿಟೆಂಟ್ ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಗೋಡೆಯ ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸವು ಸೌರ ಶಾಖವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



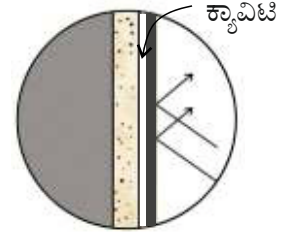
ಪೇಂಟ್(ಬಣ್ಣ)

ತಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಬಾಹ್ಯ ಗೋಡೆಗಳು
ಸೌರ ವಿಕಿರಣಗಳನ್ನು
ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತವೆ, ಆ ಮೂಲಕ
ಶಾಖದವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ



ವಿನ್ಯಾಸ(ಟೆಕ್ಸ್ಟರ್)

ವಿನ್ಯಾಸದ ಮೇಲ್ಮೈ ಚಿಕ್ಕಿತ್ತೆಯು
ಗೋಡೆಯ ಮೇಲ್ಮೈ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು
ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಖವನ್ನು
ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಕ್ಲಾಡಿಂಗ್

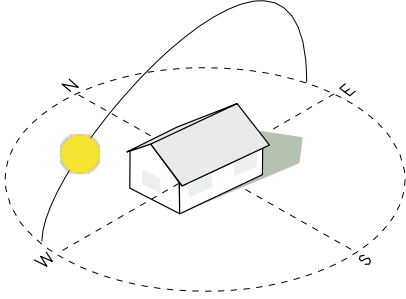
ಪರದೆಯ ಗೋಡೆಗಳು ಮತ್ತು ಒಣ-
ಕಲ್ಲಿನ ಹೊದಿಕೆಯು ಎರಡು
ಮೇಲ್ಮೈಗಳ ನಡುವೆ ಕುಳಿಯನ್ನು
ರಚಿಸುವ ಮೂಲಕ ಗೋಡೆಗಳ ನೇರ
ಶಾಖವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹೊಸ ಮನೆಗಳಿಗೆ ತಂಪಾಗಿಸುವ ಪರಿಹಾರಗಳು

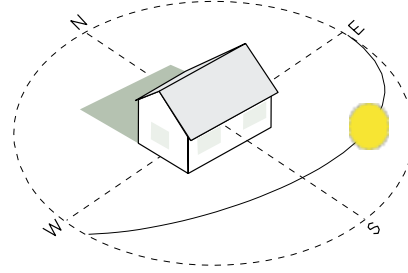
ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು (ಓರಿಯಂಟೇಷನ್)	ಸೈಟ್ ಅನ್ನು ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು
ಫೆನೆಸ್ಟ್ರೇಷನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಶೇಡಿಂಗ್	ಕ್ರಾಸ್ ವೆಂಟಿಲೇಷನ್ ಬಾಹ್ಯ ಶೇಡಿಂಗ್ ಸಾಧನ
ಭೂದೃಶ್ಯ ವಿನ್ಯಾಸ	ಟೆರೇಸ್ ಗಾರ್ಡನ್ ಲಂಬ ಹಸಿರು/ಬಳ್ಳಿಗಳು

ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು (ಓರಿಯಂಟೇಷನ್)

ಸೌರ ಒಡ್ಡುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಗಾಳಿಯ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕಟ್ಟಡದ ಓರಿಯಂಟೇಷನ್ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಓರಿಯಂಟೇಷನ್ ಕಟ್ಟಡದ ಮೂಲಕ ಶಾಖದಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೀಗಾಗಿ ಕಟ್ಟಡ ತಂಪಾಗಿಸುವ ಬೇಡಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.



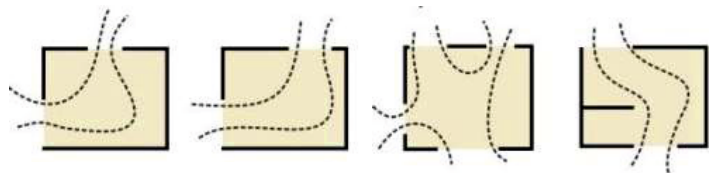
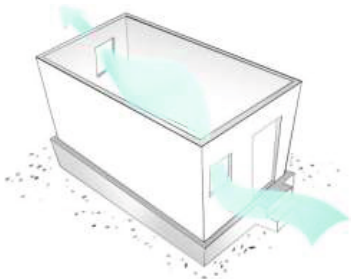
ಬೇಸಿಗೆಗಾಲ



ಚಳಿಗಾಲ

ಫೆನೆಸ್ಟ್ರೇಷನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಶೇಡಿಂಗ್ ನೆಸ್ಟ್ರೇಷನ್‌ಗಳು

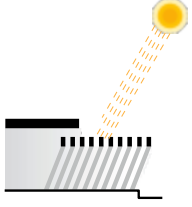
ಸೌರ ಮಾನ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಗಾಳಿಯ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕಟ್ಟಡದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಓರಿಯಂಟೇಷನ್ ಕಟ್ಟಡದ ಹೊದಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಶಾಖವನ್ನು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೀಗಾಗಿ ಕಟ್ಟಡದ ತಂಪಾಗಿಸುವ ಬೇಡಿಕೆ.



ಶೇಡಿಂಗ್

ಶೇಡಿಂಗ್ ಸಾಧನಗಳು ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಸೌರ ಶಾಖವನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆ ಮೂಲಕ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಬಾಹ್ಯ ಮೇಲ್ಮೈ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಇದು ಬಿಸಿ ಹವಾಮಾನದಲ್ಲಿ ಪರಿಸರದ ತಾಪಮಾನಕ್ಕಿಂತ 10% ವರೆಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ತಲುಪಬಹುದು. ಬಾಹ್ಯ ಛಾಯೆ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಸನ್ ಶೇಡ್ ಗಳು, ಅವೆನಿಂಗ್ ಗಳು, ಲೂವರ್ ಗಳು, ಬಿಡಿರಿನ ಪರದೆಗಳು, 'ಜಾಲಿ' ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಬಹುದು.

ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಗಿಂಗ್ ಗಳು



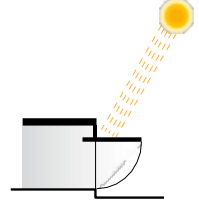
ಪರ್ಗೋಲಾ/ಟ್ರೆಲ್ಲಿಸ್



ಪ್ರತಿಫಲಿಸಿದ ಬೆಳಕು

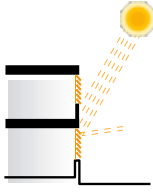


ಮಹಡಿ (ಬಾಲ್ಕನಿ)

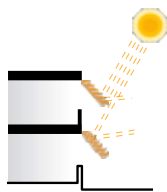


ಚಾಲನ ಸಾಧ್ಯ
ಕವಾಟುಗಳು (ಶೆಟ್ಟರ್)

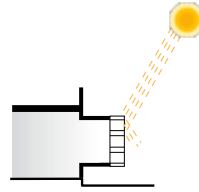
ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಶೇಡ್ ಗಳು



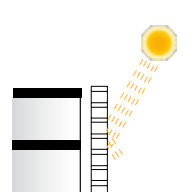
ಲೂವರ್



ಚಾಲನ ಸಾಧ್ಯ ಲೂವರ್

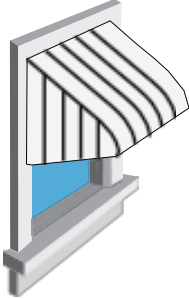


ಕಿಟಕಿ ಪರದೆ

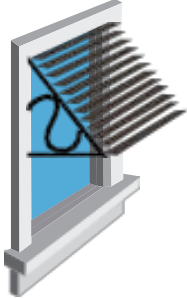


ಮುಂಭಾಗದ ಪರದೆ

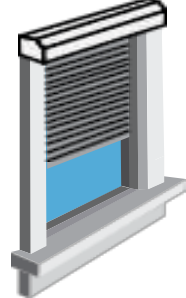
ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಕಿಟಕಿಗಳು



ಮೇಲ್ಕಟ್ಟು (ಅವ್ನಿಂಗ್)



ವೆನೆಷಿಯನ್ ಮೇಲ್ಕಟ್ಟು



ರೋಲ್ಲಿಂಗ್ ಲೂವರ್ ಶೆಟ್ಟರ್

ಭೂದೃಶ್ಯ ವಿನ್ಯಾಸ (ಲ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಕೇಪಿಂಗ್)

ಮರಗಳೊಂದಿಗೆ ಛಾಯೆ (ಆವಿಯಾಗುವಿಕೆಯ ಜೊತೆಗೆ) ಹೊರಗಿನ ಗೋಡೆಗಳ ಬಳಿ ಪರಿಸರದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು 2°C ರಿಂದ 5°C ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಲ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಕೇಪಿಂಗ್ ಬೇಸಿಗೆಯ ಶಾಖದಿಂದ ದಕ್ಷಿಣ, ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ ಮುಖ ಮಾಡುವ ಕಿಟಕಿಗಳಿಗೆ ನೆರಳು ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಟೆರೇಸ್ ಉದ್ಯಾನಗಳು

ಟೆರೇಸ್ ಉದ್ಯಾನಗಳು ಕಟ್ಟಡಗಳ ಒಟ್ಟಾರೆ ಶಾಖ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಾಖ ಮತ್ತು ಶೀತದ ವಿರುದ್ಧ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಇನ್ಸುಲೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವು ಸೌರ ವಿಕಿರಣಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವ ಮೂಲಕ ನೆರಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ, ಗಾಳಿಯ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಗಾಳಿಯನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಲಂಬವಾದ ಹಸಿರು ಮತ್ತು ಬಳ್ಳಿಗಳು

ಲಂಬಹಸಿರು ಬಹು-ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ನೆರಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ, ಗಾಳಿಯ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ, ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ತಾಪಮಾನವನ್ನು 2 ರಿಂದ 8 ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



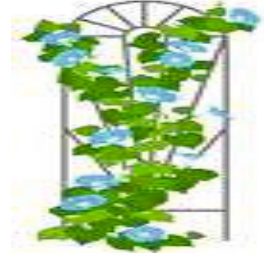
ಲಂಬವಾದ ಹಸಿರು ತೋಟ

ಪೆರ್ಗೋಲಾ & ಟ್ರೆಲ್ಲಿಸ್

ಪೆರ್ಗೋಲಾ ಒಂದು ಸ್ಥಳವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದವುಗಳು ಶಾಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸೌರ ವಿಕಿರಣಗಳ ನೇರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಉಷ್ಣ ಆರಾಮವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅಲ್ಲಿ ನೆರಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ



ಪೆರ್ಗೋಲಾ



ಟ್ರೆಲ್ಲಿಸ್ & ಕ್ರೀಪರ್ಸ್

ಟೆರೇಸ್ ಉದ್ಯಾನಗಳು

ಟೆರೇಸ್ ಉದ್ಯಾನಗಳು ಕಟ್ಟಡಗಳ ಒಟ್ಟಾರೆ ಶಾಖ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಾಖ ಮತ್ತು ಶೀತದ ವಿರುದ್ಧ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಇನ್ಸುಲೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವು ಸೌರ ವಿಕಿರಣಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವ ಮೂಲಕ ನೆರಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ, ಗಾಳಿಯ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಗಾಳಿಯನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ಶಾಖದ ಅಲೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಶಾಖದ ಹೊಡೆತದಿಂದಾಗಿ ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆ ಅಥವಾ ಸಾವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು:

- ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.00 ರ ನಡುವೆ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಬಾಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬಾರಿ ಕುಡಿಯಿರಿ.
- ಹಗುರವಾದ, ತಿಳಿ ಬಣ್ಣದ, ಸಡಿಲವಾದ ಮತ್ತು ರಂಧ್ರಯುಕ್ತ ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಕನ್ನಡಕಗಳು, ಛೇದಕ/ಚೂಪಿ, ಬೂಟುಗಳು ಅಥವಾ ಚಪ್ಪಲಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಹೊರಗಿನ ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚಿರುವಾಗ ಶ್ರಮದಾಯಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 3 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಹೊರಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ನೀರನ್ನು ಒಯ್ಯಿರಿ.
- ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್, ಚಹಾ, ಕಾಫಿ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬೋನೇಟೆಡ್ ತಂಪು ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ, ಇದು ದೇಹವನ್ನು ನಿರ್ಜಲೀಕರಣಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

- ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಆಹಾರವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಹಳಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ.
- ನೀವು ಹೊರಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಟೋಪಿ ಅಥವಾ ಭತ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಮುಖ ಮತ್ತು ಕೈಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ
- ಪಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿದ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಅಥವಾ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ
- ನಿಮಗೆ ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ಮೂರ್ಛೆ ಹೋದಂತೆ ಅನಿಸಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ.
- ORS, ಲಸಿ, ತೋರಾನಿ (ಅಕ್ಕಿ ನೀರು), ನಿಂಬೆ ನೀರು, ಮಜ್ಜೆಗೆ ಮುಂತಾದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಇದು ದೇಹವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಹೈಡ್ರೇಟ್ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಕುಡಿಯಲು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ನೀಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ತಂಪಾಗಿರಿಸಿ, ಪರದೆಗಳು, ಶರ್ಟ್ ಗಳು, ಸನ್ ಶೇಡ್ ಮತ್ತು ತೆರೆದ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿ.
- ಫ್ಯಾನ್ ಗಳು, ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಆಗಾಗ್ಗೆ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ.

ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆ

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು ಶಾಖ ತರಂಗ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡಬಾರದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದೆ. ಅವು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ:

ಮಾಡಿ

- ಬಾಯಾರಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಕುಡಿಯಿರಿ. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೈಡ್ರೇಟ್ ಆಗಿರುವುದು ಅಗತ್ಯ.
- ದಿನದ ತಂಪಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಕಠಿಣ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿ.
- ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಅವರ್ತನ ಮತ್ತು ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ.
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸ್ಥಿತಿ ಹೊಂದಿರುವ ಗರ್ಭಿಣಿ ಕಾರ್ಮಿಕರು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಮಿಕರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಗಮನ ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಹೊರ ಹೋಗಬೇಕು.
- ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಅಥವಾ ಇನ್ನೂ ಸಣ್ಣ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ನೆಡುವುದು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ನೆರಳು ಮತ್ತು ತಂಪನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮೇಲ್ಮೈ ಮತ್ತು ಗಾಳಿಯ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಾಡಬೇಡಿ

- ಪಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿದ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಅಥವಾ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಈ ವಾಹನಗಳ ಲೋಹದ ಭಾಗಗಳು ವಾಹನಗಳನ್ನು ಸೂಪರ್ ಹೀಟ್ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.
- ಮಧ್ಯಾಹ್ನ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00 ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.00 ರ ಸುಮಾರಿಗೆ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಗಾಢ, ಭಾರವಾದ ಅಥವಾ ಬಿಗಿಯಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಡಿ. ಸಡಿಲವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ದೇಹವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರಬಿಡಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.
- ಹೊರಗಿನ ತಾಪಮಾನವು ಹೆಚ್ಚಿರುವಾಗ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬೇಡಿಕೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಡಿ.
- ಬಿಸಿಲು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಇರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಮಾಡಲೇಬೇಕಿದ್ದರೆ, ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಗಾಳಿಯಾಡಲು ಬಾಗಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಿರಿ.

- ಚಹಾ, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್, ಕಾಫಿ ಮತ್ತು ಗಾಳಿ ತುಂಬಿದ ಪಾನೀಯಗಳು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು
- ಪ್ರೋಟೀನ್ ಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಹಳಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಸನ್ ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ನಿಂದ ಬಾಧಿತರಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಸಲಹೆಗಳು:

- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಂಪಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಮಲಗಲಿ. ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಅವಳನ್ನು/ಅವನನ್ನು ಒರೆಸಿ/ಆಗಾಗ್ಗೆ ದೇಹವನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ. ಸಾಮಾನ್ಯ ತಾಪಮಾನದ ನೀರನ್ನು ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ ಕೊಳ್ಳಿ.ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ದೇಹದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು.
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ORS ಕುಡಿಯಲು ಅಥವಾ ನಿಂಬೆ ಶರಬತ್ತು/ ಟೋರಾನಿ ಅಥವಾ ದೇಹವನ್ನು ಮರುಜಲೀಕರಿಸಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾದದ್ದನ್ನು ನೀಡಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಹತ್ತಿರದ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ. ರೋಗಿಗೆ ತಕ್ಷಣ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾಗುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಶಾಖದ ಹೊಡೆತಗಳು ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಬಹುದು.

ತುರ್ತು ಕಿಟ್

- ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿ
- ಭತ್ತಿ/ ಟೋಪಿ ಅಥವಾ ಕ್ಯಾಪ್/ ಹೆಡ್ ಕವರ್
- ಹ್ಯಾಂಡ್ ಟವೆಲ್
- ಹ್ಯಾಂಡ್ ಫ್ಯಾನ್
- ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್/ ಗ್ಲುಕೋಸ್/ ಓರಲ್ ರೀಹೈಡ್ರೇಶನ್

ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ಹವಾಮಾನಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದು:

ತಂಪಾದ ಹವಾಮಾನದಿಂದ ಬಿಸಿ ಹವಾಮಾನಕ್ಕೆ ಬಂದವರು ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವ ಜನರು. ಶಾಖತರಂಗದ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ದೇಹವು ಶಾಖಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವವರೆಗೆ ಅವರು ಒಂದು ವಾರದ ಅವಧಿಗೆ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಬಾರದು. ಬಿಸಿ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಕ್ರಮೇಣ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷಯ - 12

ಶೀತ ಗಾಳಿ (ಕೋಲ್ಡ್ ವೇವ್)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಶೀತ ಗಾಳಿ ಎಂದರೇನು.
- » ಶೀತ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳು.
- » ಹಿಮಕಡಿತ (ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಬೈಟ್) ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಶೀತ ಗಾಯಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು.
- » ಶೀತ ಗಾಳಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು.
- » ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ ಮತ್ತು ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಬೈಟ್ ಆದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳುವ ಮುನ್ನ ನೀಡಬಹುದಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಶೀತ ಗಾಳಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಹವಾಮಾನ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಭಿನ್ನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಅತಿಯಾದ ಶೀತ ಹವಾಮಾನ ಕೂಡ ಆಗಿರಬಹುದು, ಇದು ಅತಿಯಾದ ಶೀತ ಹವಾಮಾನದ ದೀರ್ಘ ಅವಧಿಯಾಗಿರಬಹುದು, ಇದು ಅತಿಯಾದ ಗಾಳಿಯ ಚಳಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ, ಅದು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಇರುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ತಂಪಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಾನವ ಜನಸಂಖ್ಯೆ, ಬೆಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಸೇವೆಗಳ ಮೇಲೆ ನೇರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರದೇಶದ ಸರಾಸರಿ ತಾಪಮಾನಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಸರಾಸರಿ ತಾಪಮಾನದ ಕುಸಿತದಿಂದ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.



ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶಗಳು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಶೀತ ಅಲೆ ಮತ್ತು ಶೀತ ದಿನದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ತೀವ್ರ ಹವಾಮಾನದ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಜೀವ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಗಳ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಶೀತ ಗಾಳಿಯ ತಾಪಮಾನ: ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ಕನಿಷ್ಠ ತಾಪಮಾನವು ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ 100°C ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮತ್ತು ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ 0°C ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದಾಗ ಶೀತ ಗಾಳಿ ಪ್ರಚಲಿತವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

1. ಶೀತ ಗಾಳಿಯ ಅಲೆಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ:

- ದೊಡ್ಡ ಪರಿಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಂಪಾದ ಗಾಳಿಯು ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಬದಲಾದಾಗ ಶೀತ ತರಂಗವು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
- ಹೀಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಶೀತ ಅಲೆಗಳು ವಿಪರೀತ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹ ಇರಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಚಳಿಗಾಲದ ಚಂಡಮಾರುತ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



2. ಪರಿಣಾಮಗಳು:

- ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ (ಲಘೋಷ್ಣತೆ) ಮತ್ತು ಹಿಮಕಡಿತವು (ಫ್ರೋಸ್ಟ್ ಬೈಟ್) ವಿಪರೀತ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಶೀತದಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯು ಅಂಗಾಂಶ ಹಾನಿ ಮತ್ತು ಅಂಗವೈಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಹೀಗಾಗಿ ವೈದ್ಯಕೀಯವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ಅವು ಜಾನುವಾರುಗಳು ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಸಾವು ಮತ್ತು ಗಾಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಶೀತ ಅಲೆಯು ಭಾರವಾದ ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಹಿಮದೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದರೆ, ಮೇಯುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಹಸಿವು ಅಥವಾ ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾದಿಂದ ಸಾಯಬಹುದು.

3. ಶೀತಹವಾಮಾನದಿಂದಾಗಿ ಗಾಯ

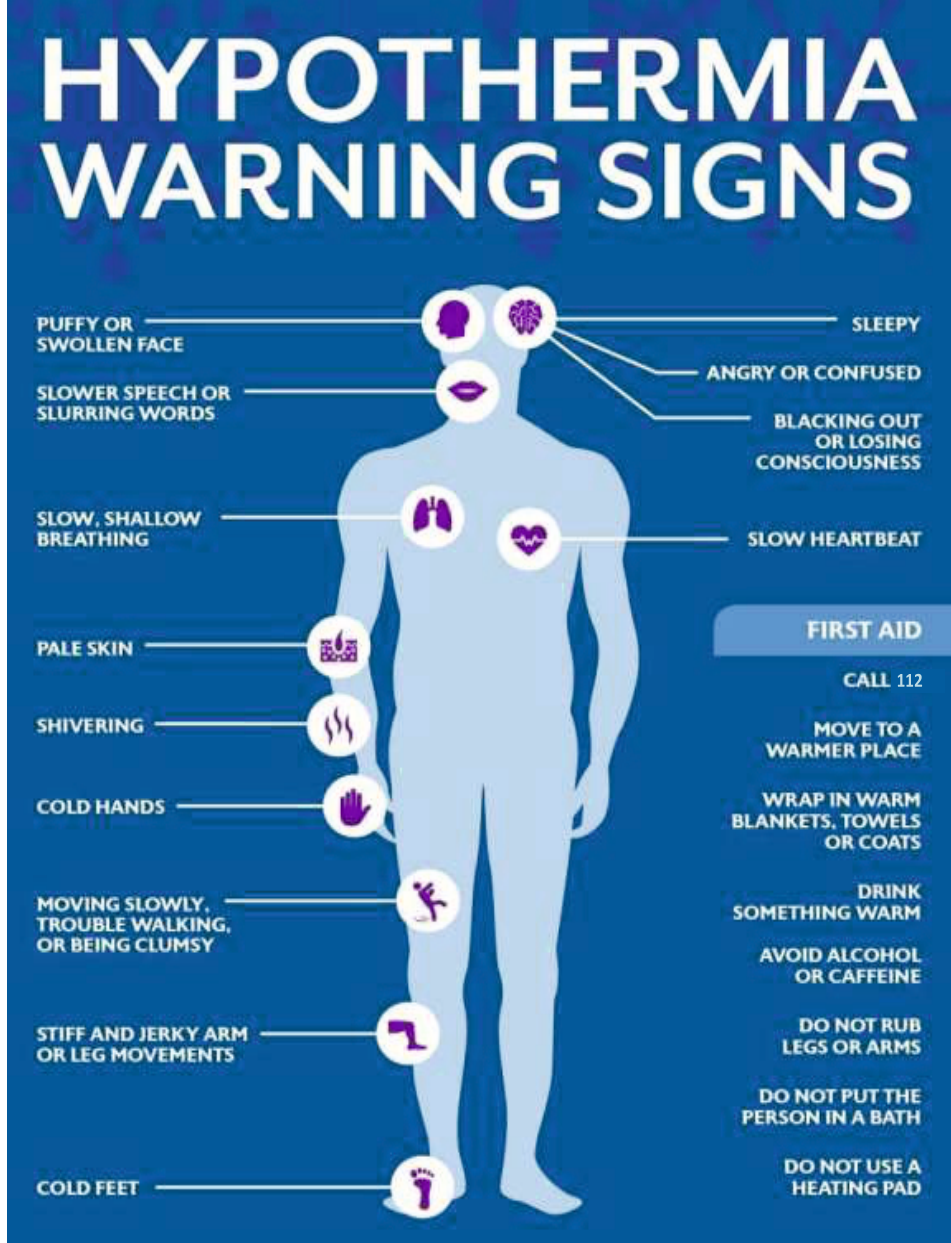
ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿಪರೀತ ಶೀತ ತಾಪಮಾನಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ದೇಹದ ತಾಪಮಾನದ ಇಳಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ಇದರಿಂದಾಗಿ ಶೀತದಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಹಿಮ ಕಡಿತ (ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಬೈಟ್)
- ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ನಿಪ್
- ಚಿಲ್ಲೇನ್ಸ್
- ಫೋಷ್ಣತೆ (ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ)

ಇತರೆ ತೊಂದರೆಗಳು

- ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ
- ಹಿಮ ಕುರುಡುತನ

ಅತಿಯಾದ ಶೀತಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ತುರ್ತು ಸ್ಥಿತಿಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು:



i. ಲಘೂಷ್ಣತೆ (ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ):

- ಸೌಮ್ಯ ಲಘೂಷ್ಣತೆ
- ತೀವ್ರ ಲಘೂಷ್ಣತೆ

ಸೌಮ್ಯ ಲಘೂಷ್ಣತೆ

ರೋಗ ಸೂಚನೆ ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಣಗಳು :

- ಜಡ ಕಣ್ಣಿನ ಪಾಪೆ (ಸ್ಲಗ್ಗಿಶ್ ಪ್ಯುಪಿಲ್)
- ತೂಕಡಿಕೆ (ಡ್ರೋಸಿನೆಸ್)
- ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗದ ನಡುಕ
- ದೃಷ್ಟಿ ನಷ್ಟ
- ಚಳಿ
- ತ್ವರಿತ ಉಸಿರಾಟ, ನಾಡಿಮಿಡಿತ ಕುಂಠಿತ

ತೀವ್ರ ಲಘೂಷ್ಣತೆ

ರೋಗ ಸೂಚನೆ ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಣಗಳು :

- ಕಠಿಣ ತುದಿಗಳು
- ಅತ್ಯಂತ ನಿಧಾನಗತಿಯ ನಾಡಿ ಬಡಿತ
- ಅತ್ಯಂತ ನಿಧಾನವಾದ ಉಸಿರಾಟ
- ನಡುಕ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
- ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
- ಸ್ಥಿರ ಮತ್ತು ಹಿಗ್ಗಿಸಿದ ಕಣ್ಣಿನ ಪಾಪೆಗಳು

ಲಘೂಷ್ಣತೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳು

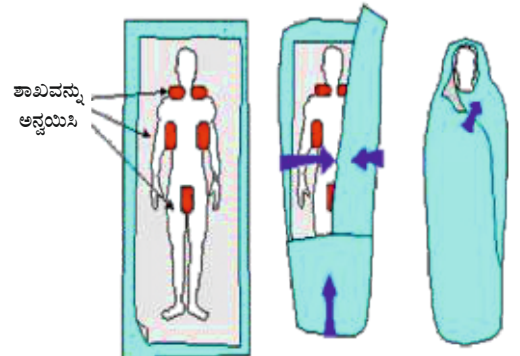
ಅಂಗ	ಪರಿಣಾಮ
ಮೆದುಳು	ಬದಲಾದ ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಉಸಿರುಕಟ್ಟುವಿಕೆ, ಕೋಮಾ
ಹೃದಯ	ಆರ್ಹೆಡಿಯಾ, ನಾಡಿರಹಿತವಿದ್ಯುತ್ ಚಟುವಟಿಕೆ
ಶ್ವಾಸಕೋಶ	ಇನ್ಫಲೇಷನ್ ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ, ವಯಸ್ಕ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್
ಮೂತ್ರಪಿಂಡ	ತೀವ್ರ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವೈಫಲ್ಯ
ಕರುಳು	GI ರಕ್ತಸ್ರಾವ
ರಕ್ತ	ಪ್ರಸರಣಗೊಂಡ ಇಂಟ್ರಾವಾಸ್ಕುಲರ್ ಹೆಮ್ಪಗಟ್ಟುವಿಕೆ (ಡಿಸ್ಸೆಮಿನಾಟೆಡ್ ಇಂಟ್ರಾವಾಸ್ಕುಲರ್ ಕೋಅಗ್ಯುಲೇಷನ್)

ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ ಮುನ್ನ ನೀಡಬಹುದಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಪ್ರೋಟೋಕಾಲ್ ಪ್ರಕಾರ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಅವರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು EMSಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸಿ.

- ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ
- ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು.
- ತೆರೆದ ಗಾಳಿ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು
- ನೀಡಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿ
- ತಣ್ಣನೆಯ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ.
- ಯಾವುದೇ ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಮತ್ತು ರೋಗಿಯನ್ನು ಕಂಬಳಿಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ.
- ರೋಗಿಯು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿದ್ದರೆ, ಬೆಚ್ಚಗಿನ ದ್ರವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು (ಉತ್ತೇಜಕವಲ್ಲದ) ನಿಧಾನವಾಗಿ ನೀಡಿ.
- ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಲಕ್ಷಣ ತೋರಿಸುವ ಪ್ರಮುಖ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿ.

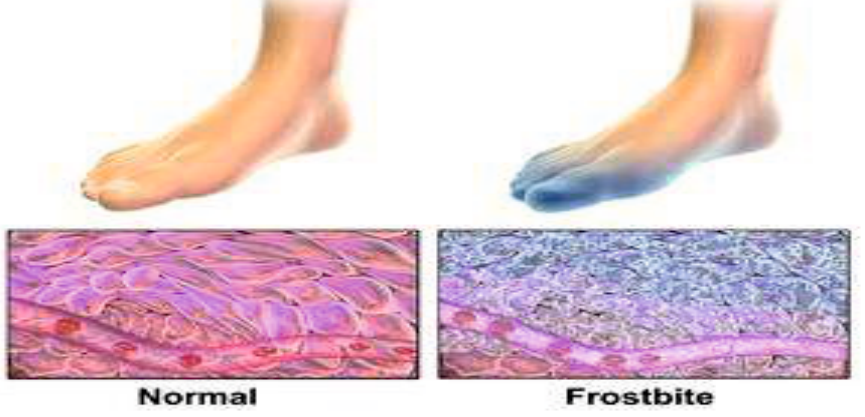
ಹೈಪೋಥರ್ಮಿಯಾ ಮತ್ತು



ii. ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಬೈಟ್ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಶೀತ ಗಾಯಗಳು:

- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳು, ಬೆರಳುಗಳು, ಮುಖ, ಮೂಗು ಮತ್ತು ಕಿವಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ.

ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಬೈಟ್ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಶೀತ ಗಾಯಗಳು:



ಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಶೀತ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಸ್ಥಳವನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು EMS ಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸಿ.

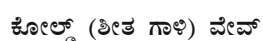
- ಶೀತ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ರೋಗಿಯನ್ನು ಹೊರ ತನ್ನಿ.
- ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ದೇಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ನಡೆಯಲು ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಗಾಯ ಮತ್ತು ಮರು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿ.
- ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ
- ಬೆರಳುಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿದರೆ ಅವುಗಳ ನಡುವೆ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಿ.
- ಆಳವಾಗಿದ್ದರೆ, ಒಣ, ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

ನಂತರದ ಅಥವಾ ಆಳವಾದ ಶೀತ ಗಾಯ:

ಹಿಮಕಡಿತದ ನಂತರದ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಗಾಯಗಳನ್ನು 'ನಂತರದ ಅಥವಾ ಆಳವಾದ ಶೀತದ ಗಾಯಗಳು' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಚರ್ಮವು ತುಂಬಾ ಮೇಣದಂತೆ ತೋರಬಹುದು ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ದೃಢವಾಗಿರಬಹುದು. ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ಅದು ಮೊಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಮಚ್ಚೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಪ್ರದೇಶವು ಊದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ಅತಿ ಬಿಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಗಿ ಸೂಚನೆ ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ಚರ್ಮದ ಮೇಲ್ಮೈ ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಮೈಕೆಳಗಿನ ಚರ್ಮದ ಪದರಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಚ್ಚೆಗಳು (ಚುಕ್ಕೆಗಳು). ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವು ಮೊದಲು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ನಂತರ ಬೂದು ಹಳದಿ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಬೂದು ನೀಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ.



6. ತಕ್ಷಣದ ಆರೈಕೆ:

- ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ, ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಕಂಬಳಿಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ, ಅವರನ್ನು ಮನೆಯೊಳಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕು. ರೂಮ್ ಹೀಟರ್ ಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು.
- ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸಾರು ಮತ್ತು ಸೂಪ್ ನೀಡಬೇಕು.
- ಬಿಸಿ ನೀರಿನ ಸ್ನಾನವನ್ನೂ ನೀಡಬಹುದು.
- ಅವರ ಪಾದಗಳನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ. ಅವನನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ರಹಿತ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ.
- ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ರಾಸಾಯನಿಕ ಶಾಖಪ್ಯಾಕ್ ಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು. ಅವರನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ತ್ವರಿತ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯು ಗಂಭೀರ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗ ಬಹುದು. ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ.
- ಅವರಿಗೆ ನಡೆಯಲು ಬಿಡಬೇಡಿ.



7. ಶೀತ ಹವಾಮಾನಕ್ಕೆ ತಯಾರಾಗುವುದು:

- ಜನರು ಶೀತ ಅಲೆಯ ಮೊದಲು ನೀರು, ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಇತರ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.
- ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುವ ಬೆಳೆಗಳಿಗೆ ನೀರಿನಿಂದ ಸಿಂಪಡಿಸಬಹುದು. ಈ ವಿಧಾನವು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಘನೀಕರಣದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸ್ಮಡ್ಜ್ ಮಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಕೋಲ್ಡ್ ವೇವ್ ಪೀಡಿತರ ದಾಖಲಾತಿಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ತಯಾರಿ ನಡೆಸಬಹುದು.
- ನೀವು ಬೆಚ್ಚಗಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ನೀವು ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಅನೇಕ ಪದರಗಳ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಿ
- ಮೇಣದಬತ್ತಿಗಳು, ಬ್ಯಾಟರಿ, ಪೋರ್ಟಬಲ್ ಇಂಧನ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಸ್ವಿಕೆ ಅಥವಾ ಒಲೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಮರದ ಬೆಂಕಿ ಕಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಟ್ಟದ ಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು....

- » ಕಟ್ಟಡ ಕುಸಿತದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣಗಳು.
- » ಹುಡುಕುವುದು ಮತ್ತು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಕುಸಿದ ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಾಟ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ (CSSR-ಕೊಲಾಪ್ಸ್ಡ್ ಸ್ಟ್ರಕ್ಚರ್ ಸರ್ಚ್ ಅಂಡ್ ರೆಸ್ಕ್ಯೂ) ಬಲವರ್ಧಿತ ಮತ್ತು ಬಲವರ್ಧಿತವಲ್ಲದ (ರಿಇನ್ಫೋರ್ಸ್ ಆರ್ ಅನ್ ರಿಇನ್ಫೋರ್ಸ್) ಕಲ್ಲು ಅಥವಾ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ರಚನಾತ್ಮಕ ಕುಸಿತದ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಹುಡುಕಾಟ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯಾಗಿದೆ.



ಕಟ್ಟಡ ಕುಸಿತದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣಗಳು:

- ನೆಲದ ಅಸ್ಥಿರತೆ (ಮಣ್ಣಿನ ಸ್ಲೈಡ್ ಗಳು, ಸಿಂಕ್ ರಂಧ್ರಗಳು).
- ಬೆಂಕಿ ಅಪಘಾತ
- ವಾಹನದ ಪ್ರಭಾವ.
- ಕಟ್ಟಡದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು (ವಯಸ್ಸು, ವಸ್ತುಗಳು, ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸ).
- ವಿಪರೀತ ಹವಾಮಾನ: ಮಳೆ / ಪ್ರವಾಹದ ನೀರು, ಹಿಮ ಸಂಗ್ರಹಣೆ, ಸುಂಟರಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಗಾಳಿ ಬಿರುಗಾಳಿಗಳು.
- ಸ್ಫೋಟಗಳು (ಬಾಂಬ್ ಗಳು, ಯುಟಿಲಿಟಿಗಳು, ಪಟಾಕಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ).
- ಭೂಕಂಪ / ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಚಟುವಟಿಕೆ (ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಬೂದಿನಿಕ್ಷೇಪಗಳು).

ಹುಡುಕುವುದು ಮತ್ತು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು-

ಕುಸಿದ ಕಟ್ಟಡದೊಳಗೆ ಒಂದು ಶೂನ್ಯ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಂತ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳ ಒಂದು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಆಗಿದೆ

ಭೌತಿಕ ಹುಡುಕಾಟಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮೂಲಭೂತ ಸಲಕರಣೆಗಳು

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸೆಟ್ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಿಟ್.
- ಕನಿಷ್ಠ 12 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕನಿಷ್ಠ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸರಬರಾಜುಗಳು:
 - ಕುಡಿಯುವ ನೀರು
 - ಆಹಾರ
 - ಸರಿಯಾದ ಬಟ್ಟೆ
- ಕನಿಷ್ಠ ಮೂಲಭೂತ ಉಪಕರಣಗಳು
- ಪೋರ್ಟಬಲ್ ರೇಡಿಯೋಗಳು (ವಾಕಿ-ಟಾಕಿ), ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ.
- ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಸರಬರಾಜು
 - ಬಣ್ಣ
 - ಸೀಮೆಸುಣ್ಣ
 - ಧ್ವಜಗಳು
 - ಶಂಕುಗಳು
 - ಗುರುತು/ ದೃಶ್ಯ ಟೇಪ್‌ಗಳು
- ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಸಾಧನಗಳು
- ಸ್ಥಳಾನ್ವೇಷಕ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಸಾಧನಗಳು
 - ದುರ್ಬೀನುಗಳು
 - ಫೋಟೋ ಕ್ಯಾಮೆರಾ
 - ಬ್ಯಾಟರಿ
- ಹುಡುಕಲು ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳು, ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ಗಳು, ಬಣ್ಣದ ಪೆನ್ನುಗಳು, ಕ್ಲಿಪ್‌ಬೋರ್ಡ್‌ಗಳು
- ಸುಧಾರಿತ ತಾಂತ್ರಿಕ ಹುಡುಕಾಟ ಉಪಕರಣಗಳು
- ಹೆಚ್ಚುವರಿ ವಸ್ತುಗಳು
 - ಅಪಾಯಕಾರಿ ವಸ್ತುಗಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

ಹುಡುಕಾಟ ಮತ್ತು ಪತ್ತೆಗಾಗಿ ಹಂತಗಳು

1. ಲಭ್ಯವಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಂಪೈಲ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ.
2. ಕೋನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಗುರುತು / ದೃಶ್ಯ ಟೇಪ್‌ಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

3. ಕಟ್ಟಡದ ಸ್ಥಿರತೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ. ಅವಶೇಷಗಳೊಳಗೆ ಜನರು ಸಿಲುಕಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಿ.
4. ಮೇಲ್ಮೈ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಸುಲಭ ಪ್ರವೇಶದೊಂದಿಗೆ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ.
5. ಕಟ್ಟಡದ ರೇಖಾಚಿತ್ರವನ್ನು ರಚಿಸಿ.
6. ಹುಡುಕಬೇಕಾದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ.
7. ಹುಡುಕಾಟ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ.
8. ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಸಲಕರಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾವ್ಯ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳವನ್ನು ದೃಢೀಕರಿಸಿ.
9. ಪತ್ತೆಯಾದರೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಪೂರ್ವ-ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.

ಶೋಧ ಮಾದರಿಗಳು

ಆತುರದ ಹುಡುಕಾಟ

ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ಬದುಕುಳಿದವರ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದಾದ ಶೂನ್ಯ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ಸಲುವಾಗಿ ಈ ರೀತಿಯ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ಬಹಳ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆತುರದ ಹುಡುಕಾಟವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ:

- ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳ ತ್ವರಿತ ಪತ್ತೆ
- ದೃಶ್ಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ (ರಕ್ಷಣಾ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಗಾತ್ರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿ ಸಹಾಯಗಳು)
- ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಸ್ತಾರವಾದ / ಗ್ರಿಡ್ ಶೋಧ

ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳ ನಿಖರವಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಈ ರೀತಿಯ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ಬಹಳ ಕ್ರಮಬದ್ಧ / ತಾಂತ್ರಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಅಥವಾ ಗ್ರಿಡ್ ಹುಡುಕಾಟವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ:

- ಸಮಗ್ರ, ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಹುಡುಕಾಟ
- ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಪರಿಶೀಲನೆಗಳು
- ಪರ್ಯಾಯಶೋಧ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳ ಬಳಕೆಗೆ ಅನುಮತಿಸುತ್ತದೆ

ಶೋಧ ವಿಧಾನಗಳು

ಭೌತಿಕ ಶೋಧ

ಭೌತಿಕ ಶೋಧ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೆ ತಜ್ಞ ಅಥವಾ ವಿಶಿಷ್ಟ, ದುಬಾರಿ ಉಪಕರಣಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸ್ಥಾಪಿತ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳು ಮಾತ್ರ ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ.

ಭೌತಿಕ ಶೂನ್ಯ ಶೋಧ

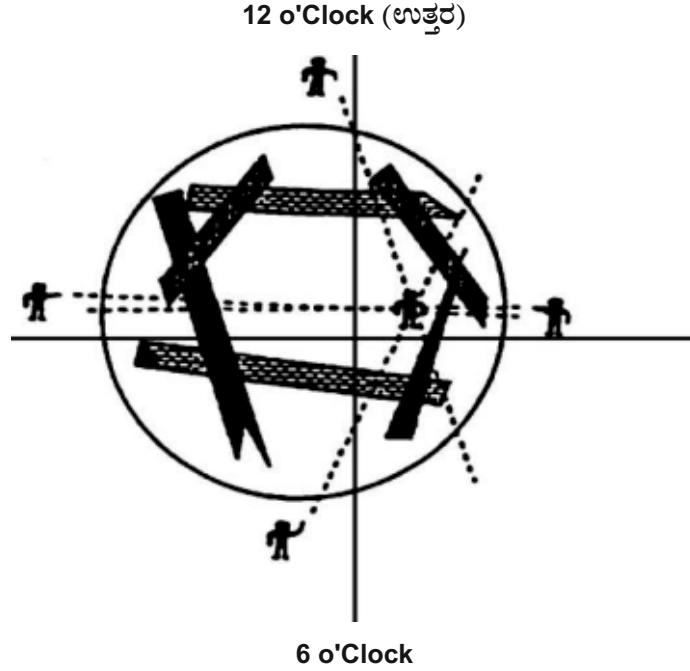
ಹೆಚ್ಚಿನ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ, ತಜ್ಞ ರಕ್ಷಣಾ ತಂಡಗಳು ಬರುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ, ನೆರೆಹೊರೆಯವರು, ದಾರಿಹೋಕರು ಅಥವಾ ಮೊದಲು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು ಮೂಲಭೂತ ಭೌತಿಕ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ "ವಿಪತ್ತು ಮಿತ್ರ" ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಅಂತಹ ರೀತಿಯ ಹುಡುಕಾಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಬಹುದು.

ಕೂಗಿ ಕರೆಯುವ ಶೋಧ ವಿಧಾನ

'ಕುಸಿದ ಕಟ್ಟಡದ ಸುತ್ತಲೂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ' ಹೋಗುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಶೋಧಕನು ಜೋರಾಗಿ ಅಥವಾ ಮೆಗಾಫೋನ್ ಬಳಸಿ ಕರೆಯಬೇಕು, "ನಾನು ಕೂಗುತ್ತಿರುವುದು ನಿಮಗೆ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕರೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಐದು ಬಾರಿ ತಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ತಟ್ಟಿರಿ." ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ "ಅಗರ್ ಕೋಯಿ ಮೇರಿ ಅವಾಜ್ ಸುನ್ ರಹಾ ಹೈ ತೋ ಮದರ್ಥ್ ಕಿ ಲಿಯೆ ಪುಕಾರೆ ಅನ್ಯಾಥಾ ಕಿಸಿ ವಸ್ತು ಪರ್ ಪಾಂಚ್ ಬಾರ್ ಪ್ರಹಾರ್ ಕರೆ "

ಎಲ್ಲಾ ಶೋಧಕರು ನಂತರ ಸೂಚನೆಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಭಾವ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಶೋಧಕರು ಶಬ್ದವನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಅವರು ಸೂಚಿಸುವ ದಿಕ್ಕು ಶಬ್ದದ ಮೂಲದ ಮೇಲೆ ತ್ರಿಕೋನವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ರಕ್ಷಕನು ಮಾಡುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಆ ಪ್ರದೇಶದ ರೇಖಾಚಿತ್ರ ಮತ್ತು ಶಬ್ದದ ಮೂಲದ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಸಹ ರೇಖಾಚಿತ್ರದ ಮೇಲೆ ಗುರುತಿಸಬೇಕು.

ಕೂಗು ಹಾಕುವ ಜೊತೆಗೆ, ಶೋಧಕರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಸಲುವಾಗಿ ಅವಶೇಷಗಳ ಮೇಲೆ ಘನವಾದ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಲೋಹೀಯ) ಏನನ್ನಾದರೂ ತಟ್ಟಬಹುದು.



ಕೂಗಿ ಕರೆಯುವ ಶೋಧ ವಿಧಾನದ ಅನುಕೂಲಗಳು:

- ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ. ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಆವರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದೆ.
- ತಜ್ಞರು ಅಥವಾ ಅನನ್ಯ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬಹುದು.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಸ್ಥಳದ ಮೇಲೆ ತ್ರಿಕೋನೀಕರಣವಾಗಿ ಶೋಧ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಸಾಪೇಕ್ಷ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಸ್ಥಾನಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ಹಗಲು ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಮೆಗಾಫೋನ್ ಗಳು ಮತ್ತು ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಸಾಧನಗಳ ಬಳಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಈ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

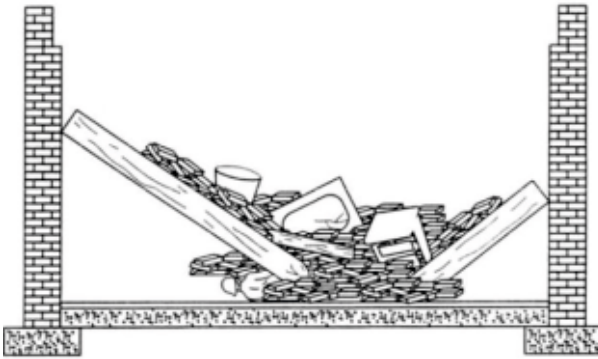
ಭೌತಿಕ ಶೂನ್ಯ ಹುಡುಕಾಟದ ಅನುಕೂಲಗಳು

- ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ.
- ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಆವರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದೆ.
- ತಜ್ಞರು ಅಥವಾ ವಿಶೇಷ ತಾಂತ್ರಿಕ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾದರಿಯ ಹುಡುಕಾಟ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಿಗೆ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬಹುದು.
- ದೃಶ್ಯ ವೀಕ್ಷಣೆಯು ಪತ್ತೆಯಾದ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ನಿಖರವಾದ ಸ್ಥಳ, ಸ್ಥಾನ, ಸ್ಥಿತಿಯ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪರಿಶೀಲನೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.
- ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಗೆ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಿಶೀಲನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಭೌತಿಕ ಶೂನ್ಯ ಹುಡುಕಾಟದ ಅನಾನುಕೂಲತೆಗಳು

- ಮೇಲ್ಮೈ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದಾದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹುಡುಕಬಹುದು.
- ಹಗಲು ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಈ ವಿಧಾನ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.
- ಶೋಧ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಾಮೀಪ್ಯವು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದು.
- ಈ ಶೋಧ ತಂತ್ರದ / ಫಲಿತಾಂಶ ಎಲ್ಲಾ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಾಯಕವಲ್ಲ.

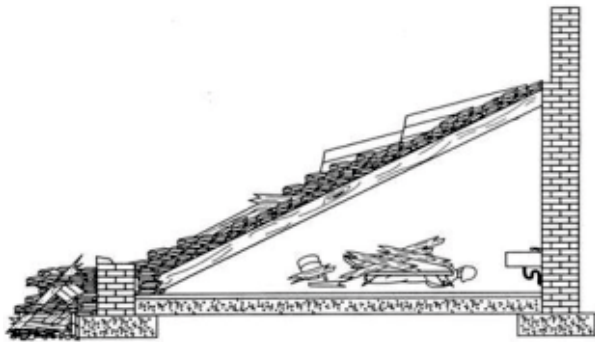
ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಟ್ಟಡ ಕುಸಿತ ಆದಾಗಸಂಭಾವ್ಯ ಖಾಲಿ (ಶೂನ್ಯ) ಸ್ಥಳಗಳಮಾದರಿಗಳು



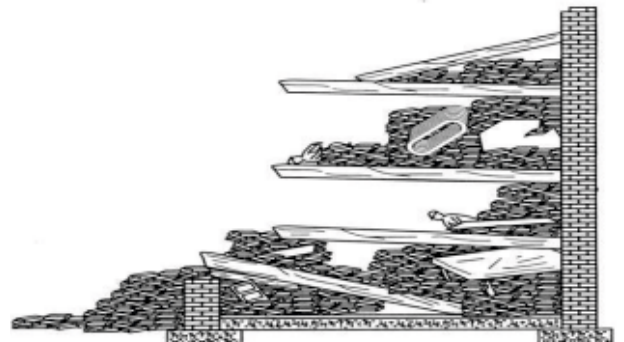
V-ಮಾದರಿ ಕುಸಿತ



ಪ್ಯಾನ್ ಕೇಕ್ ಕುಸಿತ



ವಾಲಿದ ಮಾದರಿ ಕುಸಿತ



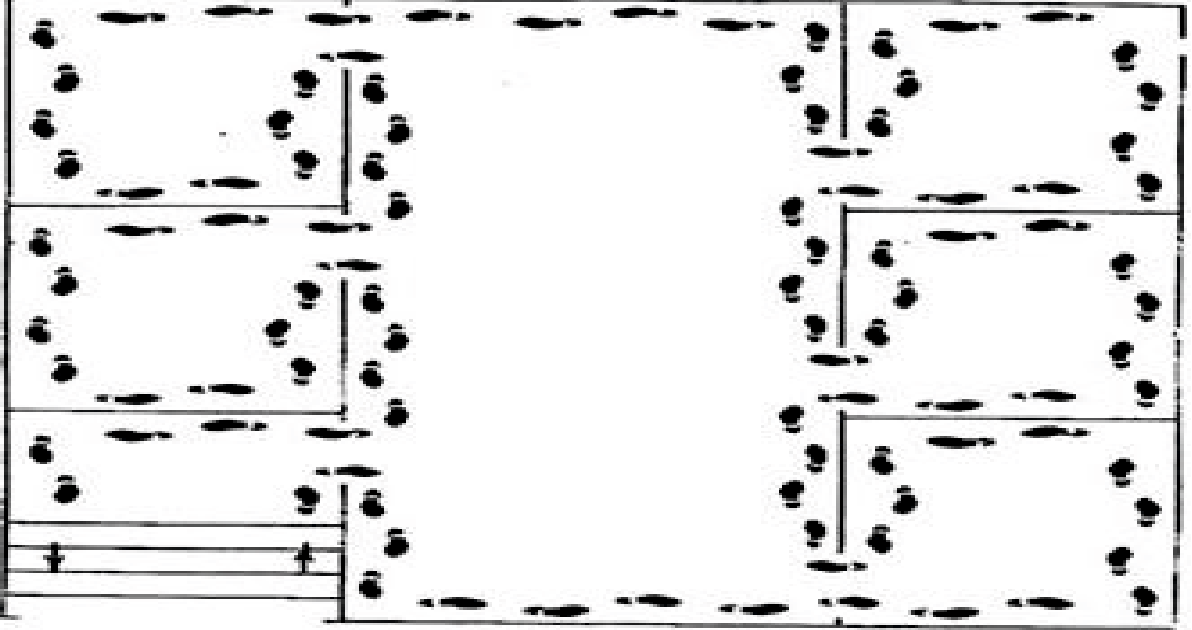
ಚಾಚು ತೊಲೆ (ಕ್ಯಾಂಟಿಲಿವರ್) ಕುಸಿತ

ಕೂಗಿ ಕರೆಯುವ ಶೋಧ ವಿಧಾನದ ಅನಾನುಕೂಲಗಳು:

- ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಸ್ಥಿತಿಯು ಹದಗೆಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವು ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಗುರುತಿಸಬಹುದಾದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಮಾಡುವ ಸದ್ದು ಅವಶೇಷಗಳಿಂದ ಆಚೆ ಬರದೇ, ಕೇಳದೆ ಹೋಗಬಹುದು
- ಕಟ್ಟಡಗಳು ಹೊರಗೆ ತಲುಪುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ಶೋಧಕರು ಕೇಳದೆ ಹೋಗಬಹುದು
- ಈ ಶೋಧ ತಂತ್ರಗಳ ಫಲಿತಾಂಶವು ಎಲ್ಲಾ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಾಯಕವಲ್ಲ.
- ಬದುಕುಳಿದವರ ನಿಖರವಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಶೋಧ ತಂತ್ರಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಬಹು ಕೋಣೆಗಳಿಗಾಗಿ ಭೌತಿಕ ಶೋಧ ಮಾದರಿಗಳು

ಅನೇಕ ಕೋಣೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಮೂಲ ಸೂಚನೆಯೆಂದರೆ "ಬಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಹೋಗಿ."



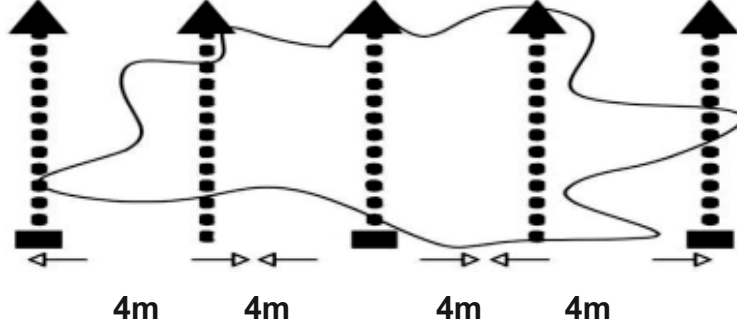
ಚಿತ್ರ: ಬಹು ಕೋಣೆ ಹುಡುಕಾಟಕ್ಕಾಗಿ " ಬಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಹೋಗಿ" ವಿಧಾನ.

ರಚನೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ನಂತರ, ಬಲಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಶೋಧಿಸುವವರೆಗೆ ಮತ್ತು ತಂಡವು ಆರಂಭಿಕ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗುವವರೆಗೆ, ದೃಷ್ಟಿ ಅಥವಾ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಬಲ ಗೋಡೆಯ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಿ. ಶೋಧ ತಂಡವು ನಿರ್ಗಮಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ದಿಕ್ಕನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಸುಮ್ಮನೆ ತಿರುಗಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ದೃಶ್ಯಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ ಒಂದೇ ಗೋಡೆಯ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಿ.

ದೊಡ್ಡ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶಗಳು (ಸಾಲು ಹುಡುಕಾಟ)

ಅನೇಕ ವಿಭಜಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಭಾಂಗಣಗಳು, ಕೆಫೆಟೀರಿಯಾಗಳು ಮತ್ತು ಕಚೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಲೈನ್ ಮಾದರಿ ಹುಡುಕಾಟ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ.

1. ಶೋಧ ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರನ್ನು 3 ರಿಂದ 4 ಮೀಟರ್ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಸರಳ ರೇಖೆಯಲ್ಲಿ ಹರಡಿರಿ.
2. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇಡೀ ಅವಶೇಷಗಳ ಪ್ರದೇಶದ ಮೂಲಕ ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಗೆ ನಡೆಯಿರಿ.



ಚಿತ್ರ: ಸಾಲು ಹುಡುಕಾಟಮಾದರಿ

- ಲೈನ್ ಹುಡುಕಾಟ ಪರಿಧಿಕೋಣಗಳ ತುದಿಗಳಲ್ಲಿ ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರು ಬಲ-ವಾಸ್ತವ್ಯದ ಸರಿಯಾದ ಹವಾಮಾನ ಬಳಸಿ ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ.
- ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಪುನರಾವರ್ತಿತಬಹುದು.

ಕನೈನ್ ಹುಡುಕಾಟ

ಈ ರೀತಿಯ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ವಿಶೇಷ ನಾಯಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಹ್ಯಾಂಡ್ಲರ್ ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಿಶೇಷ ತಂಡಗಳು ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದ ಜನರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ.

ಸಂತ್ರಸ್ತರ ನಿರ್ವಹಣೆ

ಕೊನೆಯ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಹುಡುಕುವ ತನಕ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು.

1. ಹುಡುಕಾಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು

- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಕೇಳಬಾರದ ಅನುಚಿತ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಾವಿಸಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಜೀವಂತವಾಗಿರಲು ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಹೊರತರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುವುದರ ಮೂಲಕ ನೀವು ಅವರ ಬದುಕುಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಸಮರ್ಥವಾದ ಮೊದಲ ವ್ಯಕ್ತಿ ನೀವು ಆಗಿರಬಹುದು; ಆದ್ದರಿಂದ, ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

2. ಪತ್ತೆ ಸಿಕ್ಕ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಜೊತೆ ಆರಂಭಿಕ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕಾಗಿ ಹಂತಗಳು



- ಭಾಷೆಯ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಜಯಿಸಿ
- ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಪದಗಳ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಇದರಿಂದ ಒಬ್ಬ ರಕ್ಷಕರಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಈಕೆಳಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ:
 - ಹೆಸರು
 - ವಯಸ್ಸು ಅಥವಾ ಮಗು (ಅಂದಾಜು ವಯಸ್ಸು)
 - ಗಾಯದ ವಿಧ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪ್ತಿ
 - ಜಲಸಂಚಯನ ಸ್ಥಿತಿ
 - ಬೆಚ್ಚಗಿನ
 - ಬಂಧನದ ಅವಧಿ

ಸುಧಾರಿತ ಶೋಧ ಸಾಧನ

ಅಕೌಸ್ಟಿಕ್ ಬಳಸಿ ಪತ್ತೆ

- ಸ್ಟೆತೋಸ್ಕೋಪ್
- ಕಂಬದ ಮೇಲೆ ಮೈಕ್ರೋಫೋನ್‌ನೊಡಿಸಿದ ರೆಕಾರ್ಡರ್

ದೃಶ್ಯ ಮಾಧ್ಯಮ ಬಳಸಿ ಪತ್ತೆ

- ಪ್ರಕಾಶದೊಂದಿಗೆ ಟೆಲಿಸ್ಕೋಪಿಕ್ ಕನ್ನಡಿ
- ಸಾಮಾನ್ಯ ವೀಡಿಯೋ ಕ್ಯಾಮೆರಾ

ಧ್ವನಿ ಮಾಧ್ಯಮ ಬಳಸಿ ಪತ್ತೆ

- ಮೈಕ್ರೋಫೋನ್‌ನೊಡಿಸಿದ ಧ್ವನಿವರ್ಧಕವನ್ನು
- ಪೋರ್ಟಬಲ್ ರೇಡಿಯೋಗಳು

ವಿಷಯ - 14

ಭಾರ (ಲೋಡ್) ಎತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವುದು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಲೋಡ್ ಎತ್ತುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ
- » ಲಿವರ್, ಅದರ ಮೂರು ಘಟಕಗಳು ಮತ್ತು ಲಿವರ್ ನ ಮೂರು ವರ್ಗಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- » ಒಂದು ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಬಳಸುವ ಎರಡು ವಿಧದ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.
- » ಪೈಪ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಲೋಡ್‌ಅನ್ನು ರೋಲ್‌ಲಾಡಲು ಹಂತಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಸ್ನಾಯು ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕಿಂತ ಯಂತ್ರಗಳಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ ಸುಲಭ ಎಂದು ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಮನುಷ್ಯ ಕಲಿತನು. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಭಾರವಾದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಉಪಕರಣದ ಚಲನೆ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯು ಮತ್ತಷ್ಟು ಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಮೂಲಕ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಈಡು ಮಾಡಬಹುದು.

ದೊಡ್ಡ ಹೊರೆಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಎತ್ತಲು ಅದ್ಭುತ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ರಚಿಸಲು ಮೂಲಭೂತ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಅದೇ ಲೋಡ್ ಗಳನ್ನು ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಚಲಿಸಬೇಕಾದ ಲೋಡ್ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಮೈ ನಡುವಿನ ಘರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸಾಪೇಕ್ಷವಾಗಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಚಲಿಸಬಹುದು.

1. ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಎತ್ತುವ ಅಥವಾ ಚಲಿಸುವ ಮೊದಲು

ಲೋಡ್ ಎತ್ತುವ ಅಥವಾ ಸರಿಸುವ ಮೊದಲು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು:

- ಹೊರೆಯ ತೂಕ
- ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಸರಿಸಿದಾಗ ಆಗಬಹುದಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳು (ಏನಾಗುತ್ತದೆ)
- ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಎತ್ತುವ ಅಥವಾ ಚಲಿಸುವ ವಿಧಾನದ ಆಯ್ಕೆ

2. ಲೋಡ್ ಗಳನ್ನು ಎತ್ತುವ ವಿಧಾನಗಳು

2.1 ಲಿವರ್

ಒಂದು ಲೋಡ್ ಎತ್ತಲು ಲಿವರ್ ಸರಳ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಲಿವರ್ ಒಂದು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾದ ಪಟ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದು, ನೇರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಬಾಗಿದ, ಅದು ಫುಲ್ ಕ್ರಂ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಅಂಟಿಸಿದ ಬಿಂದುವಿನ ಮೇಲೆ ಚಲಿಸಲು ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಲಿವರ್ ಸ್ವತಃ ಒಂದು ಸರಳ ಯಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಕೀರ್ಣ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳ ಒಂದು ಘಟಕ ಭಾಗವೂ ಆಗಿರಬಹುದು.

ಲಿವರ್ ಅನೇಕ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಲಿವರ್ ಗಳ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಉದಾಹರಣೆಗಳೆಂದರೆ ಸಲಿಕೆ, ಕ್ರೋವ್ ಬಾರ್, ಪ್ಲೇಯರ್ ಗಳು, ಸುತ್ತಿಗೆ, ಕತ್ತರಿಗಳು ಮತ್ತು ರಿಂಚ್. ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ, ಒಂದು ಲಿವರ್ ಬೆಂಬಲದ ನೇಮಕದ ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುವ ಕಠಿಣ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಪರಿಭ್ರಮಣ ಬಿಂದುವನ್ನು ಫುಲ್ಕ್ರಂ ಅಥವಾ ಅಕ್ಷ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುವನ್ನು ಸರಿಸಲು ಲಿವರ್ ಅನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಸ್ಥಳವೇ ಫುಲ್ ಕ್ರಂ.

ಲಿವರ್ ಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳು:

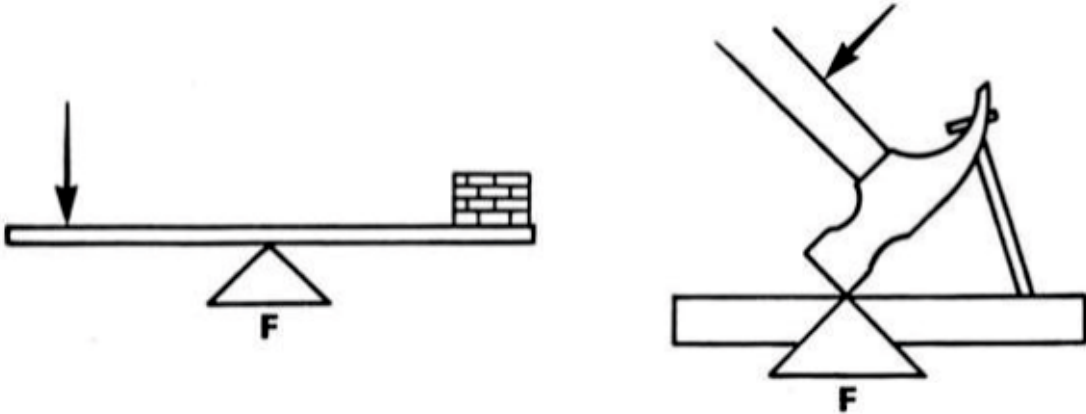
- A. ಕೈಯಿಂದ ಚಲಿಸಲು ತುಂಬಾ ಭಾರವಾದ ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಸರಿಸಲು
- B. ಎಳೆಯಲು
- C. ಎತ್ತಲು

ಲಿವರ್ ಅನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಮೂರು ಘಟಕಗಳಿವೆ:

- ಫುಲ್ಕ್ರಂ,
- ಲೋಡ್ ಮಾಡಿ,
- ಬಲ.

ಲಿವರ್ ನ ಮೂರು ವರ್ಗಗಳು

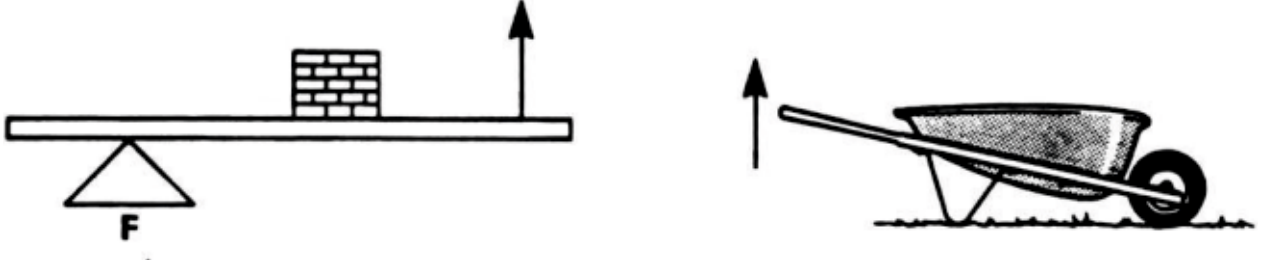
ಪ್ರಥಮದರ್ಜೆ ಲಿವರ್ (ಕ್ಲಾಸ್ ಒನ್ ಲಿವರ್): ಬಲ ಮತ್ತು ಹೊರೆಯ ನಡುವೆ ಫುಲ್ಕ್ರಂ ಅನ್ನು ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಹೊರೆಯನ್ನು ಲಂಬವಾಗಿ ಎತ್ತುವಾಗ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಉದ್ದವಾದ ಲಿವರ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.



ಚಿತ್ರ: ಪ್ರಥಮದರ್ಜೆ ಲಿವರ್ ನ ಉದಾಹರಣೆ

ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಚಲಿಸಲು ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಲಿವರ್ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಲೋಡ್ ಲಿವರ್ ನ ಒಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್ ಫೋರ್ಸ್ ಅನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇವೆರಡರ ನಡುವೆ ಒಂದು ಫುಲ್ ಕ್ರಂ ಇರುತ್ತದೆ. ಕ್ರೋವ್ ಬಾರ್ ಮತ್ತು ಪ್ಲೇ ಬಾರ್ ಗಳು ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಲಿವರ್ ನ ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಲಂಬವಾಗಿ ಎತ್ತುವು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ.

ದ್ವಿತೀಯ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ (ಕ್ಲಾಸ್ ಟೂ ಲಿವರ್): ಬಲ ಮತ್ತು ಫುಲ್ಕ್ರಂ ನಡುವೆ ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ



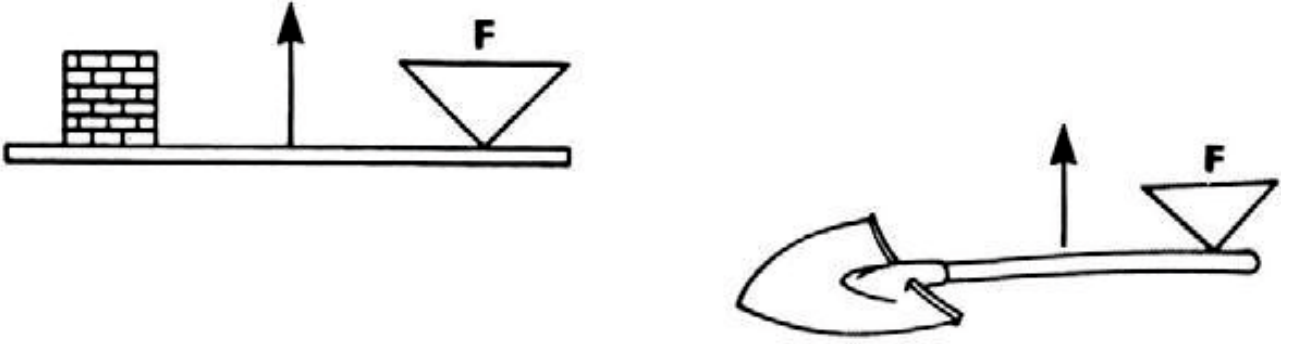
ಚಿತ್ರ: ದ್ವಿತೀಯದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ ನ ಉದಾಹರಣೆ

ಎರಡನೇ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಲಿವರ್ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮೂಲಾಧಾರ, ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೊರೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಬಲವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ವ್ಹೀಲ್ ಬ್ಯಾರೋಗಳು ಎರಡನೇ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ ನ ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಲಿವರ್ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಚಲಿಸಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ತೃತೀಯ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ (ಕ್ಲಾಸ್ ಥ್ರೀ ಲಿವರ್): ಬಲವನ್ನು ಲೋಡ್ ಮತ್ತು ಫುಲ್ಕ್ರಂ ನಡುವೆ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೂರಕ್ಕಾಗಿ ಬಲವನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ರೀತಿಯ ಲಿವರ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದು ಒಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರೆಯನ್ನು ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ, ವಿರುದ್ಧ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಫುಲ್ಕ್ರಂ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಬಲವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಲಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೊರಕೆಗಳು ಮೂರನೇ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ ಗಳ ವಿಧಗಳಾಗಿವೆ.

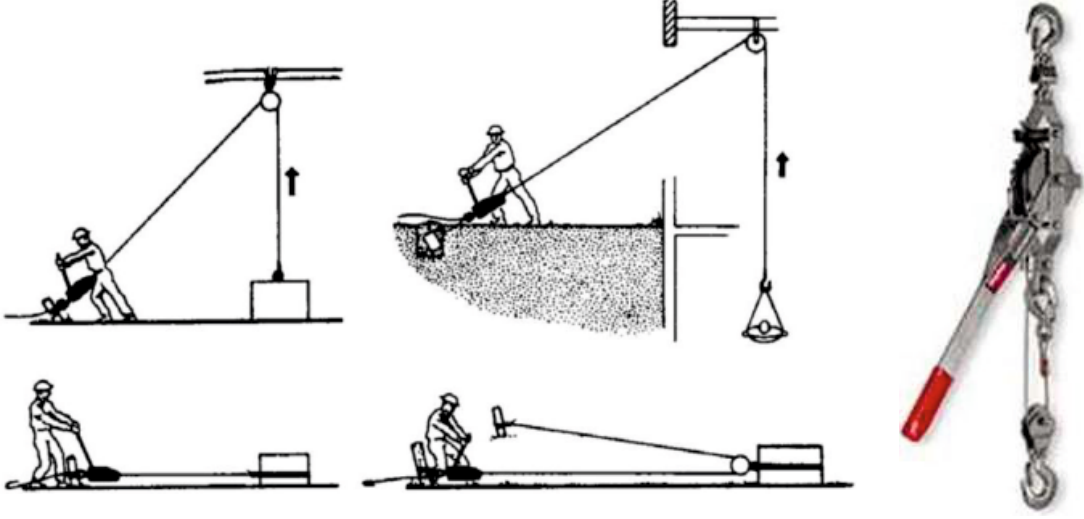
ಉದಾಹರಣೆಗಳು:



ಚಿತ್ರ: ತೃತೀಯ ದರ್ಜೆಯ ಲಿವರ್ ನ ಉದಾಹರಣೆ

ದಿ ಕಮ್-ಅಲಾಂಗ್

ಲಿವರ್ ಮತ್ತು ಗೇರ್ ರಾಚಿಟಿಂಗ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಎತ್ತಲು ಮತ್ತು ಎಳೆಯಲು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಆಂಕರ್ ಹುಕ್ ಅನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮತ್ತೊಂದು ಹುಕ್ ಅನ್ನು ಟ್ರಾಕ್ ಟೇಬಲ್ ಚೈನ್ ಅಥವಾ ಸ್ಪೀಲ್ ಕೇಬಲ್ ಗೆ ಜೋಡಿಸಲಾಗಿದೆ.



ಚಿತ್ರ: ಕಮ್-ಅಲಾಂಗ್ ನ ವಿವಿಧ ಉಪಯೋಗಗಳು

ಹೈಡ್ರಾಲಿಕ್ ಜ್ಯಾಕ್/ರಾಮ್

ಈ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ರಾಮ್ ಗೆ ಬಲಪ್ರಯೋಗಿಸಲು ಲಿವರ್ ನೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೈಡ್ರಾಲಿಕ್ ಜ್ಯಾಕ್ ಗಳನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಭಾರವಾದ ಹೊರೆಗಳನ್ನು ಎತ್ತಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಅವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ, ಅವು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ - ಕೈಯಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಬಾಟಲ್ ಜ್ಯಾಕ್ 50 ಟನ್ ಗಳಷ್ಟು ಎತ್ತಬಹುದು. ಹೈಡ್ರಾಲಿಕ್ ಜ್ಯಾಕ್ ಟೇಬಲ್ ಅನ್ನು ನೆಲಕ್ಕೆ ಇಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಜ್ಯಾಕ್ ಅನ್ನು ಪಾರ್ಶ್ವ ಲೋಡ್ ಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿಲ್ಲ.



3. ಹೊರೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಬಳಸುವುದು

3.1 ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್:

ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಎತ್ತಿದಾಗ, ರಕ್ಷಕ ಮತ್ತು ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ವಿಧಾನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಬೆಂಬಲದ ಒಂದು ತ್ವರಿತ, ಸರಳ ವಿಧಾನವನ್ನು "ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್" ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಲೋಡ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಬಳಸುವ ಮರದ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಟೇಬಲ್ ಪ್ಲಾಟ್ ಫಾರ್ಮ್ ಆಗಿ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ತೂಕವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಕಾಲಮ್ ನಂತೆ ಜೋಡಿಸಲಾದ ಸಣ್ಣ ಗಾತ್ರದ ಮರದ ತುಂಡುಗಳಿಂದ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ತುಂಬಲು ಮತ್ತು ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅದರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಶಿಮ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸಮ ಅಥವಾ ಇಳಿಜಾರು ಮೇಲ್ಮೈಗಳೊಂದಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಒತ್ತಡದ ಕೋನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಶಿಮ್ಸ್ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮರದ ನಾರುಗಳನ್ನು ಕಾಲ ಕ್ರಮೇಣ ಪುಡಿ ಆಗುವುದರಿಂದ ಮರದ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ವೈಫಲ್ಯವು ನಿಧಾನ ಮತ್ತು ಗದ್ದಲ ಮಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರಕ್ಷಕರಿಗೆ ಮುಂಬರುವ ವೈಫಲ್ಯದ ಮಾದರಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸುಧಾರಿತ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ನ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳು:

A. ವಸ್ತುವು ಎರಡೂ ಮೇಲ್ಮೈಗಳಲ್ಲಿ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿರಬೇಕು

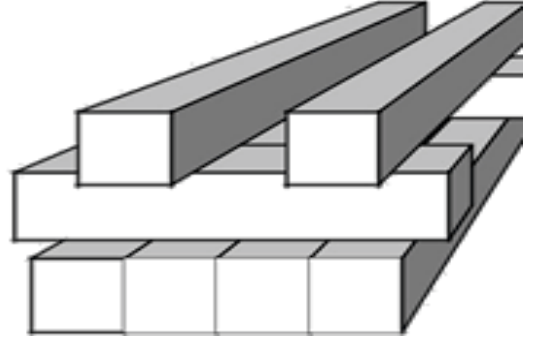
B. ವಸ್ತುವು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ವಸ್ತುವಿನ ತೂಕವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು.

ಕೆಲ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ: ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಇಟ್ಟಿಗೆಗಳು, ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಬ್ಲಾಕ್ ಗಳು, ಟೈರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ರಿಮ್ ಗಳು.

3.2 ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ನ ವಿಧಗಳು

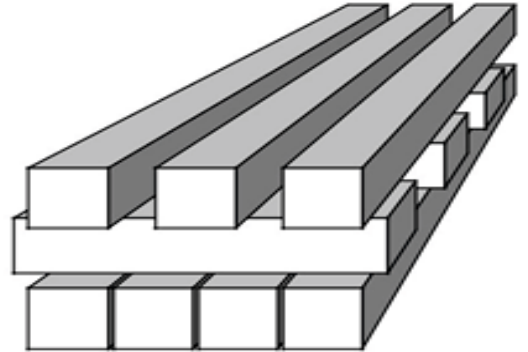
ಬಾಕ್ಸ್: ಪ್ರತಿ ಪದರಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಮಾನಾಂತರ ಬ್ಲಾಕ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಚೌಕಾಕಾರದ ಕಾನ್ಫಿಗರೇಶನ್ ನಲ್ಲಿ ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಗಳಿಂದ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಗಳ ತುದಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ 10 ಸೆ.ಮೀ. ನಷ್ಟು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದು ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಪದರಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ 90 ಡಿಗ್ರಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬಾಕ್ಸಿಬ್ಬರಿದ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಬಾಕ್ಸ್ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
 10cm x 10cm ಬೀಮ್: 11,000 ಕಿಲೋ ಗ್ರಾಂ ಗಳು
 15cm x 15cm ಬೀಮ್: 27,000 ಕಿಲೋ ಗ್ರಾಂ ಗಳು



ಪ್ಲಾಟ್ ಫಾರ್ಮ್ (ಕ್ರಾಸ್-ಟೈ): ತಲಾ ಮೂರು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಮರದ ತುಂಡುಗಳ ಘನ ಪದರಗಳಲ್ಲಿ ಮರದ ಬ್ಲಾಕ್ ಗಳಿಂದ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪದರಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ 90 ಡಿಗ್ರಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮರದ ತುಂಡುಗಳ ನಡುವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮರದ ತುಂಡುಗಳ ತುದಿಗಳು ಸಹಪರಸ್ಪರ 10 ಸೆ.ಮೀ. ನಷ್ಟು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದು ವ್ಯಾಪಿಸಬೇಕು.

ಪ್ಲಾಟ್ಫಾರ್ಮ್ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
 10 cm x 10cm ಬೀಮ್ = 48,000 ಕಿಲೋ ಗ್ರಾಂ ಗಳು



3.3 ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು

ಹೊರೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿತರಿಸಲು ಮೊದಲ ಪದರವು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರಬೇಕು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಆಸ್ಫಾಲ್ಟ್ ನಂತಹ ಮೃದುವಾದ ಮೇಲ್ಮೈಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಎತ್ತರದ ಮಿತಿ: ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಮರದ ತುಂಡುಗಳ ಅಗಲದ ಮೂರು ಪಟ್ಟು ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮವಾಗಿದೆ (3:1 ಎತ್ತರದಿಂದ ಅಗಲದ ಅನುಪಾತ).

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಮರದ ತುಂಡುಗಳು ಮೊದಲ ತೊಟ್ಟಿಯ ಒಂದು ಬದಿಯಿಂದ ಕೊನೆಯ ಕ್ರಿಬ್ ನ ಹೊರ ಭಾಗಕ್ಕೆ (ಅಡ್ಡಲಾಗಿ) ಒಂದು ಮೀಟರ್ ಅಗಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಮೂರು ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರವನ್ನು ಮೀರಬಾರದು.

ಯಾವಾಗಲೂ ಮೂಲೆಗಳನ್ನು ಸುಮಾರು 10 ಸೆಂ.ಮೀ. ನಷ್ಟು ಅತಿಕ್ರಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಮೂಲೆಯಿಂದ ವಿಭಜಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ, ಇದು ಒಟ್ಟಾರೆ ಸ್ಥಿರತೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಮರದ ಹೊರೆ ಹೊರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಮರದ ವಿಧ ಮತ್ತು ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಗೈಡ್ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ:

- ಪ್ರತಿಪದರದ ಕಾನ್ಸಿಗರೇಶನ್ ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ಮಟ್ಟದ 10 ಸೆಂ.ಮೀ 10 ಸೆಂ.ಮೀ ನಿಂದ 20 ಸೆಂ.ಮೀ 20 ಸೆಂ.ಮೀ. ವರೆಗೆ ಬಹು ಮಟ್ಟದ ಲೇ-ಅಪ್.
- ಎಲ್ಲಾ ಬೇರಿಂಗ್ ಮೇಲ್ಮೈಗಳ ಮೊತ್ತದ ಮೇಲೆ ಗ್ರೈನ್ ಲೋಡ್ ಗೆ ಲಂಬವಾಗಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸ್ಥಿರತೆಯು ಕ್ರಿಬ್ ನ ಎತ್ತರದಿಂದ ಅಗಲಕ್ಕೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು 3 ರಿಂದ 1 ಅನ್ನು ಮೀರಬಾರದು.
 - ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಥಿರತೆಯ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತುಣುಕುಗಳ ಮೂಲೆಗಳನ್ನು ವಿಭಜಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಕನಿಷ್ಠ 10 ಸೆಂ.ಮೀ ಮೂಲೆಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.
- ಗುತ್ತಿಗೆದಾರರು ಬಳಸುವ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ (ಅಥವಾ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ) ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪಾರ್ಶ್ವ ಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಬೇರಿಂಗ್ ಗಳ ನಡುವಿನ ಘರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ, ಇದು ಭೂಕಂಪಗಳಿಗೆ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ತುಂಡುಗಳ ನಡುವಿನ ಘರ್ಷಣೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಪಾರ್ಶ್ವ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ನಾಚ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಲೋಹದ ಕ್ಲಿಪ್ ಗಳನ್ನು ಪಾರ್ಶ್ವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು, ಜೊತೆಗೆ ಜೋಡಿ ಕ್ರಿಬ್ ಗಳ ನಡುವಿನ ಕರ್ಣೀಯ ಬ್ರೇಸ್ ಗಳನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು.

3.4 ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಎತ್ತುವ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವ ವಿಧಾನ

ಈ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವು ಗುರಿಯ ವಸ್ತುವನ್ನು ಅಥವಾ ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಎತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಅನುಮತಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ ಯನ್ನು ಪಡೆಯುವವರೆಗೆ ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಪದರವನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು. ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ಪೂರ್ಣ PPE ಬಳಸುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರೈ ಬಾರ್ ಅಥವಾ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಸಾಧನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಆರಂಭಿಕ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ. ಪ್ರೈಬಾರ್ ನೊಂದಿಗೆ ಲಿವರ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ.

ಅದರ ಕೆಳಗೆ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ನ ಮೊದಲ ಪದರವನ್ನು ಹೊಂದಿಸುವಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾದ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯು ರಚಿಸಲು ಹೊರೆಯನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಎತ್ತಿ. ನೀವು ಎತ್ತುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೊರೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ವೆಡ್ಜ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ; ಪ್ರೈ ಬಾರ್ ಜಾರಿದರೆ ಅಥವಾ ಮುರಿದರೆ, ಇದು ಲೋಡ್ ಯಾವುದೇ ದೂರವನ್ನು ಇಳಿಯದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ನ ಮುಂದಿನ ಪದರದ ಪೂರ್ಣ ಎತ್ತರವನ್ನು ಎತ್ತುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಫುಲ್ಟ್ರಂ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಹೊರೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಮತ್ತು ಮರದ ತುಂಡುಗಳೊಂದಿಗೆ ಮುಂದಿನ ಹಂತದ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಪದರಕ್ಕೆ 90 ಡಿಗ್ರಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿಸಿ.

3.5 ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಗಾಗಿ ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳು

- "ಒಂದು ಇಂಚು ಎತ್ತಿ, ಒಂದು ಇಂಚು ಕ್ರಿಬ್."
 - ಕ್ರಿಬ್ ಮಾಡುವಾಗ ಎಂದಿಗೂ ಹೊರೆಯ ಕೆಳಗೆ ಕೈಗಳನ್ನು ಇಡಬೇಡಿ!
 - ಗರಿಷ್ಠ ಸ್ಥಿರತೆಗಾಗಿ, ಎತ್ತರ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್ ಬ್ಲಾಕ್ ಗಳ ಅಗಲಕ್ಕಿಂತ ಮೂರು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಬಾರದು (3:1 ಅನುಪಾತ).

3.6 ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಉರುಳಿಸುವುದು



ಭಾರವಾದ ಲೋಡ್ ಗಳನ್ನು ಎತ್ತುವ ಬದಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಉರುಳಿಸಲು ನೀವು ಲೋಹದ ಟ್ಯಾಬ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಚಿತ್ರವನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಕೆಳಗಿನ ಸರಳ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಕ್ಲಾಸ್ ಒನ್ ಲಿವರ್ ಬಳಸಿ ಲೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಲಘುವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ; ಸ್ಟೆಡ್ ಮಾಡಲು ಅದರ ಕೆಳಗೆ ಮೂರು ಲೋಹದ ಕೊಳವೆಗಳು ಸಾಕು (ಕ್ರಿಬ್ಬಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಎತ್ತುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿ). ಕ್ಲಾಸ್ ಟು ಲಿವರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿತ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ತಳ್ಳಿರಿ. ಲೋಡ್ ಅನ್ನು ಉರುಳಿಸುವಾಗ ತಿರುಗಿಸಲು ಟ್ಯಾಬ್‌ಗಳನ್ನು ಫ್ಯಾನ್ ಮಾಡಬಹುದು.

ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.
- » ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು.
- » ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಅದರ ತತ್ವಗಳು.
- » ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನ.
- » ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು
- » ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಗಾಯ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (CBHFA ಕಮ್ಯೂನಿಟಿ ಬೇಸ್ಡ್ ಹೆಲ್ತ್ ಅಂಡ್ ಫಸ್ಟ್ ಏಡ್):

ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಲು ಅಧಿಕಾರ ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದು CBHFA ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ. ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಏನು ಯು ತುಂಬಾ ಸರಳವಾಗಿದೆ. "ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಿ".

ಸಮುದಾಯಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೆಲಸದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವರು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ರೋಲ್ ಮಾಡೆಲ್ ಆಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಗದಿತ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಆರೋಗ್ಯ, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಅದರ ಆದ್ಯತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಸಹ ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಸಮುದಾಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ಸಮುದಾಯದ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವಿಪತ್ತನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕನಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಂತೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಲೇಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿಗಳು

- ಕೆಲಸವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸಮುದಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನಡೆಸುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.
- ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರು, ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಸಂಪರ್ಕ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.
- ಸಮುದಾಯದ ಪಾಲುದಾರರು ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲ NGO ಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾಜ

- 1 ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾಜಗಳನ್ನು (NGO ಗಳು) ಪ್ರತಿ ದೇಶದ ಸರ್ಕಾರವು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ನಾಗರಿಕ ಸಮಾಜದ ಸಂಘಟನೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ ಅಥವಾ ರೆಡ್ ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ಸೊಸೈಟಿಗಳು ವಿಶ್ವದ ಬಹುತೇಕ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ. ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸೊಸೈಟಿಯು ಇಂಟರ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ ಮತ್ತು ರೆಡ್ ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ಮೂವ್ ಮೆಂಟ್ ನ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸೊಸೈಟಿಯು ಪ್ರತಿ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ.
- 2 ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾಜದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು ಸಶಸ್ತ್ರ ಸಂಘರ್ಷಗಳು ಮತ್ತು ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳಂತಹ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವೀಯ ನೆರವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ. ಅದರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದೃಶ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿಗರು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ರಕ್ತದಾನ ಅಭಿಯಾನಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಉತ್ತೇಜನ ಸೇರಿದಂತೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ.
- 3 ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೊಸೈಟಿಯು ದೇಶದಾದ್ಯಂತದ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳೀಯ ಶಾಖೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ.
- 4 ಸ್ಥಳೀಯ ಶಾಖೆಯನ್ನು ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ರಚಿಸುತ್ತಾರೆ.
- 5 ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಶಾಖೆಗಳು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತವೆ.
- 6 ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೊಸೈಟಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಶಾಖೆಗಳು ಸ್ಥಳೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಆದ್ಯತೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪಾಲುದಾರಿಕೆ ಹೊಂದಿವೆ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು

ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯಗಳು, ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಷ್ಟಾಚಾರಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತರಬೇತಿ, ರಕ್ತದಾನ ಶಿಬಿರಗಳು ಅಥವಾ ವಿವಿಧ ಸಮುದಾಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಹುದ್ದೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು. ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಸೇರಿರಬಹುದು:

- ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಣಕು ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು.
- ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ತುರ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ.
- ವಿಪತ್ತು ಸಂತ್ರಸ್ತರು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಯ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಪ್ರಚಾರ.
- ವಿಪತ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ನಿಧಿ ಸಂಗ್ರಹ.

- ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.
- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ವಿತರಣೆ, ಮತ್ತು ಅವರ ಅಗತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಸಮುದಾಯದೊಳಗೆ ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದು.
- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಅಭಿಯಾನಗಳು.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ತತ್ವಗಳು

- ಯಾವುದೇ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಸೇವೆಯು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು:
- ಮಾನವೀಯತೆಗೆ ಗೌರವ
- ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತ ಮತ್ತು ತಟಸ್ಥತೆ
- ನಿರ್ಗತಿಕರ ಬಗ್ಗೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ
- ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರತೆ
- ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮುಕ್ತ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಅಥವಾ ಆರ್ಥಿಕ ಲಾಭದ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಅಥವಾ ರಾಜಕೀಯ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಲ್ಲ
- ದುರ್ಬಲ ಜನರು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ನೀಡುವ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ

ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಕಾರ್ಯ

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ತಿಳಿದಿರಲೇಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿಗಳು

- "ಸ್ವಯಂಸೇವಕ" ಎಂದರೇನು.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕನಾಗುವುದರ ಅರ್ಥವೇನು.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಅಗತ್ಯ ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕನ ಹಕ್ಕುಗಳು.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕನ ಪಾತ್ರ

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ದುರ್ಬಲ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರನ್ನು ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳು / ಸಮುದಾಯವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತೇಜನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಸಹಾಯ-ವಾಣಿ ಮತ್ತು ದೂರವಾಣಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು, ಆಹಾರ ವಿತರಣೆಗಳು, ವಿಪತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆ, ನಿಧಿ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಅಥವಾ ವೃದ್ಧರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಥವಾ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಸಮುದಾಯದ ಆದ್ಯತೆಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದಾನೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದಾನೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಜನಾಂಗ, ಲಿಂಗ, ಜನಾಂಗೀಯತೆ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾನೆ.

- ಜನರು ವಿಭಿನ್ನರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಸಹಾನುಭೂತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಸಮರ್ಥನಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

- ಸಮುದಾಯದ ಇತರರ ಆರೋಗ್ಯ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಕಲಿತ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆ, ಜನಾಂಗ, ಲೈಂಗಿಕತೆ, ರಾಜಕೀಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ನಂಬಿಕೆಯ ವಿರುದ್ಧ ತಾರತಮ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತಾನೆ.
- ವಿಪತ್ತು ಅಥವಾ ಸಂಘರ್ಷದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ದುರ್ಬಲರು ಮತ್ತು ಬಡವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಯಾವುದೇ ಅಗತ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರಿಂದ ಸಲಹೆ ಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ: ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು; ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ; ಎಲ್ಲರ ಆರೋಗ್ಯದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು
- ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ; ಮಕ್ಕಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಇತರರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ತಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಒಬ್ಬ ಸ್ವಯಂಸೇವಕನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ: ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರಿಗೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಿ; ಸ್ಥಳೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕನ ಹಕ್ಕುಗಳು

- ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.
- ಟಾಸ್ಕ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಪಾತ್ರಗಳಿಗೆ ಒಪ್ಪುತ್ತಾರೆ.
- ಒಪ್ಪಿತ ಪಾತ್ರ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.
- ವಿಮೆ.
- ಯಾವುದಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ವೆಚ್ಚಗಳಿಗೆ ಬಹುಮಾನಗಳು ಮತ್ತು ಮರುಪಾವತಿ.
- ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಅಥವಾ ನಿರಾಕರಿಸಿ.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಾನಮಾನದ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆದು ತಮಗಾಗಿ ಅಥವಾ ಮೂರನೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಖಾಸಗಿ ವಹಿವಾಟುಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಮಾರಾಟವನ್ನು ಮಾಡಲು.

ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು

ಸಮುದಾಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಮುದಾಯ ಸಭೆಗಳಲ್ಲಿ, ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ವಿಭಿನ್ನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಅಥವಾ ಚರ್ಚೆಗಳನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸಲು ಮನೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವಾಗಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರ ಗುಂಪುಗಳು, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಮನೆ-ಮನೆ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಚಾರವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಅಪಾಯಕಾರಿ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಗುಂಪಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನವು ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನ (ಮೌಖಿಕ ಮತ್ತು ಅಮೌಖಿಕ)

ಸಂವಹನವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ:

1. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಗುಂಪುಗಳ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ನೋಡಿ (ಕಣ್ಣಿನ ಸಂಪರ್ಕ).
2. ಇದು ಸೂಕ್ತ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮಾನದಂಡವಾಗಿದೆ, ಕಣ್ಣಿನ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ದಿಟ್ಟಿಸಬೇಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ದಿಟ್ಟಿಸಿ ನೋಡುವುದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೆದರಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರವೆಂದು ಕಾಣಬಹುದು. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
3. ಸಂವಹನದಷ್ಟೇ ಆಲಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಸಂವಹನ ಮಾಡುವಾಗ ಆಸಕ್ತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಪರ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು, ಜನರು ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಕೇಳುವುದು. ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಆಲಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
4. ನೀವು ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತೀರಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅವರು ಕುಳಿತಿದ್ದರೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಗುಂಪಿನ ಭಂಗಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ.
5. ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕನ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಗೌರವವನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವನ/ ಅವಳ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಮೌಲ್ಯೀಕರಿಸುವುದು. ಸ್ಥಳೀಯ ನಾಯಕರ ಬೆಂಬಲದಿಂದ ಅವರು ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.
6. ಜನರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವರು ನೋಡಿದರು ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿ ಯಿಂದಿರಿ.
7. ಸರಳ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
8. ಸಂದೇಶವನ್ನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ, ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವಂತೆ ಸ್ವೀಕೃತಕರ್ತರನ್ನು ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲಾಗಿದೆ.
9. ಸಕ್ರಿಯ ಆಲಿಸುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಂದೇಶವನ್ನು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ (ಅಥವಾ ಅಲ್ಲ) ಸಂವಹನ ಮಾಡಬಹುದು.
10. ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಮನರಂಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಿ.

ಸಂವಹನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಗೊಳಿಸಬಹುದಾದ ಅಡೆತಡೆಗಳು:

- ಸಂವಹನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ದೂರವನ್ನು ರಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ (ನೋವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಗಳಿಂದಾಗಿ ವಿರೋಧವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರೆ).
- ಜನರು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ.

- ಜನರು ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.
- ಜನರು ಆತಂಕದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಅಥವಾ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ.
- ಸಂವಹನಕಾರನನ್ನು ತುಂಬಾ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂವಹನ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಇರುವ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ:

- ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಿಖರವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಜನರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಲಿಸಿ, ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣವನ್ನು ಕೇಳಿ.
- ಇತರ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅಂಗೀಕರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ.
- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಜನರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ.
- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಮೃದುವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಕಲಿಯಿರಿ.

ಉತ್ತಮ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಇದು ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಂಸಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಿಯೆ	ನಡವಳಿಕೆ
ನೋಡುವುದು	ಜನರನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಅವರು ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಭಯ, ಆತಂಕದಲ್ಲಿದ್ದಾರಾ? ಅವರ ಪರಿಸರವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಇದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಆರಾಮದಾಯಕವೇ?
ಕೇಳುವುದು	ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಸ್ವೀಕೃತ ಪ್ರಸ್ತುತಿ ಶೈಲಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೆ, ನಿಜವಾಗಿ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಆಲಿಸಿ. ಏನು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದರ ನಿಖರವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ.
ಭಾವನೆ	ಜನರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ತೋರ್ಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು ಗೌರವದಿಂದಿರಿ.
ಕಲಿಕೆ	ನೀವು ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಇತರರು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಆದ್ಯತೆ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದು ಏಕೆ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯಿರಿ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬದಲಾದರೆ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಕಲಿಯಿರಿ. ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ಕಲಿಯಿರಿ. ಪರಸ್ಪರ ಕಲಿಯಿರಿ.
ಹೇಗೆ ಸಂಘಟಿಸಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯುವುದು	ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ. ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನಗಳು ಅಥವಾ ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವಾಗ, ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಜನರು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿರುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ಅವರನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
ಜನರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು	ನೀವು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಜನರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೇ ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಸಮುದಾಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ವಿವಿಧ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಸಾಧನಗಳು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ:

- ✓ ಅಪಾಯಗಳು ಮತ್ತು ದುರ್ಬಲತೆಗಳು
- ✓ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಈಗಾಗಲೇ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಒಂದು ಸಮುದಾಯವು ಯಾವಾಗಲೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ನಿರಂತರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾದ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಮರಳುವುದು ಮತ್ತು ನವೀಕರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರೊಂದಿಗೆ (ವಾಣಿಜ್ಯ ನಾಯಕರು, ಮಹಿಳಾ ಗುಂಪುಗಳು, ಅಂಗಡಿ ಮಾಲೀಕರು, ಧಾರ್ಮಿಕ ನಾಯಕರು, ಚುನಾಯಿತ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರರು), ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಇತರ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ದುರ್ಬಲ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ (ವೃದ್ಧರು, ಯುವಕರು, ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಅಥವಾ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು) ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮತ್ತು CBHFA ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅವರು CBHFA ಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸುವ ಜನರು.

ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಹಂತಗಳು

ಹಂತ 1: ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ

ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯ, ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಆದ್ಯತೆಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಮಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದರಿಂದ ವಾಸ್ತವಿಕ ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ವಾಸ್ತವಿಕ ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ, ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಾಧಿಸಬಹುದಾದ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಯೋಜಿಸುವಾಗ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮತ್ತು ಆಯೋಜಕರು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು:

- **ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳು.** ಇದು ತೀವ್ರ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ರೋಗಗಳು, ನೈರ್ಮಲ್ಯ, ನೈರ್ಮಲ್ಯ, ಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ತುರ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಅಗತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಪಘಾತಗಳು, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.
- **ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಪೂರ್ವಾಪೇಕ್ಷಿತಗಳು.** ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರು ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಂದ ಅನುಮತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳ ಅಧಿಸೂಚನೆಯನ್ನು ಟಾರ್ಗಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ತರಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು.
- **ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ನಡೆಸುವ ಮೊದಲು ಸಮುದಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಮಾಹಿತಿ.** ಸರ್ಕಾರಿ ವರದಿಗಳು, ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಇತರ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳು, ಆರೋಗ್ಯಕೇಂದ್ರಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಅಥವಾ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗಳಿಂದ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಮಾಹಿತಿ.
- **ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದ ಭಾಗಿಗಳು.** ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರು (ರಾಜಕೀಯ, ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ವಯಸ್ಸು, ಧಾರ್ಮಿಕ). ಪ್ರತಿನಿಧಿಸಬೇಕಾದ ದುರ್ಬಲ ಅಥವಾ ಅಲ್ಪಸಂಖ್ಯಾತ ಗುಂಪುಗಳು.

- ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಅನುಕೂಲಕರ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಅವಧಿ .

ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಗುಂಪುಗಳು ಸಮುದಾಯದ ವಿವಿಧ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಬಹುದು. ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ತಾಯಂದಿರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಸಮುದಾಯ ಗುಂಪುಗಳು ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ

- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಅಥವಾ ಗುಂಪುಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ.
- ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೆ ಒಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ ನಕಲು ಮಾಹಿತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.
- ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಿಗೆ ತಕ್ಕ ಹಾಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ. ಅವರು ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನೇ ಜನರನ್ನು ಕೇಳಿ.
- ಕೃಷಿ ಕಾರ್ಮಿಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಂತಹ ಆರೋಗ್ಯೇತರ ವೃತ್ತಿಪರರು ಸಂಬಂಧಿತ ಮಾಹಿತಿಯ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮೂಲಗಳಾಗಿವೆ.
- ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ, ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರು ಅಥವಾ ಹಿರಿಯರು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯಂತಹ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
- ಧಾರ್ಮಿಕ ನಾಯಕರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು.
- ಮಹಿಳಾ ಗುಂಪುಗಳು, ಯುವ ಸಂಘಟನೆಗಳು, ರಾಜಕೀಯ ಪಕ್ಷಗಳು, ರಾಜಕೀಯ ನಾಯಕರು, ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ಯಮಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನೌಪಚಾರಿಕ ನಾಯಕರು ಎಲ್ಲವೂ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯ ಮೂಲಗಳಾಗಿವೆ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಅವರು CBHFA ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ವಿವರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವಾಸ್ತವಿಕ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದೆ.

ದುರ್ಬಲ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ

ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆಗಳಲ್ಲಿನ ಅಂತರಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯ. ದುರ್ಬಲ ಜನರು ವೃದ್ಧರು, ಎಚ್ ಐವಿ ಮತ್ತು ಏಡ್ಸ್ ನೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು, ತಾಯಂದಿರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು, ಅಂಗವಿಕಲರು, ಹದಿಹರೆಯದವರು, ನಿರಾಶ್ರಿತರು ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಸ್ಥಳಾಂತರಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಈ ಗುಂಪುಗಳ ಧ್ವನಿಗಳು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಲ್ಲಿ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಈ ಗುಂಪುಗಳ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವರ ಅಗತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸಹ ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು.

ಹಂತ 2: ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಮಾಡಿ

ಸಮುದಾಯ ಸದಸ್ಯರು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರುವ ಮೊದಲು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಆಸಕ್ತ ಸಮುದಾಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ತಂಡಗಳ ಭಾಗವಾಗಿ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಹಂತ 3: ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ

ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಸ್ವರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು, ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ದಾಖಲಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾಹಿತಿಯ ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳು ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಿಖರತೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಮೂಲ(ಗಳಿಗೆ) ಮರಳುವುದು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಗುರುತಿಸಲಾದ ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯಗಳ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೇಯಾಂಕವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದರಿಂದ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ವಾಸ್ತವಿಕ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾದ ಮಾಹಿತಿಯು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಹಂತ 4: ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮೌಲ್ಯೀಕರಿಸಿ

ನಿಖರತೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸೌಜನ್ಯದ ವಿಷಯವಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಹಂತ 5: ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ

ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದ ನಂತರ, ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯ ಚರ್ಚೆಯನ್ನು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು, ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆರಂಭಿಕ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ, ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸಲು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಪಡೆಯಬೇಕಾದ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪಾತ್ರಗಳು, ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾದ ಕಾಲಾವಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನವೀಕರಿಸಲು ನಿಯತಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮರುಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಮೂಲ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಗಾಯ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ವೃತ್ತಿಪರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯ ಬರುವವರೆಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ಗಾಯಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಕ್ಷಣದ ಸಹಾಯವೇ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ತತ್ವಗಳು

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ನಾಲ್ಕು ತತ್ವಗಳು:

- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ. ನಿಮಗಾಗಿ, ಗಾಯಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸಾಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ನೀಡಲು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ (ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ).
- ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳು

ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು

ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ:

- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಳಿಗೆ ಧಾವಿಸುವ ಮೊದಲು ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಿಮಗೆ, ಅಪಘಾತಕ್ಕೀಡಾದವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಜನರು ಅಥವಾ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ:

- ಸಂತ್ರಸ್ತನಿಗೆ ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿದೆಯೇ? ಈ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ತಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಜ್ಞಾ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾನೆಯೇ?
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೇ?

ಗಾಯಗಳಿಗಾಗಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ.

ಆಘಾತ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಆಘಾತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿಗಾಗಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ.

ಯೋಜನೆ ಮಾಡುವುದು

ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ:

- ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಪರ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕರೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೇಳಿ.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ:

- ಆರಂಭಿಕ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ವೃತ್ತಿಪರ ಸಹಾಯ ಬರುವವರೆಗೆ ಯಾವ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ.
- ನಿಮಗೆ ಏನು ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಯಾವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳಿವೆ ಎಂಬುದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಹಾಯ ವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುವುದು

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸು:

- ಆರಂಭಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.
- ತುರ್ತು ಸೇವೆಗಳು ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಕಟ್ಟಬೇಡಿ.
- ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಿರಿ.

ಪ್ರಥಮ ಮಾನಸಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ:

- ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.
- ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ.
- ಅಗತ್ಯಬಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಾರಿಗೆಗೆ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿ.

ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ:

- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಪರ ನೆರವು ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಬರುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಸನ್ನಿವೇಶವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಇತರ ಸಹಾಯದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಚಲಿಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
- ಆರಂಭಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮರು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಗಳು ಇನ್ನೂ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿವೆಯೇ ಮತ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಂತಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಡಿ, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನನಾದರೆ, ಮೂಲಭೂತ ಜೀವನ ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಅವರನ್ನು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಪರ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಿ.
- ಯಾವ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಕ್ಲಿನಿಕ್ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವು ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.

ಪ್ರಮುಖ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಕ್ರೋಢೀಕರಣ

ವಿಪತ್ತು

1. ವಿಪತ್ತುಗಳು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಅಥವಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಘಟನೆಗಳಾಗಿವೆ. ವಿಪತ್ತುಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಮುದಾಯದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರುತ್ತವೆ. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ವಿಪತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ವಿಧಗಳಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ವಿಭಿನ್ನ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ.
2. ವಿಪತ್ತುಗಳು ಜನರ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ:
 - a) ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ನೇರ ಗಾಯಗಳು.
 - b) ಮಾನಸಿಕ ಆಘಾತ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡ.
 - c) ಅತಿಸಾರ, ದಡಾರ, ಮಲೇರಿಯಾ ಮುಂತಾದ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು.
 - d) ನೀರಿನ ಮೂಲಗಳ ಮಾಲಿನ್ಯ.
 - e) ಇತರ ರೋಗಗಳು
3. ಸಮುದಾಯಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಸಮುದಾಯಗಳ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
4. ಅನೇಕ ಗಾಯಗೊಂಡ ಜನರು ಇದ್ದಾಗ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಗಾಯಗೊಂಡ ಜನರನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರಬೇಕು, ಇದರಿಂದ ಜೀವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ:
 - ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ತೀವ್ರ ರಕ್ತಸ್ರಾವ.
 - ತಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಮಾರಣಾಂತಿಕವಲ್ಲದ ಪ್ರಮುಖ ಗಾಯಗಳು.
 - ಸಣ್ಣ ಗಾಯಗಳು.
 - ಸಾಯುತ್ತಿರುವ ಜನರು.
5. ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿನ ಬಾಧಿತ ಜನರಿಗೆ ಮನೋಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಬೇಕು.
6. ಜನರು ಸರಿಯಾದ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು, ಶುದ್ಧ ನೀರು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು, ಸೊಳ್ಳೆ ಪರದೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು

ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು:

- ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ವಿಪತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿ.
- ವಿಪತ್ತು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಮಾನವ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಎಲ್ಲಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ಪ್ರಮುಖ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: -ಮಾನವ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು - ಸಂವಹನ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು - ನೀರು, ಆಹಾರ, ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯ ಸೇವೆಗಳು - ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು.

ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ:

- ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡಿ.
- ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಹೆಚ್ಚು ವಿಶೇಷ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ವೃತ್ತಿಪರರ ನಿರ್ದೇಶನದಂತೆ ಸಾವು ನೋವುಗಳಿಗೆ ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.
- ಗಾಯಗೊಂಡ ಜನರನ್ನು ಹತ್ತಿರದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸಾರಿಗೆಯನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಸಾಮೂಹಿಕ ಅಪಘಾತ ಘಟನೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಂಡಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ.
- ಸತ್ತವರನ್ನು ಹೂಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇತರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು, ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಿ.
- ಪರಿಹಾರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸಿ.
- ಇತರ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲಿಸಿ.

ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ

- ಮೂಲಭೂತ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
- ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
- ಮನೆ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ:

- ಜ್ವರ

- ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ಮತ್ತು ತೀವ್ರ ಉಸಿರಾಟದ ಸೋಂಕು

- ಅತಿಸಾರ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ

- ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ

- ಇತರ ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ತುರ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ: ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಆರು ವರ್ಗಗಳ ರೋಗಗಳು

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಆರು ವರ್ಗಗಳ ರೋಗಗಳಿವೆ:

1. ಅತಿಸಾರ ರೋಗಗಳು (ಕಾಲರಾ, ಸಾಲ್ಮೊನೆಲ್ಲಾ, ಇ-ಕೋಲಿ, ಕ್ರಿಪ್ಟೋಸ್ಪೋರಿಯಾ).
2. ಉಸಿರಾಟದ ಸೋಂಕುಗಳು (ಕ್ಷಯ).
3. ಲಸಿಕೆಗಳಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ರೋಗಗಳು (ಪೋಲಿಯೊ, ಹಳದಿ ಜ್ವರ, ದಡಾರ, ರೋಟಾವೈರಸ್ ಮತ್ತು ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್).
4. ರೋಗವಾಹಕಗಳಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳು (ಮಲೇರಿಯಾ, ಡೆಂಗ್ಯೂ).
5. ತುಂಬಾ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಮತ್ತು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರೋಗಗಳು (ಎಬೋಲಾ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಬರ್ಗ್).
6. ಹೊಸ ರೋಗಗಳು (ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಇನ್ ಫ್ಲುಯೆಂಜಾ, ಹಕ್ಲಿಜ್ವರ, ಸಾರ್ಸ್ ಕೋವಿಡ್-19).

ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

ರೋಗಗಳ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ಗವು ಅದರ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಗಾಗಿ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ:

- i. ನೈರ್ಮಲ್ಯ, ನೀರು ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ.
- ii. ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು.
- iii. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕುವುದು.
- iv. ಸೊಳ್ಳೆ ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- v. ಯಾವುದೇ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಅನಗತ್ಯ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು.

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಕ್ರಮಗಳು

- ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಿ.
- ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುವುದು ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಿ.
- ಅನಾರೋಗ್ಯಹೊಂದಿರುವ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಆರೋಗ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ.
- ರೋಗಹರಡದಂತೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಮೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು ಕಲಿಯಲು ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಬಗ್ಗೆ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಏನು ಮತ್ತು ಅವರು ಯಾವ ಸಿದ್ಧತೆ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಂದು ತಿಳಿಯಲು ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ.
- ಸಾಮೂಹಿಕ ಲಸಿಕೆ ಅಭಿಯಾನಗಳ ಕುರಿತು ಆರೋಗ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಕೇಳಿ.

ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶದ ಗಾಯ (ಸಿಫಿಲ್ಟ್ ಟಿಶ್ಯೂ ಇಂಜೂರಿಸ್)- ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಗಾಯದ ಆರೈಕೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡನಂತರ, ನೀವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ:

- » ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶಗಳು
- » ದೇಹದ ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಗಾಯಗಳು
- » ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಗಾಯಗಳು
- » ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜಿಂಗ್
- » ವಿವಿಧ ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶದ ಗಾಯಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಹಾಗೂ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಸ್ನಾಯುಗಳು, ರಕ್ತನಾಳಗಳು, ಚರ್ಮ, ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಅಥವಾ ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳಿಗೆ ಆಫಾತ ಅಥವಾ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶ ಗಾಯಗಳು (STI-ಸಿಫಿಲ್ಟ್ ಟಿಶ್ಯೂ ಇಂಜೂರಿಸ್). ಹೆಚ್ಚಿನ ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶಗಾಯಗಳು ಆಫಾತ ಅಥವಾ ಇತರ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಹಠಾತ್ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಅಥವಾ ಅನಿಯಂತ್ರಿತ ಚಲನೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶಹಾನಿಯು ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಆಯಾಸಗೊಂಡ ರಚನೆಗಳಿಂದ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳಿಂದ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಮೈದು ಅಂಗಾಂಶವು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಕ್ಷಣದ ಅಥವಾ ತದ ನಂತರದ ಉತದ ಜೊತೆಗೆ ತಕ್ಷಣದ ನೋವು ಇರುತ್ತದೆ. ಆಫಾತ ಮತ್ತು ಉತದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸೆಟೆತವೂ ತುಂಬಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. 24-48 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಜಜ್ಜುಗಾಯವೂ ಆಗಬಹುದು.

ಅನಿಯಂತ್ರಿತ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ಆಫಾತದಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಸಾವಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ನೀವು ಸೇರಿದಂತೆ ಯಾರಾದರೂ ಗಾಯಗೊಂಡರೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ, ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಿವಿಧ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ, ರಕ್ತ ಸ್ರಾವ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಕೇವಲ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಎರಡು ಕೈಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ಬಳಸಿ ಎರಡು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೂ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡ ಅಂಗಾಂಶಗಳು

ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು (ಲಿಗಮೆಂಟ್) : ಮುಂಭಾಗದ ಕ್ರೂಸಿಯೇಟ್ ಲಿಗಮೆಂಟ್ (ಮೋಣಕಾಲು), ಮೀಡಿಯಲ್ ಕೊಲ್ಯಾಟರಲ್ ಲಿಗಮೆಂಟ್ (ಮೋಣಕಾಲು), ಉಲ್ನಾರ್ ಕೊಲ್ಯಾಟರಲ್ ಲಿಗಮೆಂಟ್ (ಮಣಿಕಟ್ಟು / ಕೈ), ಇಂಟರ್ ಸ್ಪಿನಸ್ ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು (ಕಶೇರುಖಂಡಗಳು)

ಸ್ನಾಯು : ಬೈಸೆಪ್ಸ್ ಬ್ರಾಚಿಯಾ (ಮೇಲಿನ ತೋಳು), ರೆಕ್ಟ್ ಫೆಮೊರಾಲ್ (ತೊಡೆ), ಟ್ರಾನ್ಸ್ ವರ್ಸ್ ಹೊಟ್ಟೆಗಳು (ಹೊಟ್ಟೆಗಳು)

ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು : ಪಟೇಲ್ಲಾರ್ ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು (ಮೋಣಕಾಲು), ಕ್ಯಾಲ್ಕಾನಿಯಲ್ / ಅಚಿಲ್ಲೆಸ್ ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು (ಪಾದ / ಕೆಳಕಾಲು), ಬೈಸೆಪ್ಸ್ ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು (ಭುಜ / ಮೋಣಕೈ)

ನರಗಳು : ಬ್ರಾಚಿಯಲ್ ಪ್ಲೆಕ್ಸ್ (ಭುಜ), ಉಲ್ನಾರ್ ನರ (ಎಲ್ಲೋ / ಕೈ), ಪೆರೋನಲ್ ನರ (ಕಣಕಾಲು / ಪಾದ), ಕಪಾಲ ನರಗಳು ಐ-12 (ತಲೆ)

ಮೂಳೆಗಳು : ಫೆಮರ್ (ಕಾಲು), ಹ್ಯೂಮರಸ್ (ತೋಳು), ರಿಬ್ಸ್ (ಮುಂಡ), ಮೆಟಾಟರ್ಸಲ್ ಐ-6 (ಪಾದ), ಮೆಟಾಕಾರ್ಪಲ್ ಐ-6 (ಕೈ)

ಮೃದ್ವಸ್ಥಿ : ಮೆನಿಸ್ಕಿ (ಮೋಣಕಾಲು), ಇಂಟರ್ ವರ್ಟಿಬ್ರಲ್ ಡಿಸ್ಕ್ ಗಳು (ಸ್ಪೈನ್), ಅಸೆಟಬುಲಮ್ (ಹಿಪ್)

ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳು

ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ: ಮೇಲಿನಚರ್ಮವು ಹಾಗೇ ಇರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಅಂಗಾಂಶವು ನೇರವಾಗಿಹೊರಗಿನ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಮೇಲ್ಮೋಟದಹಾನಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯೊಂದಿಗೆ ತೀವ್ರವಾಗಬಹುದು. ಸಣ್ಣ ಕಾಂಟೂಷನ್ ಗಳಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಂಭೀರ ಗಾಯಗಳು ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಬಹುದು. ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೊಂಡಾದ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಮೋಟಾರು ವಾಹನ ಅಪಘಾತಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ನೇರ ಮೊಂಡಾದ ಆಘಾತದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಚರ್ಮವು ಹಾಗೇ ಇದ್ದರೂ, ಹಾನಿಯು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಸ್ನಾಯು, ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಕ್ರಶ್ ಗಾಯಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಭಾರವಾದ ಬೀಳುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಇದು ಕಾರು ಅಪಘಾತ ಅಥವಾ ಕುಸಿಯುತ್ತಿರುವ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

- ಊತ
- ಮೃದುತ್ವ
- ಬಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ
- ಸಂಭಾವ್ಯ ವಿರೂಪತೆ

ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳ ವಿಧಗಳು

ಕಾಂಟ್ಯೂಷನ್

ಇವುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯ ಕ್ರೀಡಾ ಗಾಯಗಳಾಗಿವೆ, ಅಲ್ಲಿ ನೇರವಾದ ಮೊಂಡಾದ ಆಘಾತವು ಸಣ್ಣ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಪಿಲ್ಲರಿಗಳು, ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಅಂಗಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು, ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಮೂಳೆ. ಚರ್ಮದ ಗಾಯದ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದಿಂದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಮೂಗೇಟುಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.



ಹೆಮಾಟೋಮಸ್

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಲೋಮನಾಳಗಳನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಗಾಯವು ಸೀಮಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ಸಂಗ್ರಹಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಮಾಟೋಮಸ್ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೋವಿನ, ಸ್ವಂಜಿನ ರಬ್ಬರ್ ನಂತಹ ಗಾಯವಾಗಿ ತೋರುತ್ತದೆ. ಹೆಮಟೋಮಸ್ ಸಣ್ಣ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಬಹುದು, ದೇಹದ ಆಳದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗೆ, ಆಘಾತದ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಗಾಯ ಆಗಬಹುದು.



ಕ್ರಷ್ ಗಾಯಗಳು

ಇವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಮೇಲ್ಮೈಗಳ ನಡುವೆ ದೇಹದ ಭಾಗವನ್ನು ಹಿಂಡಿಹಿಪ್ಪೆ ಮಾಡುವ ಬಾಹ್ಯ ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡದ ಬಲದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಗಾಯ ಮತ್ತು ನೋವಿನ ಮಟ್ಟವು ಸಣ್ಣ ಗಾಯದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಆಘಾತದ ಸ್ಥಳ, ಗಾತ್ರ, ಅವಧಿ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ದೇಹದ ಪುಡಿಮಾಡಿದ ಪ್ರದೇಶದ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಾಶದವರೆಗೆ ಇರಬಹುದು.



ಒಳಗಿನ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

- "RICE" ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ: ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ, ಸಂಕುಚಿತತೆ ಮತ್ತು ಎತ್ತರಿಸಿ (ರೆಸ್ಟ್, ಐಸ್, ಕಂಪ್ರೆಸ್, ಎಲಿವೇಟ್)
- ಆಂತರಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಪ್ರಮುಖ ಚಿಹ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತ್ವರಿತ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗಾಗಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ, ಇದಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಆಘಾತದ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಆಚೆ ಬರಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಯಾವುದಾದರೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಿ.

R.I.C.E. ವಿಧಾನ:

ಆರ್ (R)-ಆಘಾತ ನಡೆದ ಆರಂಭಿಕ 24-48 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ನಂತರ ಇತರೆ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.

ಐ (I) - 40-45 ನಿಮಿಷ ಮಧ್ಯಂತರದೊಂದಿಗೆ 20 ನಿಮಿಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಇಡದಂತೆ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಇಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಗರಿಷ್ಠ 48 ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಇಡಬೇಕು.

ಸಿ (C) - ಎಡೆಮ್ಯಾಟಸ್ ಊತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಇದರ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

ಇ (E)-ಎತ್ತರದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಭಾಗವನ್ನು ಇಡುವುದರಿಂದ ರಕ್ತನಾಳದ ಚಲನೆಯನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಮೂಲಕ ಊತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಸೂಚನೆ:- ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸದಿದ್ದರೆ.



ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳು

ಚರ್ಮವು ಹರಿದು ಅದರಿಂದ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಅಂಗಾಂಶವು ಹೊರಗೆ ಒಡ್ಡಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ತೆರೆದ ಗಾಯವು (ಚಾಕು ಕತ್ತರಿಸಿದಂತೆ) ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಲೋಳೆಯ ಪೊರೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹರಿದ ಗಾಯವಾಗಿದೆ. ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಪಘಾತಗಳೆಂದರೆ ಬೀಳುವುದು, ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸದೆ ಇರುವುದು, ಉಪಕರಣಗಳು ಅಥವಾ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳೊಂದಿಗಿನ ಅಪಘಾತಗಳು ಮತ್ತು ರಸ್ತೆ ಅಪಘಾತಗಳು.

ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳ ವಿಧಗಳು

ಉಜ್ಜು ಗಾಯ(ಅಬ್ರೇಷನ್)

ಉಜ್ಜು ಗಾಯ ಎಂದರೆ ಗಟ್ಟಿಯಾದ, ಒರಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಗೆ ಚರ್ಮವನ್ನು ಉಜ್ಜುವುದು ಅಥವಾ ಸ್ಕ್ರಾಪ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಉಂಟಾಗುವ ಚರ್ಮದ ಗಾಯವಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಚರ್ಮವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

- ಸ್ಕ್ರಾಪ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಗೀರುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ
- ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಚರ್ಮದ ಹೊರ ಪದರ
- ಎಲ್ಲಾ ಪದರಗಳು ಹಾನಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ



ಸೀಳುವಿಕೆ (ಲ್ಯಾಸಿರೇಷನ್)

ಗಾಯವು ಮೃದುವಾದ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವುದು, ಅನಿಯಮಿತ ಅಥವಾ ಮೊಂಡಾಗಿ ಒಡೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಹರಿದುಹಾಕುವುದು, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಉಪಕರಣಗಳು ಮತ್ತು ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅಪಘಾತಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ. ಗಾಯದಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ತ್ವರಿತ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಗಾಯವಾಗಿರಬಹುದು:

- ನಯವಾದ ಅಥವಾ ಚೂಪಾದ ಕಟ್
- ಚೂಪಾದ ಅಂಚಿನ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಗಾಯ
- ಮೊಂಡಾದ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಆದ ತೀವ್ರ ಹೊಡೆತ/ ಬಡಿತ
- ಈ ತರಹದ ಗಾಯಗಳ ಆಳವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯ
- ಗಣನೀಯ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತದೆ



ಚುಚ್ಚುವಿಕೆ (ತೂತು)ಪಂಕ್ಚರ್

ಪಂಕ್ಚರ್ ಎಂಬುದು ಚುಚ್ಚುವ ಗಾಯವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಅಂಗಾಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ರಂಧ್ರವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೊಳೆಗಳು, ಸೂಜಿಗಳು, ಐಸ್ ಪಿಕ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಮೊನಚಾದ ವಸ್ತುಗಳಂತಹ ವಸ್ತುಗಳು ಪಂಕ್ಚರ್ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಸ್ವಲ್ಪ ಬಾಹ್ಯ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಿದ್ದರೂ, ಅಂಗಳಿಗೆ ಆಂತರಿಕ ಹಾನಿಯಿಂದ (ಗುಂಡೇಟಿನ ಗಾಯದಂತೆ) ಗಂಭೀರ ಆಂತರಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.



ಭೇದಕ

ಒಂದು ಭೇದಕವೆಂದರೆ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹರಿದು ಹಾಕುವುದು ಅಥವಾ ಭಾಗಶಃ ಹರಿದು ಹಾಕುವುದು. ಗುಂಡೇಟಿನ ಗಾಯಗಳು, ಸ್ಫೋಟಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತ ಅಥವಾ ಇತರ ದೇಹವನ್ನು ಪುಡಿಮಾಡುವ ಗಾಯಗಳಂತಹ ಅಪಘಾತಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ಭಾರಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿದೆ. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳು ಅತಿರಸ್ಕಾರದ ಗಾಯಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಸಡಿಲವಾದ ಅಂಗಾಂಶಗಳ ಫ್ಲಾಪ್ ಗಳು
- ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಎಳೆಯಲಾಗಿದೆ
- ಅಂಗಾಂಶವು ಅದರ ಆಮ್ಲಜನಕ ಪೂರೈಕೆಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ



ಅಂಗಭೇದನಗಳು

ಅಂಗ ಭೇದನವೆಂದರೆ ಆಘಾತ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಯಿಲೆ ಅಥವಾ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಅಂಗವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು. ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕ್ರಮವಾಗಿ, ಇದನ್ನು ನೋವು ಅಥವಾ ಬಾಧಿತ ಅಂಗದಲ್ಲಿನ ಸೋಂಕನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಅಂಗ ಸೋಂಕು (ಮಾಲೀಗ್ನಿನಿ) ಅಥವಾ ಗ್ಯಾಂಗ್ರಿನ್. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಅಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮುಂಜಾಗತಾ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಇದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಕರಣವೆಂದರೆ ಜನ್ಮಜಾತ ಅಂಗಚ್ಛೇದನ, ಜನ್ಮಜಾತ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ, ಅಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣದ ಅಂಗಗಳನ್ನು ಸಂಕೋಚನದ ಬ್ಯಾಂಡ್‌ಗಳಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಆಘಾತದಿಂದಾಗಿ ಅಂಗಚ್ಛೇದನವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ:

- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ತುದಿಗಳು ತೊಂದರೆ ಎದುರಿಸುತ್ತವೆ.
- ಭಾರಿರಕ್ತಸ್ರಾವ
- ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಕುಸಿತ

ವಸ್ತುಗಳಿಂದಚುಚ್ಚಲ್ಪಡುವುದು (ಇಂಪೆಲೆಡ್ ಆಬ್ಜೆಕ್ಟ್)

ಚುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟ ವಸ್ತುಗಳು ಎಂದರೆ ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವನ್ನು ಚುಚ್ಚಿದ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಹುದುಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು. ಉಪಕರಣದ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ವಸ್ತುವಿನ ಗಾತ್ರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬಹುದು.



ಗುಂಡೇಟಿನ ಗಾಯಗಳು

ಗುಂಡೇಟಿನ ಗಾಯದ ತಕ್ಷಣದ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪರಿಣಾಮವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತೀವ್ರ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಹೈಪೋವೋಲೆಮಿಕ್ ಆಘಾತದ ಸಂಭಾವ್ಯತೆ, ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಅಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ತಲುಪಿಸುವುದರಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಸ್ಥಿತಿ. ಆಘಾತಕಾರಿ ಹೈಪೋವೋಲೆಮಿಕ್ ಆಘಾತದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಸಾಕಷ್ಟು ಆಮ್ಲಜನಕ ವಿತರಣೆಯ ಈ ವೈಫಲ್ಯವು ರಕ್ತನಷ್ಟದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ರಕ್ತವು ದೇಹದ ಘಟಕ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.



ಛೇದನಗಳು (ಇನ್ಸಿಸಿಯೋನ್)

ಛೇದನ ಎಂದರೆ ಚಾಕು, ಲೋಹದ ಒರಟಾದ ಅಂಚು, ಮುರಿದ ಗಾಜು, ರೇಜರ್ ಬ್ಲೇಡ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಯಾವುದೇ ತೀಕ್ಷ್ಣವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ದೇಹದ ಛೇದನ ಆಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಗಾಯವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೇಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಾರವಾಗಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತ್ತದೆ. ಕತ್ತರಿಸಿದ ಭಾಗ ಆಳವಾಗಿದ್ದರೆ ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಮತ್ತು ನರಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಬಹುದು.



ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

- ಗಾಯವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಮತ್ತು ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ. ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಟ್ರಾಮಾ ಕತ್ತರಿಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ಉತ್ತಮ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ. ನೇರ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆ ದೇಹದ ಭಾಗವನ್ನು ಎತ್ತುವುದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಗಾಯವು ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ, ಸೂಕ್ತವಾದ ಒತ್ತಡದ ಬಿಂದು ಮತ್ತು ಎತ್ತರವಾದ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಪರೋಕ್ಷ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಬಳಸಿ. ಕೊನೆಯ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಟೂರ್ನಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ. ಗಾಯದ ಮೇಲ್ಮೈ ಸುತ್ತಲೂ ಅವಶೇಷಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ಎಂಬೆಡೆಡ್ ಕಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸ ಬೇಡಿ.
- ಉಡುಗೆ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್. ಗಾಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ನೊಂದಿಗೆ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ಪರಿಕರ ಬಳಸಿ.
- ರೋಗಿಗೆ ಹೊದಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿರಿಸಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಆಫಾತದ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಆಚೆ ಬರಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಹತ್ತಿರದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಿ.

ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಗಳು

ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್:- ಗಾಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಬಳಸಲಾಗುವ ಈ ವಸ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್:- ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಿಡಲು ಬಳಸುವ ವಸ್ತು.

ಮುಚ್ಚುವಂಥ (ಆಕ್ಲೂಸಿವ್) ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್:- ಗಾಯದ ಪ್ರವೇಶ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳಿಂದ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ನೀರು ನಿರೋಧಕ ವಸ್ತುವನ್ನು (ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಅಥವಾ ಮೇಣದ ಕಾಗದ) ಗಾಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೃಹತ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್:- ದಪ್ಪ ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ಟವೆಲ್ ಅಥವಾ ಅದೇ ರೀತಿಯ ವಸ್ತುವಿನಂತಹ 2-3 ಸೆಂಟಿಮೀಟರ್ ದಪ್ಪದ ಒಂದೇ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅನೇಕ ಸ್ಟಾಕ್ಡ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದು

- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಅಸೆಪ್ಟಿಕ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡಿ.
- ಗಾಯಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ.

- ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಹಾಕಲಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವಷ್ಟು ಅತಿ ಬಿಗಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಯಾವುದೇ ಸಡಿಲವಾದ ತುದಿಗಳಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಬೆರಳ ತುದಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಗಳ ಅನುಕೂಲಗಳು

- ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು
- ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸ್ರಾವವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ
- ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಯಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ
- ನೋವು ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತದೆ

ಗಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶದ ಗಾಯಗಳಾದಾಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳುವ ಮುನ್ನ ನೀಡುವ ಈ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಗಾಯದ ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತದೆ

ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತತ್ವಗಳು

A: ಎಚ್ಚರಿಕೆ B: ರಕ್ತಸ್ರಾವ C: ಕಂಪ್ರೆಸ್

ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ

- ನೀವು ಯಾವುದೇ ಸಹಾಯವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ನೀವು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು! ನೀವೇ ಗಾಯಗೊಂಡರೆ ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ಸನ್ನಿವೇಶ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದರೆ ಗಾಯಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆರೈಕೆ ನೀಡಿ
- ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಬೆದರಿಕೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮನ್ನು (ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು) ಅಪಾಯದಿಂದ ಪಾರು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ
- ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವ ಮೂಲಕ ರಕ್ತದಿಂದ ಹರಡುವ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ

112 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ

ನೀವೇ 112 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿ. ಇದು ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಕರಿಗೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ದೃಶ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು EMS ಗೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡುತ್ತದೆ



ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಮೂಲವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ



- ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸರಿಸಿ ಅಥವಾ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಇದರಿಂದ ನೀವು ಅದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು
- "ಮಾರಣಾಂತಿಕ" ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಗುರುತಿಸಿ

"ಮಾರಣಾಂತಿಕ" ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಎಂದರೇನು?



ಚಿಮ್ಮುತ್ತಿರುವ ರಕ್ತ



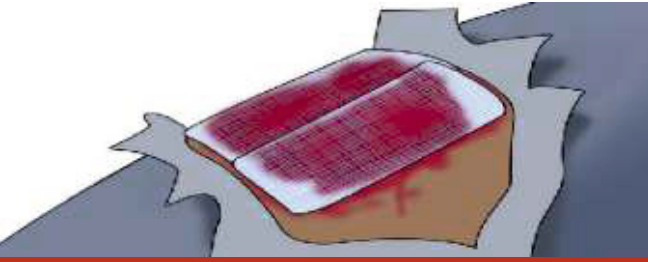
ಗಾಯದಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸೋರುವ ರಕ್ತ



ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಶೇಖರಣೆಯಾಗುವ ರಕ್ತ



ರಕ್ತದಿಂದ ತೊಯ್ದ ಬಟ್ಟೆ



ರಕ್ತದಿಂದ ತೊಯ್ದಿರುವ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಗಳು



ಕೈ ಅಥವಾ ಕಾಲಿನ ಒಂದು ಭಾಗ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಷ್ಟ

ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸಿ (ಕಂಪ್ರೆಸ್)

ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಆಫಾತ (ಟ್ರೈಮ್) ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ:

- ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ನೇರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ

ಗಾಯವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ತಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಒತ್ತಡಹಾಕಿ

ನೀವು ಆಫಾತ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ:

- ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಟೂರ್ನಿಕೆಟ್ ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ:

ಟೂರ್ನಿಕೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ

- ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಟೂರ್ನಿಕೆ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಕುತ್ತಿಗೆ, ಭುಜ ಅಥವಾ ತೊಡೆಸಂದು ಭಾಗದಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ: ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಗಾಯವನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ (ಹೆಮೋಸ್ಟಾಟಿಕ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ), ಗಾಯವನ್ನು ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ, ಸಾದಾ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) ಅಥವಾ ಇತರೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆ ಬಳಸಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿ

ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ನೇರ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿ

- ಯಾವುದೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು (ಉದಾ. ಶರ್ಟ್) ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಗಾಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ
- ಗಾಯವು ದೊಡ್ಡದಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಆಳವಾಗಿದ್ದರೆ, ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಗಾಯದೊಳಗೆ "ತುಂಬಲು (ಸ್ಪೆಫ್)" ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ನೇರವಾಗಿ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ನಿರಂತರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ
- ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಜೋರಾಗಿ ಕೆಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿ
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಂಡ ಬರುವವರೆಗೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.



ಟೂರ್ನಿಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುವುದು

- ಒಂದು ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಟೂರ್ನಿಕೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ ಎಂದಾಗ



ಗಾಯವನ್ನು ಕಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ನೇರ ಒತ್ತಡ

ನೀವು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೆಟ್ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ:

- ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದು ಮೆಡುಲಾರಿ ಕೆಟ್ ಅಲಭ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ
ಅಥವಾ

- ಕುತ್ತಿಗೆ, ಭುಜ ಅಥವಾ ತೊಡೆಸಂದುಗಳಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವಕ್ಕಾಗಿ:

ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) (ಹೆಮೋಸ್ಟಾಟಿಕ್ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ), ಸಾದಾ ಗೌಜ್ ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯೊಂದಿಗೆ ಗಾಯವನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

1. ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ
2. ಯಾವುದೇ ಸೋರಿದ ರಕ್ತವನ್ನು ಒರೆಸಿ



3. ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) (ಆದ್ಯತೆಯ), ಸಾದಾ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛಬಟ್ಟೆಯೊಂದಿಗೆ ಗಾಯವನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ (ಸ್ಪೌ).



4. ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ನೇರವಾಗಿ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಸ್ಥಿರವಾದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ
5. ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಜೋರಾಗಿ ಕೆಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿ
6. ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಂಡ ಬರುವವರೆಗೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.



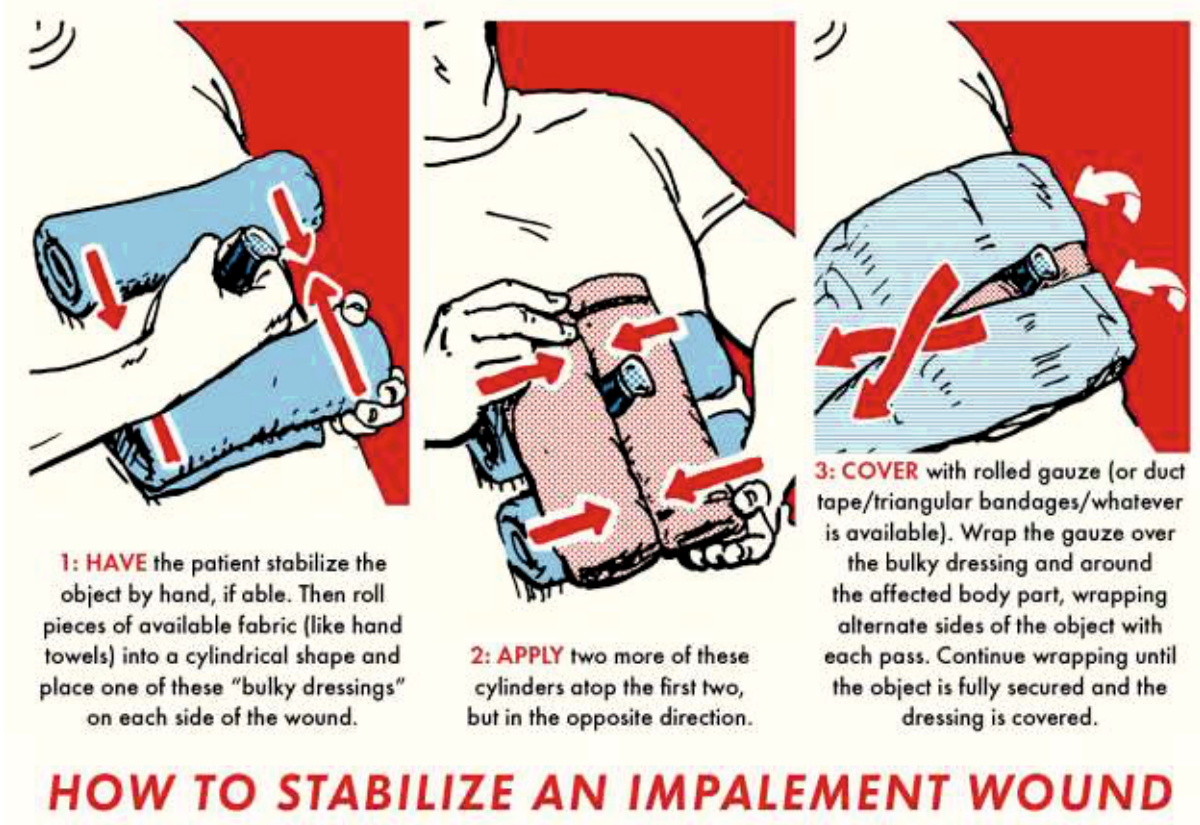
ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಬ್ಯಾಂಡೇಜಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು

ಭೇದಿಸುವ ಗಾಯ

- ತೆರೆದ ಯಾವುದೇ ಗಾಯವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ.
- ಸಂಭವನೀಯ ನಿರ್ಗಮನ (ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿ) ಗಾಯಕ್ಕಾಗಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.

ಇಂಪಾಲೆಡ್ ಆಬ್ಜೆಕ್ಟ್

- ಕೆನ್ನೆಗೆ ಚುಚ್ಚಿದ ಹೊರತು ಅಥವಾ ವಾಯು ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸದ ಹೊರತು ಅಥವಾ CPR ನೀಡಲು ಯಾವುದೇ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸದ ಹೊರತು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಡಿ.
- ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಹತೋಟಿಗೆ ತನ್ನಿ.
- ಬೃಹತ್ತೆತ್ತರಗೊಂಡಿಗೆ ವಸ್ತುವನ್ನು ಸ್ಥಿರಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಚ್ಚಿ



ಅತಿರಸ್ಕಾರ (ಅವಲ್ಯನ್) (ಚರ್ಮದ ಫ್ಲಾಪ್)

- ಗಾಯದ ಮೇಲ್ಮೈಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ
- ಚರ್ಮದ ಫ್ಲಾಪ್ ಅನ್ನು ಮೂಲ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿಸಿ
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ
- ಬೃಹತ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಹಚ್ಚಿ



ಅಂಗ ಚೈದನ ಅಥವಾ ಜೋಡಿಸದ ಅವಲ್ಯನ್

- ಗಾಯವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ.
- ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ
- ಕತ್ತರಿಸಿದ ಭಾಗವನ್ನು ತಂಪಾಗಿ ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶದಿಂದ ಇರಿಸಿ, ಆದರೆ ಒದ್ದೆ ಮಾಡಬೇಡಿ

ವಿಶೇಷ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು

ನೆತ್ತಿ ಗಾಯಗಳು

ತಲೆಗೆ ಗಾಯವಾದ ಯಾವುದೇ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಬೆನ್ನುಹುರಿಗಾಯ ಆಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ಶಂಕಿಸಬಹುದು. ತಲೆಬುರುಡೆ ಮುರಿತ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನುಮಾನ ಬಂದರೆ ಅವರ ಮೇಲೆ ನೇರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ.

ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಗಾಯಗಳು (ಪಂಕ್ಚರ್ ಗಾಯ ಅಥವಾ ಇಂಪಾಲಡ್ ಆಬ್ಜೆಕ್ಟ್)

- ಗಾಯಗೊಂಡ ಕಣ್ಣಿನ ಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಉತ್ತಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಮಾಡಿ.
- ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ, ಕಣ್ಣುಗಳು ಒಣಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ರೋಗಿಯ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಕಟ್ಟುವ ಮೊದಲು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇದು ಕುರುಡುತನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.
- ನೀವು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಇಂಪ್ಯಾಲ್ಡ್ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಆಘಾತ ಆದಾಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವಂತೆಯೇ ಹೊರಮುಖವಾದ ಕಣ್ಣನ್ನು ಉಪಚರಿಸಿ. ಕಣ್ಣುಗುಡ್ಡೆಯನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಸಾಕೆಟ್ ಗೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಹಚ್ಚುವ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ಕಪ್ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಡ್ ಬೋರ್ಡ್ ಕೋನ್ ಬಳಸಿ ಮುಚ್ಚಿ.



ಕಿವಿ ಗಾಯಗಳು

ರಕ್ತ, ಸ್ಪಷ್ಟ ದ್ರವ, ಅಥವಾ ಕಿವಿಯಿಂದ ಸೋರುವ ರಕ್ತ-ಲೇಪಿತ ದ್ರವವು ತಲೆಬುರುಡೆಯ ಮುರಿತ ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ತಲೆ ಆಘಾತವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

- ಕಿವಿಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಶೋಧಿಸಬೇಡಿ.
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಕಿವಿಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಬೇಡಿ; ತಲೆಬುರುಡೆ ಮುರಿತವನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಹುದಾದ ಸ್ಪಷ್ಟ ದ್ರವ (CSF-ಕ್ಲಿಯರ್ ಫ್ಲೂಯಿಡ್) ಗಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ದ್ರವಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲು ತೆರೆದಿರುವ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಸಡಿಲವಾದ, ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಬೇಡಿ.



ಮೂಗಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವಗಳು

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಗಿನರಕ್ತಸ್ರಾವವು ಗಂಭೀರವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ರಕ್ತದ ನಷ್ಟವು ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ರೋಗಿಗೆ ತಲೆಬುರುಡೆ ಮುರಿತ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಗಾಯವಿದೆ ಎಂದು ಶಂಕಿಸಿದರೆ, ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.

ಮೂಗಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

- ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ತೆರೆದೇ ಇರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಚಿವುಟಿ ಅಥವಾ
- ಮೇಲಿನ ತುಟಿ ಮತ್ತು ಒಸಡಿನ ನಡುವೆ

ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

- ರೋಗಿಯನ್ನು ಕೂರಿಸಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರಿಸಿ.
- ಮೂಗು ಕಟ್ಟಬೇಡಿ; ತಲೆಬುರುಡೆಯ ಮುರಿತವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಸ್ಪಷ್ಟ ದ್ರವಕ್ಕಾಗಿ (CSF) ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಮೂಗಿನೊಳಗೆ ಕಂಡುಬರುವ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಡಿ.
- ಅವಲ್ಯನ್ ಗಳಿಗೆ, ಸಂಕುಚಿತ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

ಕುತ್ತಿಗೆ ಗಾಯಗಳು

- ಗೋಚರಿಸುವ ಗಾಯಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಗಾಯಗಳು ಭಾರೀ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಅಥವಾ ಏರ್ ಎಂಬಾಲಿಸಮ್ ಅನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.
- ಮಾತನಾಡುವಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ/ ಧ್ವನಿ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.
- ಬಾಯಿ, ಮೂಗು ಅಥವಾ ವಾಯು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳಿಲ್ಲದೆ ಅಡಚಣೆ.
- ಶ್ವಾಸನಾಳದ ವಿಚಲನ.
- ವಿರೂಪಗಳು ಅಥವಾ ಖಿನ್ನತೆಗಳು.
- ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಗಾಯವನ್ನು ನೀವು ಅನುಮಾನಿಸಿದರೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಿ.

ಕುತ್ತಿಗೆ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

- ಏರ್ ವೇ ತೆರೆದಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಕೈಗವಸು.
- ಒಕ್ಕೂಟವು ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.
- ಒಕ್ಕೂಟವು ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಮೇಲೆ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಒತ್ತಡ ಅನ್ವಯಿಸಿ.
- ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಡ್ರೆಸಿಂಗ್.
- ಗರ್ಭಕಂಠದ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವುದು.

ನೆನಪಿಡಿ: ತಲೆ, ಮುಖ, ನೆತ್ತಿ, ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಗಾಯವಾಗಿದ್ದರೆ, ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೂ ಗಾಯ ಆಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ಶಂಕಿಸಬೇಕು

ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಗಾಯಗಳು

ಹೊಟ್ಟೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಘನ ಮತ್ತು ಟೊಳ್ಳಾದ ಅಂಗಗಳಿವೆ. ಟೊಳ್ಳಾದ ಅಂಗಗಳ (ಹೊಟ್ಟೆ, ದೊಡ್ಡ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಕರುಳು) ಭಿದ್ರವು ಅದರಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು (ಆಮ್ಲಗಳು, ಜೀರ್ಣಕಾರಿ ಕಿಣ್ವಗಳು, ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ) ಪೆರಿಟೋನಲ್ ಕುಹರಕ್ಕೆ ಚೆಲ್ಲಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಇದು ಉರಿಯೂತದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಘನ ಅಂಗಗಳ ಭಿದ್ರತೆಯು (ಯಕೃತ್ತು, ಗುಲ್ಮ ಇತ್ಯಾದಿ) ತೀವ್ರ ರಕ್ತಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. (ಕಾಂಟ್ರೂಷನ್ ಹೊಟ್ಟೆ ಅಥವಾ ಸೊಂಟದ ಗಾಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಹುದು)

ಹೊಟ್ಟೆಯ ಗಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ಹೊಟ್ಟೆಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಅಥವಾ ಹರಡುವಂತಹ ನೋವು ಅಥವಾ ಸೆಳೆತ.
- ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಭ್ರೂಣದ ತರಹ ಮಲಗುವುದು.
- ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೃದುತ್ವ.
- ಆಘಾತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು.
- ಬಿಗಿಯಾದ, ಉದ್ದಿಗ್ನ ಅಥವಾ ಉದ್ದೇಶಿತ ಹೊಟ್ಟೆ.
- ಅಸಹನೀಯ ನೋವಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಸೌಮ್ಯ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ.
- ಸೊಂಟದ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನಿನ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ, ಭೇದಿಸುವ ನೋವು.
- ರಕ್ತ, ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ಕಾಫಿ ಬಣ್ಣದಂತೆ ವಾಂತಿ ಮಾಡುವುದು.
- ಮಲದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ, ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ಟಾರಿ ಕಪ್ಪು.

ಹೊಟ್ಟೆಯ ಗಾಯಗಳ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

- ರೋಗಿಯ ವಾಂತಿ ಮಾಡಬಹುದು ಹೀಗಾಗಿ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಿ.
- ಎಲ್ಲಾ ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ಬಹಿರಂಗಗೊಂಡ ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ; ದಪ್ಪವಾದ, ತೇವಾಂಶಭರಿತ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ನಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ನಂತರ ತೇವಾಂಶದ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಒಕ್ಲುಸಿವ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ನಿಂದ ಸಡಿಲವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ. ಒಕ್ಲುಸಿವ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಮೇಲೆ
- ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಟವೆಲ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಎಕ್ಸ್ ಪೋಸ್ಡ್ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಿ.
- ಇಂಪಾಲದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಡಿ; ಬೃಹತ್ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಅದನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರಮುಖ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುತ್ತಿರಿ.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಅಂಗಾತವಾಗಿ ಬೆನ್ನ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿಸಿ (ಸುಫಿನ್).
- ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಆಘಾತದ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಆಚೆ ಬರಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.

ಜನನಾಂಗಗಳಿಗೆ ಗಾಯಗಳು

ಜನನಾಂಗಗಳಿಗೆ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಇತರ ಯಾವುದೇ ಗಾಯಗಳಂತೆ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ, ರೋಗಿಯ ಖಾಸಗಿತನವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಗಮನ ನೀಡಬೇಕು.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು (ಸ್ನಾಯು, ಮೂಳೆಗಳ ಗಾಯಗಳು)

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವಿಧಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- » ಮಾನವ ಮೂಳೆಯ ರಚನೆ ಮತ್ತು ಕೀಲುಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- » ತೆರೆದ ಮುರಿತ ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಿದ ಮುರಿತವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- » ತೆರೆದ ಮುರಿತ ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಿದ ಮುರಿತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು.
- » ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟ, ಉಳುಕು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- » ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟದ ಉಳುಕು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು.
- » ಮೂಳೆ ಮುರಿತಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟ ಆದಾಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಕೀಲುಗಳು, ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು, ಸ್ನಾಯುಗಳು, ನರಗಳು, ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು, ಮೂಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಕೈಕಾಲುಗಳು, ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ರಚನೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಮಾನವ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳಾಗಿವೆ.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು ಹಠಾತ್ ಶ್ರಮದಿಂದ (ಉದಾ, ಭಾರವಾದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತುವುದು) ಅಥವಾ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಬೀರುವ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಚಲನೆಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಬಲ, ಕಂಪನ ಅಥವಾ ವಿಚಿತ್ರ ಭಂಗಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು. ರಸ್ತೆ ಅಪಘಾತ ಅಥವಾ ಪತನದಂತಹ ತೀವ್ರ ಆಘಾತಕಾರಿ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿನ ಗಾಯಗಳು ಮತ್ತು ನೋವನ್ನು ಸಹ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗ ಮತ್ತು ಕೆಳಭಾಗ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಭುಜಗಳು ಮತ್ತು ತುದಿಗಳು (ತೋಳುಗಳು, ಕಾಲುಗಳು, ಪಾದಗಳು ಮತ್ತು ಕೈಗಳು) ಸೇರಿದಂತೆ ದೇಹದ ಅನೇಕ ಭಾಗಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.

ಮಾನವ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ:

ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ: - ಮಾನವ ಸ್ನಾಯುಅಸ್ಥಿಪಂಜರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಂದರೆ (ಇದನ್ನು ಲೋಕೋ-ಮೋಟರ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಈ ಹಿಂದೆ ಚಟುವಟಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ) ಮಾನವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸ್ನಾಯು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಚಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನೀಡುವ ಅಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ದೇಹಕ್ಕೆ ರೂಪ, ಬೆಂಬಲ, ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ಚಲನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ,

ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಮೃದ್ವಸ್ಥಿ, ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು, ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು, ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಅಂಗಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಅಂಗಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಮತ್ತು ಬಂಧಿಸುವ ಇತರ ಸಂಪರ್ಕ ಅಂಗಾಂಶಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ದೇಹವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವುದು, ಚಲನೆಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಸೇರಿವೆ.

ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಭಾಗವು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮತ್ತು ರಂಜಕದ ಮುಖ್ಯ ಶೇಖರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಮಾಟೊಪೊಯಿಟಿಕ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಮೂಳೆಗಳು ಸ್ನಾಯು ರಜ್ಜುಗಳು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳಂತಹ ಸಂಪರ್ಕ ಅಂಗಾಂಶದ ಮೂಲಕ ಇತರ ಮೂಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯು ನಾರುಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಮೂಳೆಗಳು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ.

ವಯಸ್ಕ ಮನುಷ್ಯನ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರವು 206 ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಹುಟ್ಟಿದಾಗ 300 ಮೂಳೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ, ಕೆಲವು ಮೂಳೆಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬೆಸೆದ ನಂತರ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ವೇಳೆಗೆ 206 ಮೂಳೆಗಳಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಕ್ಷೀಯ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದಲ್ಲಿ 80 ಮೂಳೆಗಳನ್ನು (ತಲೆಬುರುಡೆಯಲ್ಲಿ 28 ಮತ್ತು ಮುಂಡದಲ್ಲಿ 52) ಮತ್ತು ಅನುಬಂಧದ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದಲ್ಲಿ 126 ಮೂಳೆಗಳನ್ನು (ಎರಡೂ ತೋಳುಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ತುದಿಗಳಲ್ಲಿ 32 ಎಕ್ಸ್ 2 ಮತ್ತು ಎರಡೂ ಕಾಲುಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಕೆಳ ತುದಿಗಳಲ್ಲಿ 31 ಎಕ್ಸ್ 2) ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.



ಅಕ್ಷೀಯ (ಆಕ್ಸಿಯಲ್) ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ



ಅನುಬಂಧ (ಅಪೆಂಡಿಕುಲರ್) ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ

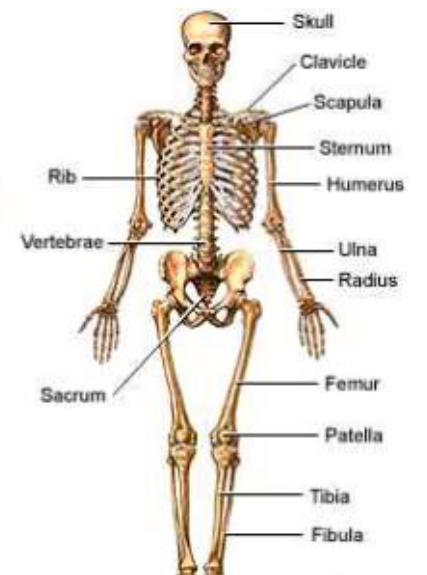
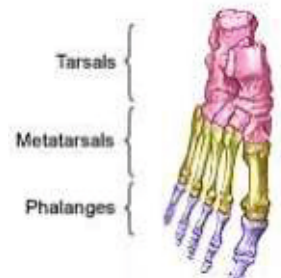
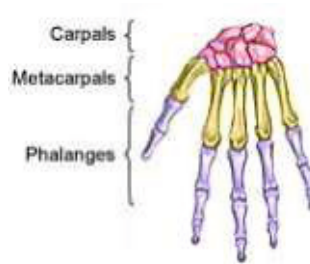
ಅಕ್ಷೀಯ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ:- ಅಕ್ಷೀಯ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರವು 80 ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ, ಅವು ಯಾವುವೆಂದರೆ:

- ತಲೆಬುರುಡೆ
- ಥೋರಾಕ್ಸ್
- ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ (ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ) ಕಾಲಮ್

ಅನುಬಂಧದ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ:-

ಅನುಬಂಧದ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರವು 126 ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಸೇರಿವೆ:

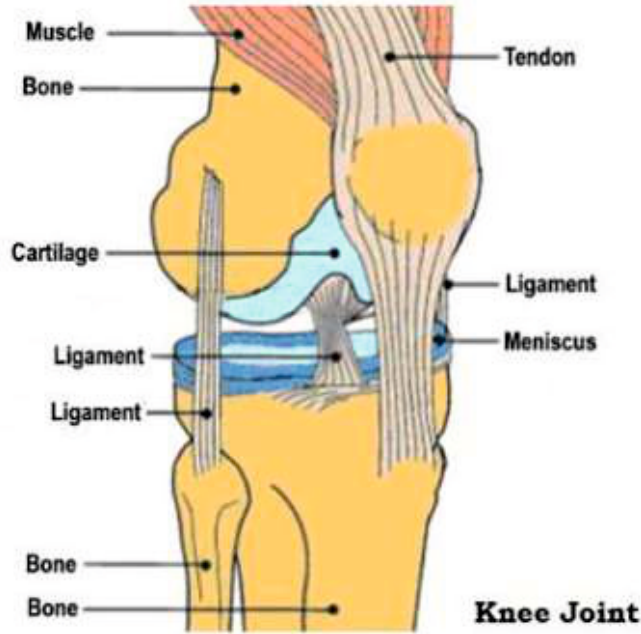
- ಭುಜ: ಕ್ಲಾವಿಕಲ್ ಮತ್ತು ಸ್ಕಾಪುಲಾ
- ಮೇಲಿನ ತುದಿಗಳು: ತೋಳುಗಳು, ಕೈಗಳು, ಬೆರಳುಗಳು
- ಪೆಲ್ವಿಸ್ (ಸೊಂಟ)
- ಕೆಳ ತುದಿಗಳು: ಕಾಲುಗಳು, ಪಾದಗಳು, ಕಾಲ್ಕರಳುಗಳು



ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳು

- ✓ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು
- ✓ ಖನಿಜಗಳು ಮತ್ತು ಲಿಪಿಡ್ ಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು
- ✓ ರಕ್ತ ಕಣಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವುದು
- ✓ ದೇಹದ ಅಂಗಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದು
- ✓ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಚಲನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲು

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಇತರ ಅಂಶಗಳು



- ಕೀಲುಗಳು - ಮೋಣಕಾಲು, ಸೊಂಟ, ಮೋಣಕೈ, ಅಥವಾ ಭುಜ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೀಲು ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ಚಲನೆಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ನಡುವಿನ ರಾಜಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು - ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು ಒಂದು ನಾರಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಅಂಗಾಂಶವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಸ್ನಾಯುವನ್ನು ಮೂಳೆಗೆ ಜೋಡಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಕಣ್ಣುಗುಡ್ಡೆ ಯಂತಹ ರಚನೆಗಳಿಗೆ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಬಹುದು. ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು ಮೂಳೆ ಅಥವಾ ರಚನೆಯನ್ನು ಚಲಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು - ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜು ಒಂದು ನಾರಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಅಂಗಾಂಶವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಮೂಳೆಗೆ ಮೂಳೆಯನ್ನು ಜೋಡಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರಚನೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹಿಡಿದಿಡಲು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಸ್ನಾಯುಗಳು - ಈ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳನ್ನು ಎಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಚಲಿಸಲು ಸಂಕುಚಿಸುತ್ತವೆ. ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಚಲನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವಜೊತೆಗೆ, ಸ್ನಾಯುಗಳು ಭಂಗಿ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸಹ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ, ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತವೆ, ಜೀರ್ಣಾಂಗ ಮತ್ತು ಮೂತ್ರನಾಳಗಳಿಗೆ ಪ್ರವೇಶದ್ವಾರಗಳು ಮತ್ತು ನಿರ್ಗಮನಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

- **ನರಗಳು** - ನರಗಳು ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಸಂಕೋಚನವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತವೆ, ಸಂವೇದನಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಅಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.
- **ಮೃದ್ವಸ್ಥಿ** - ಇದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಅಂಗಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಮೃದ್ವಸ್ಥಿಯು ನಿಮ್ಮ ಮೂಳೆಗಳ ತುದಿಗಳನ್ನು ಕೀಲಿನಲ್ಲಿ ಆವರಿಸುವ ಕಠಿಣ ಆದರೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಂಗಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳು, ಮೂಗು ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸನಾಳ ದಂತಹ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮೃದ್ವಸ್ಥಿಯು ನಿಮ್ಮ ಮೂಳೆಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಜಾರಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಮೂಲಕ ಚಲಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಮೂಳೆಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಉಜ್ಜದಂತೆ ತಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಅವುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು

ಸ್ನಾಯು ಅಥವಾ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಹಾನಿಯಿಂದ ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ, ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶ್ರಮದಾಯಕ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಆಘಾತದಿಂದಲೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಮೂಳೆಗಳು, ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು, ರಕ್ತನಾಳಗಳು, ನರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಹಲವಾರು ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ನೋವು ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಳೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ಕೈ, ತೋಳು, ಭುಜ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಬೆನ್ನು, ಕಾಲು ಅಥವಾ ಪಾದಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು.
- ಊತ, ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ಜುಳುಜುಳು ಮತ್ತು ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಭಾರವಾದ ಮತ್ತು / ಅಥವಾ ದಣಿವಿನ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು.
- ಕೆಲವು ಕಾರ್ಮಿಕರು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಗಾಯಗಳಿಂದಾಗಿ ಅನೇಕ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.

ಮೂಳೆ ಮುರಿತಗಳು

ಮೂಳೆ ಮುರಿತವು ಮೂಳೆಯ ವಿರಾಮವಾಗಿದೆ. ರಸ್ತೆ ಅಪಘಾತಗಳು, ಬೀಳುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಕ್ರೀಡಾ ಗಾಯಗಳಿಂದಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮುರಿತಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಇತರ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ ಕಡಿಮೆ ಮೂಳೆ ಸಾಂದ್ರತೆ ಮತ್ತು ಆಸ್ಟಿಯೊಪೊರೋಸಿಸ್, ಇದು ಮೂಳೆಗಳ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆಯು ಒತ್ತಡದ ಮುರಿತಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಇದು ಮೂಳೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಣ್ಣ ಬಿರುಕುಗಳಾಗಿವೆ.

ಮುರಿತದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ತೀವ್ರವಾದ ನೋವು
- ವಿರೂಪತೆ -ಅಂಗವು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ
- ಗಾಯದ ಸುತ್ತಲೂ ಊತ, ಜಜ್ಜುಗಾಯ ಅಥವಾ ಮೃದುತ್ವ
- ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಜುಮ್ ಜುಮ್
- ಒಂದು ಅಂಗವನ್ನು ಚಲಿಸುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಮುರಿತಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು ಅಥವಾ ಮುಚ್ಚಬಹುದು.

ಒಳಗಿನ ಮುರಿತ: ಇದರಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಸೋರುವ ಚರ್ಮವು ಹಾಗೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಸರಿಯಾದ ಸ್ಲಿಂಟಿಂಗ್ ಒಳಗಿನ ಮುರಿತದ ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ತೆರೆದ ಮೂಳೆ ಮುರಿತ: ಮುರಿದ ಮೂಳೆಯು ಚರ್ಮವನ್ನು ಪಂಕ್ಚರ್ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದನ್ನು ತೆರೆದ ಅಥವಾ ಸಂಯುಕ್ತ ಮುರಿತ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂಳೆಯು ಗಾಯದ ಮೂಲಕ ಹೊರಚಾಚಬಹುದು ಅಥವಾ ಹೊರಚಾಚದೇ ಇರಬಹುದು. ಮಾಲಿನ್ಯದ ಅಪಾಯದಿಂದಾಗಿ ತೆರೆದ ಮುರಿತಗಳು ಗಂಭೀರವಾಗಿವೆ.

ಮೂಳೆ ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟಗಳು (ಬೋನ್ ಡಿಸ್ ಲೋಕೇಷನ್)

ಡಿಸ್ಲೋಕೇಷನ್ ಎನ್ನುವುದು ಕೀಲುಗಳಿಂದ 2 ಮೂಳೆಗಳ ಬೇರ್ಪಡಿಕೆಯಾಗಿದೆ, ಅಂದರೆ "ಪಲ್ಲಟಗೊಂಡ ಕೀಲುಗಳು ಎಂದರೆ ಮೂಳೆಗಳು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಅವುಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು".

ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ಕೀಲಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅದರಾಚೆ ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ
- ತುಂಬಾ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಜಾಯಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಅದರ ಮೇಲೆ ತೂಕವನ್ನು ಹಾಕಿದರೆ
- ಸೀಮಿತ ಚಲನೆ
- ಊದಿಕೊಂಡ ಅಥವಾ ನಜ್ಜುಗುಜ್ಜಾದ
- ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ, ಬಣ್ಣಗಡಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ, ಅಥವಾ ಆಕಾರದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ

ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟಕ್ಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

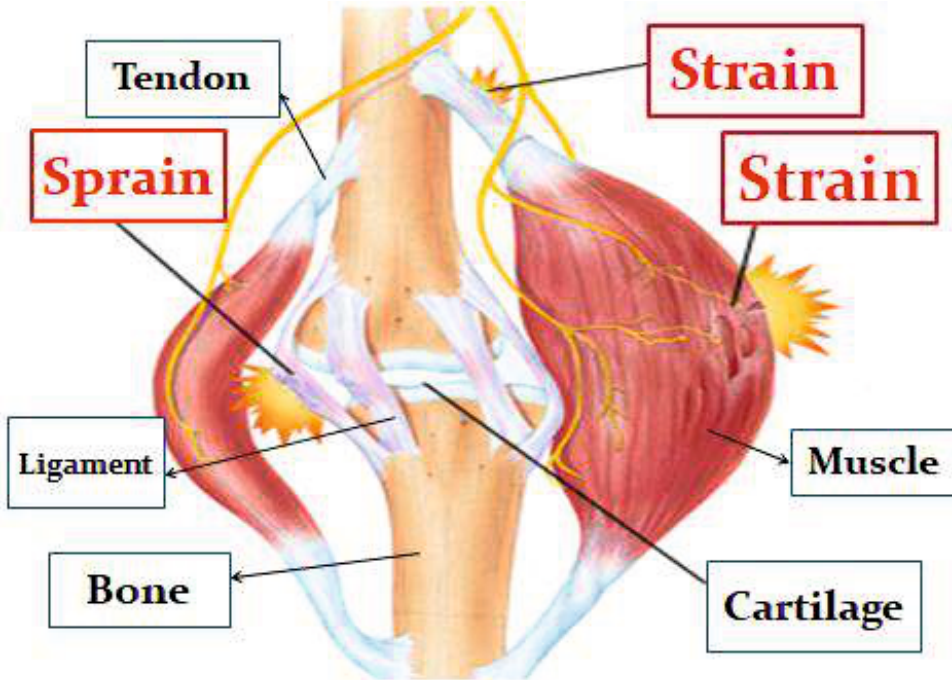
- ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹೊಂದಿರುವ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಮೊದಲು EMS ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗಾಯವು ಜೀವಕ್ಕೆ ಬೆದರಿಕೆ ಒಡ್ಡುವ ರೀತಿ ಇದ್ದರೆ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಗಂಭೀರ ಗಾಯವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ, ಏರ್ ವೇ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.
- ಅವರ ತಲೆ, ಬೆನ್ನು ಅಥವಾ ಕಾಲಿಗೆ ಗಾಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಚಲಿಸಬೇಡಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿರಿಸಿ.
- ಚರ್ಮ ಒಡೆದಿದ್ದರೆ ಸೋಂಕು ಬರದಂತೆ ಕ್ರಮ ವಹಿಸಿ. ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಊದಬೇಡಿ. ಯಾವುದೇ ಕೊಳೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಶುದ್ಧ ನೀರಿನಿಂದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ ಆದರೆ ಸ್ಟ್ರೈಪ್ ಅಥವಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಗಾಯಗೊಂಡ ಕೀಲನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲು ಆ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ.
- ಗಾಯಗೊಂಡ ಜಾಯಿಂಟ್ ಅನ್ನು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಂಡ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಅಥವಾ ಸ್ಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿ. ಜಾಯಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಚಲಿಸಬೇಡಿ. ಅಲ್ಲದೆ ಗಾಯಗೊಂಡ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಿ.
- ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶದ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ದೃಢವಾಗಿ ಒತ್ತುವ ಮೂಲಕ ಗಾಯದ ಸುತ್ತಲೂ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. ಅದು ಬಿಳಿಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಬೇಕು, ನಂತರ ನೀವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ಒಂದೆರಡು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನೋವು ಮತ್ತು ಊತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಐಸ್ ಪ್ಯಾಕ್ ಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ, ಆದರೆ ನೇರವಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಐಸ್ ಅನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ. ಐಸ್ ಅನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ.
- ಆಘಾತವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಗಾಯವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರದ ಹೊರತು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಚಲಿಸಬೇಡಿ.
- ಗಾಯಗೊಂಡ ಸೊಂಟ, ಅಥವಾ ಮೇಲ್ಗಾಲಿ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಹೊರತು ಚಲಿಸಬೇಡಿ. ನೀವು ಮಾತ್ರ ರಕ್ಷಕರಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸ ಬೇಕಾದರೆ, ಅವರ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಅವರನ್ನು ಎಳೆಯಿರಿ.
- ಆಕಾರವಿಲ್ಲದ ಮೂಳೆ ಅಥವಾ ಕೀಲುಗಳನ್ನು ನೇರಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ, ಅದರ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.
- ಆಕಾರವಿಲ್ಲದ ಮೂಳೆ ಅಥವಾ ಕೀಲುಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಏನನ್ನೂ ನೀಡಬೇಡಿ.

ಉಳುಕುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ (ಸ್ಟ್ರೈನ್ ಅಂಡ್ ಸ್ಟ್ರೆನ್)

- ಉಳುಕು (ಸ್ಟ್ರೈನ್) ಎಂದರೆ ಹಿಗ್ಗಿದ ಅಥವಾ ಹರಿದ ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜು. ಅಸ್ಥಿರಜ್ಜುಗಳು ಕೀಲುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಅಂಗಾಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಬೀಳುವುದು, ತಿರುಚುವುದು ಅಥವಾ ಹೊಡೆಯುವುದು ಉಳುಕಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗ ಬಹುದು. ಕಣಕಾಲು ಮತ್ತು ಮಣಿಕಟ್ಟಿನ ಉಳುಕುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ನೋವು, ಊತ, ಜಜ್ಜುಗಾಯ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೀಲುಗಳನ್ನು ಚಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವುದು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ. ಗಾಯಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ನೀವು ಪಾಪ್ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.



- ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ (ಸ್ಟ್ರೈನ್) ಸ್ನಾಯು ಎಂಬುದು ಹಿಗ್ಗಿದ ಅಥವಾ ಹರಿದ ಸ್ನಾಯು ಅಥವಾ ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು. ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಮೂಳೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಅಂಗಾಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಈ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ತಿರುಚುವುದು ಅಥವಾ ಎಳೆಯುವುದು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ತಳಿಗಳು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಬೆನ್ನು ಮತ್ತು ಹ್ಯಾಮ್ ಸ್ಟ್ರಿಂಗ್ ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅನೇಕ ಜನರು ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ಆಡುವಾಗ ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.
- ಮೊದಲಿಗೆ, ಉಳುಕು ಮತ್ತು ತಳಿಗಳೆರಡರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಐಸಿಂಗ್, ಆ ಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸುವ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಅಥವಾ ಸಾಧನವನ್ನು ಧರಿಸುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
- ನಂತರದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಸೇರಿದೆ.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ಗಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ವಿರೂಪತೆ ಅಥವಾ ಅಂಗುಲೇಶನ್: ವಿರುದ್ಧ ಅಂಗದೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ
- ಪಾಲ್ವೇಶನ್ ಅಥವಾ ಚಲನೆಯ ಮೇಲೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಮೃದುತ್ವ
- ಕ್ರೇಪಿಟಸ್ (ಗ್ರೇಟಿಂಗ್) - ಮುರಿದ ಮೂಳೆಯ ಶಬ್ದ ಅಥವಾ ಭಾವನೆಬಿಟ್ಟಿಗೆ ಉಜ್ಜುತ್ತದೆ.
- ಊತ
- ಜಜ್ಜುಗಾಯ ಅಥವಾ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾಗುವಿಕೆ
- ಒಡ್ಡಿದ ಮೂಳೆ ತುದಿಗಳು
- ಜಾಯಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಲಾಕ್ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ - ಕಡಿಮೆ ಮೋಟರ್ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಥವಾ ಜಾಯಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಚಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು - ನರದ ಮೇಲೆ ಮೂಳೆ ಒತ್ತುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಗಾಯದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಡಿಸ್ಟಲ್ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.
- ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ, ತಾಪಮಾನ, ನಾಡಿ ಅಥವಾ ಕ್ಯಾಪಿಲ್ಲರಿ ರೀಫಿಲ್‌ನಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ಸಾಬೀತಾದ ಗಾಯದ ದೂರದ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ.

ಉದ್ದೇಶ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕ್ರೇಪಿಟಸ್ ಅನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಚೋದಿಸಬೇಡಿ. ಇದು ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶದ ಗಾಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಉಲ್ಬಣಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಸ್ಪ್ಲಿಂಟಿಂಗ್

ಯಾವುದೇ ನೋವಿನ, ಊದಿಕೊಂಡ ಅಥವಾ ವಿರೂಪಗೊಂಡ ದೇಹದ ಭಾಗವನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು ಬಳಸುವ ಸಾಧನ. ಸ್ಪ್ಲಿಂಟಿಂಗ್ ನ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ದೇಹದ ಭಾಗಗಳ ಮತ್ತಷ್ಟು ಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುದು. ಯಾವುದೇ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಪರಿಣಾಮ ಕಾರಿಯಾಗಿರ ಬೇಕಾದರೆ ಅದು ಪಕ್ಕದ ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಳೆತುದಿಗಳನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ಮಸ್ಕುಲೋಸ್ಕೆಲಿಟಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಅಸಹಜತೆಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಸ್ಪ್ಲಿಂಟಿಂಗ್ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೋವು ಮತ್ತು ಸೆಳೆತಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಅಂಗವನ್ನು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವುದು, ಊತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಉರಿಯೂತದ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಕಾಂಟ್ರೂಷನ್ ಗಳು, ಉಳುಕುಗಳು, ಗಾಯಗಳು, ಮುರಿತಗಳು, ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟಗಳು ಅಥವಾ ನೋವಿನ ಕೀಲುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಂಭಾವ್ಯ ಮೃದು-ಅಂಗಾಂಶ ಅಥವಾ ನ್ಯೂರೋವ್ಯಾಸ್ಕುಲರ್ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಸ್ಪ್ಲಿಂಟಿಂಗ್ ನ ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಸ್ಪ್ಲಿಂಟಿಂಗ್ ಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ:

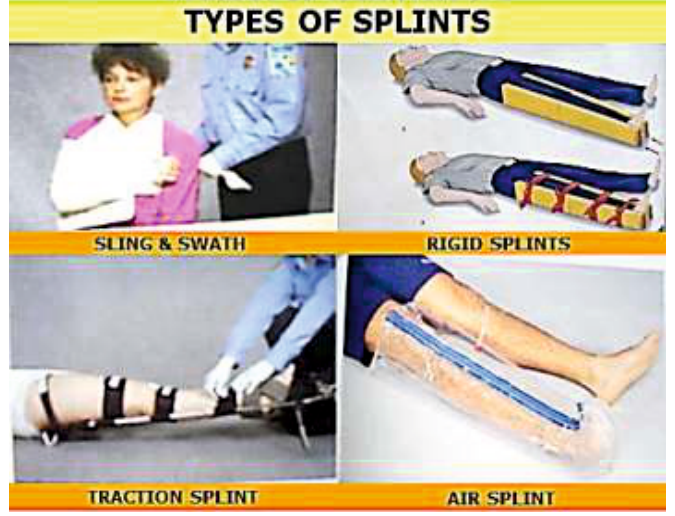
- ಮೂಳೆ ತುಣುಕುಗಳು ಅಥವಾ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿದ ಕೀಲುಗಳ ಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು
- ನೋವು ಮತ್ತು ಯಾತನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು
- ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನರಗಳು, ಅಪಧಮನಿಗಳು, ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುಗಳು)
- ಒಳಗಿನ ಮುರಿತವು ಬಳಸಬಹುದಾದರೂ ತೆರೆದ ಮುರಿತವಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು
- ರಕ್ತ ನಷ್ಟ ಅಥವಾ ಆಫಾತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು

ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಳ ವಿಧಗಳು

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಜಾಣ್ಮೆ ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ನೀವು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್‌ಗನ್ನಾಧನಗಳನ್ನು ಸಾಗಿಸಬಹುದಾದರೂ, ಅನೇಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ನೀವು ಸುಧಾರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

05 ಮೂಲ ರೀತಿಯ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಳು:

- ಬಿಗಿ (ರಿಜಿಡ್) ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್: ಅಂಗವು ಅಂಗರಚನಾ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಉದ್ದವಾದ ಮೂಳೆಯಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಾರ್ಡ್ ಬೋರ್ಡ್, ಮರ).
- ಅನುಸರಣೆ (ಕಂಫಾರ್ಮಿಂಗ್) ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್: ವಿವಿಧ ಕೋನಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತುದಿಯನ್ನು ಸುತ್ತುವರೆದಿರಬಹುದು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗಾಳಿ ಅಥವಾ ನಿರ್ವಾತಸ್ಪಿಂಟ್ ಗಳು).
- ಎಳೆತಸ್ಪಿಂಟ್: ಫೆಮರ್ ಮುರಿತಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸ್ಲಿಂಗ್‌ತ್ಯುಸ್ಪೇಟ್: ಗಾಯಗೊಂಡ ತೋಳನ್ನು ದೇಹದವಿರುದ್ಧ ಹಿಡಿದಿಡಲು ಎರಡು ತ್ರಿಕೋನ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಗಳ ಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸುಧಾರಿತಸ್ಪಿಂಟ್‌ಗಳು: ಪುಸ್ತಕ, ಕಾರ್ಡ್ ಬೋರ್ಡ್, ದಿಂಬು ಅಥವಾ ಕಂಬಳಿ ಇತ್ಯಾದಿ.



ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮಗಳು

ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ವಿಧಾನದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ನಿಶ್ಚಲತೆಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆ:

- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮರೋಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನಮಾಡಿ.
- ಗಾಯಗೊಂಡ ತುದಿಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲು, ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ.
- ಕೀಲನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಗಾಯದ ಸ್ಥಳದ ಸುತ್ತಲೂ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆಯಿರಿ. ಆ ಅಂಗದಿಂದ ಮತ್ತು ಅದರ ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಿದ ಎಲ್ಲಾ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.
- PMS (ಪಲ್ಸ್, ಮೋಟಾರ್ ಫಂಕ್ಷನ್ ಮತ್ತು ಸೆನ್ಸೇಷನ್) ಅನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ
- ಅಂಗವು ತೀವ್ರವಾಗಿ ವಿರೂಪಗೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಡಿಸ್ಟಲ್ ಪರಿಚಲನೆಯು ತೊಂದರೆಗೆ ಈಡಾಗಿದ್ದರೆ (ಸೈನೋಸಿಸ್ ಡಿಸ್ಟಲ್ ನಿಂದ ಮುರಿತದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಡಿಸ್ಟಲ್ ಪಲ್ಸ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ), ಮೂಳೆಯನ್ನು ಮೃದುವಾದ ಎಳೆತದೊಂದಿಗೆ (ಎಳೆಯುವುದು) ಹೊಂದಿಸಿ. ನೋವು ಅಥವಾ ಕ್ರೇಪ್ಸ್ ಉಲ್ಬಣಗೊಂಡರೆ, ನಿಲ್ಲಿಸಿ.
- ಹೊರಚಾಚಿದ ಮೂಳೆಯ ತುದಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಮರುಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಅವು ಮತ್ತೆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಜಾರಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಮಾಡಿ.

- ಅದನ್ನು ಹಚ್ಚುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ಸ್ಪ್ರಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಪ್ಯಾಡ್ ಮಾಡಿ.
- ಒಂದು ಕೀಲು ಗಾಯಗೊಂಡರೆ, ಅದನ್ನು ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಿ.

ಸುರಂಗ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು (ಟನಲ್ ವಿಷನ್) ತಪ್ಪಿಸಿ

- ರೋಗಿಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಸ್ಪ್ರಿಂಟ್ ಮಾಡಬೇಡಿ - ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವಾಗ, ಗಂಭೀರವಲ್ಲದ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಹೋಗಬೇಡಿ.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಉದ್ದವಾದ ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ಗೆ ಭದ್ರಪಡಿಸಿದ ನಂತರ, ಸಮಯವನ್ನು ವೃಥಾ ಮಾಡದೆ ಪ್ರತಿ ಬಾಧಿತ ಮೂಳೆ ಮತ್ತು ಕೀಲುಗಳಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ರಿಂಟ್ ಮಾಡಿ.
- ಸ್ಪ್ರಿಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಿ. ರೋಗಿಯ ಸೌಕರ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ರಿಂಟಿಂಗ್ ತತ್ವಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ.

ಶಂಕಿತಮೂಳೆ ಮುರಿತಗಳು, ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟಗಳು ಅಥವಾ ಉಳುಕುಗಳಿಗೆ PHT

ನಿಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಬೇಕು, ಇದು ತಪಾಸಣೆ (ನೋಡುವುದು), ಆಸ್ಕಲ್ಟೇಶನ್ (ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು) ಮತ್ತು ಪಾಲ್ಪೇಶನ್ (ಊಹಿಸುವುದು) ಅನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

1) ಆರಂಭಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಮಾಡಿ.

- ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.
- ನಾಟಕೀಯವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಗಾಯಗಳಿಂದ ವಿಚಲಿತರಾಗ ಬೇಡಿ.
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಗರ್ಭಕಂಠದ ಕಾಲರ್ ಮತ್ತು ಅಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಬಳಸಿ.

2) ದೈಹಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ.

ನೀವು ಗಾಯಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು "BPDOC" ಎಂಬ ಸಂಕ್ಷೇಪಣವನ್ನು ನೀವು ಬಳಸಬಹುದು.

- ಗೋಚರಿಸುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. (Bleeding-ಬ್ಲೀಡಿಂಗ್)
- ತೀವ್ರನೋವು ಇದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. (Pain- ಪೈನ್)
- ಗೋಚರಿಸುವ ವಿರೂಪಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಡೀ ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. (Deformities- ಡಿಫಾರ್ಮಿಟೀಸ್)
- ಓಪನ್ ಇಂಜುರಿಸ್ ಗಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. (Open Injuries - ಓಪನ್ ಇಂಜುರಿಸ್)
- ಕ್ರೇಪಿಟಸ್ ನಿಗಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. (Crepitus-ಕ್ರೇಪಿಟಸ್)

ತುದಿಯ ಗಾಯಗಳಿಗಾಗಿ, ಸ್ಪ್ರಿಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಯಾವಾಗಲೂ ಡಿಸ್ಟಲ್ ಪಲ್ಸ್, ಮೋಟರ್ ಫಂಕ್ಷನ್ ಮತ್ತು ಸೆನ್ಸೇಷನ್ (PMS) ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ.

- ನಾಡಿಮಿಡಿತ (ಪಲ್ಸ್) : ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಗಾಯಗಳಲ್ಲಿ ರೇಡಿಯಲ್ ಅಥವಾ ಪೆಡಲ್ ನಾಡಿ (ಪಾದದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ) ಅಥವಾ ಕೆಳಗಿನ ತುದಿಗಳಿಗೆ ಹಿಂಭಾಗದ ಟಿಬಿಯಲ್ ನಾಡಿ (ಪಾದದ ಹಿಂಭಾಗ, ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ) ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.
- ಮೋಟರ್ ಫಂಕ್ಷನ್: ರೋಗಿಯ ಚಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಂಪಿಸುವ ಕಾಲ್ಟರಳುಗಳು ಅಥವಾ ಪಾದಗಳು (ಚಲನೆಯು ಅಖಂಡ ನರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ).
- ಸಂವೇದನೆ: ತುದಿಯ ಬೆರಳನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಅಥವಾ ಚಿವುಟಿ, ನಂತರ ರೋಗಿಯು ಸ್ಪರ್ಶವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿ.

3) ಗಾಯವನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿ.

ದೈಹಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನಂತರ, ಕೈಯಾರೆ ಸ್ಥಿರೀಕರಣವನ್ನು ಒದಗಿಸಿ ಗಾಯದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ. ಗಾಯಗೊಂಡ ತುದಿಯ ಕೈಯಾರೆ ಸ್ಥಿರೀಕರಣವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವವರೆಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಬೇಡಿ.

4) ಗಾಯವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ.

ಊತ ಉಂಟಾಗುವ ಮೊದಲು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.

5) ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಮತ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ.

ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಅಥವಾ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಬಳಸಿ ಗಾಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಮುರಿದ ಮೂಳೆ ತುದಿಗಳ ಮೇಲೆ ನೇರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಮೂಳೆಯ ತುದಿಗಳು ಗಾಯದಿಂದ ಹೊರಚಾಚಿದರೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಒತ್ತಡದ ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಮೂಳೆಯ ತುದಿಗಳು ಗಾಯವನ್ನು ಮರುಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ.

6) ನಿಮ್ಮ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.

7) ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಹಾಕಿ.

- ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಅಳೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಚಾಲಿತ ಸ್ಥಿರೀಕರಣವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ಪಕ್ಕದ ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಯದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.
- ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಒಂದು ಜಾಗದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಜಾಗಕ್ಕೆ ಚಲಿಸುವಾಗ ತುಂಬಾ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.

8) ನಾಡಿಮಿಡಿತ, ಮೋಟರ್ ಫಂಕ್ಷನ್ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಮರುಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

9) ನೋವು ಮತ್ತು ಊತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕೋಲ್ಡ್ ಪ್ಯಾಕ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಐಸ್ ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

10) ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಆಫಾತದ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಆಚೆ ಬರಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಳ ಅನ್ವಯಕ್ಕಾಗಿ PHT

ಪ್ರಮುಖ: ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗೆ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ನಾಡಿಮಿಡಿತ, ಮೋಟರ್ ಫಂಕ್ಷನ್ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಮರು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು.



ಸ್ಪಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪಾಲ್ಡ್



ಸ್ಪಿಂಟ್ ದೃಢೀಕರಣ

ಮೇಲಿನ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸ್ಲಿಂಟ್ ಮಾಡುವುದು

ಭುಜ ಮತ್ತು ಕತ್ತಿನ ಮೂಳೆ (ಕ್ಲಾವಿಕಲ್)

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ಭುಜವು "ಜೋತುಬಿದ್ದಂತೆ" ತೋರುತ್ತದೆ, ವಿರೂಪತೆ (ಅಸಮ್ಮಿತಿ), ನೋವು.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಸ್ಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ. ದೇಹ ಮತ್ತು ತೋಳಿನ ನಡುವಿನ ಅಂತರ ತುಂಬಲು ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದರೆ ಪ್ಯಾಡ್ ಬಳಸಿ.

ಮೇಲಿನ ತೋಳು(ಹ್ಯೂಮರಸ್) ಮತ್ತು ಭುಜ

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ, ವಿರೂಪತೆ.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾದ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಅನ್ನು ತೋಳಿನ ಹೊರಭಾಗಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಖಾಲಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ಯಾಡ್ ಬಳಸಿ, ನಂತರ ಸ್ಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತ್ ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ.

ಮೋಣಕ್ಕೆ (ಎಲ್ಬೋ)

- ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ: ಕಂಡುಬರುವ ಅದೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಲಿಂಟ್, ನೇರಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.
- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಮೋಣಕ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ತೋಳು ಬಾಗಿದ್ದರೆ, ಸ್ಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತ್‌ನಿಂದ ಸ್ಲಿಂಟ್. ಪರ್ಯಾಯವೆಂದರೆ ದಿಂಬು ಅಥವಾ ಕಂಬಳಿ. ಮೋಣಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ತೋಳನ್ನು ಸ್ಲಿಂಟ್ ಮಾಡಿ, ಆರ್ಮ್‌ಪಿಟ್‌ನಿಂದ ಬೆರಳ ತುದಿಯವರೆಗೆ, ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ.

ಮುಂಗೈ ಮತ್ತು ಮಣಿಕಟ್ಟು

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ತೋಳಿನ ಹಲಗೆ ಬಳಸಿ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಸ್ಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತ್. (ನ್ಯೂಮ್ಯಾಟಿಕ್ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು)

ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ಬೆರಳುಗಳು

- ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ: ಲೋಮನಾಳದ ರೀಫಿಲ್ ಮೂಲಕ ಪಲ್ಸ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.
- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಒಂದು ಬೆರಳು ಮುರಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಪಕ್ಕದ ಬೆರಳಿಗೆ ಟೇಪ್ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಟಂಗ್ ಡಿಪ್ರೆಸರ್ ಅನ್ನು ಸ್ಲಿಂಟ್ ಆಗಿ ಬಳಸಿ. ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬೆರಳುಗಳು ಮುರಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಕೈಯನ್ನು ಮುರಿತದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಮಾಡಿ. ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ರೋಲ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕೈಯನ್ನು ಸುತ್ತಿ ತೋಳಿನ ಹಲಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.

ಕೆಳಗಿನ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸ್ಲಿಂಟ್ ಮಾಡುವುದು

ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕುಳಿ (ಪೆಲ್ವಿಸ್)

- ಭಾರಿ ರಕ್ತನಷ್ಟದಿಂದಾಗಿ ಸೊಂಟದ ಗಾಯಗಳು ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಬಹುದು.
- ಶಂಕಿತ ಆಘಾತ.
- ಸೊಂಟಕ್ಕೆ ಗಾಯಗೊಳಿಸುವಷ್ಟು ಬಲವಾದ ಯಾವುದೇ ಬಲವು ಬೆನ್ನು ಮೂಳೆಗೆ ಗಾಯವಾಗಬಹುದು.

ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಗಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ನೋವು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಇಲಿಯಾಕ್ಸ್ಟ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಸೊಂಟದ ಮೂಳೆಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕಿದಾಗ
- ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಇರುವಾಗ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಎತ್ತಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ

ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

1. ರೋಗಿಯ ಚಲನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ.
2. ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಬೆಂಬಲವಿಲ್ಲದೆ ಲಾಗೋಲ್‌ಅಥವಾಲಿಫ್ಫಾ ಡಬೇಡಿ.
3. ರೋಗಿಯ ಕಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ತೊಡೆಸಂದುಗಳಿಂದ ಪಾದಗಳ ವರೆಗೆ ಮಡಚಿದ ಕಂಬಳಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಕಟ್ಟಿ ಕ್ರಾವಟ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ (2 ರಿಂದ ಮೇಲಿನ ಕಾಲು, 2 ರಿಂದ ಕೆಳಕಾಲು).
4. ರೋಗಿಯನ್ನು ಲಾಂಗ್ ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.
5. ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಆಫಾತದ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಆಚೆ ಬರಲು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.

ಸೊಂಟದ ಗಾಯಗಳು

ಈ ರೀತಿಯ ಗಾಯದೊಂದಿಗೆ, ಸೊಂಟ ಅಥವಾ ಸೊಂಟದ ಮುರಿತ ಅಥವಾ ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟದಿಂದ ಮೇಲಿನ ಫೆಮರ್ ಮುರಿತವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಸೊಂಟದ ಗಾಯಗಳಂತೆ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಗಾಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ.

ಸೊಂಟದ ಗಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ಬಣ್ಣ ಬದಲಾಗುವಿಕೆ
- ಕಾಲು(ಗಳನ್ನು) ಚಲಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ
- ಸಂಭವನೀಯ ಪಾದ ತಿರುಗುವಿಕೆ (ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಒಳಮುಖ)

ಸೊಂಟದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

1. ರೋಗಿಯ ಕಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ಮಡಚಿದ ಕಂಬಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಿ
2. ದಿಂಬುಗಳಿಂದ ಸೊಂಟವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ.
3. ಉದ್ದವಾದ ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ನಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲು, ಅಥವಾ ಪಾದದಿಂದ ಕಂಕುಳವರೆಗೆ ಪ್ಯಾಡ್ಲೊಂದಿಗೆ ಪಾದದಿಂದ ಕಂಕುಳವರೆಗೆ, ತೊಡೆಯಿಂದ ಪಾದದವರೆಗೆ ಉದ್ದವಾದ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
4. ಕ್ರಾವಟ್ ಬಳಸಿ ಸುರಕ್ಷಿಸಿ.

ಫೆಮೋರಲ್ ಗಾಯಗಳು

ಫೆಮೋರಲ್ ಮುರಿತವು ಭಾರಿ ಆಂತರಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು, ಇದು ಆಫಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಮೊದಲು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.

ಫೆಮೋರಲ್ ಮುರಿತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ನೋವು (ಆಗಾಗ್ಗೆ ತೀವ್ರ)
- ವಿರೂಪತೆ
- ಬಿಗಿತ
- ಕುಗ್ಗಿದ ಅಂಗ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಮುಂಚಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಕಾಲು ನೇರವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದರೆ, ತೊಡೆಯ ಒಳತೊಡೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಒಂದು ತೊಡೆಯಿಂದ ಪಾದದವರೆಗೆ, ಇನ್ನೊಂದು ಕಂಕುಳಿನಿಂದ ಪಾದದವರೆಗೆ ಹೊರತೊಡೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಎರಡು ಪ್ಯಾಡ್ಡ್ ಸ್ಪ್ಲಿಂಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಕ್ರಾವಟ್ ಬಳಸಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಮಾಡಿ.

ಮೋಣಕಾಲಿನ ಗಾಯಗಳು

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ.
- ಬಾಗಿರಿದ ಭಂಗಿ: ದೊರೆತ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆ. ಅದರ ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಪ್ಯಾಡೆಡ್ ಬೋರ್ಡ್ ಗಳಿಂದ ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿ.
- ನೇರವಾದ ಭಂಗಿ: ಎರಡು ಪ್ಯಾಡೆಡ್ ಉದ್ದವಾದ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಮೊದಲನೆಯದು ಆಂತರಿಕದಲ್ಲಿ ತೊಡೆಯಿಂದ ಪಾದದ ಆಚೆಗೆ. ಎರಡನೆಯದು ಹೊರ ತೊಡೆಯ ಮೇಲೆ, ಸೊಂಟದಿಂದ ಪಾದದ ಆಚೆಗೆ ಇರಿಸಿ. ಕ್ರಾವಟ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿಸಿ.

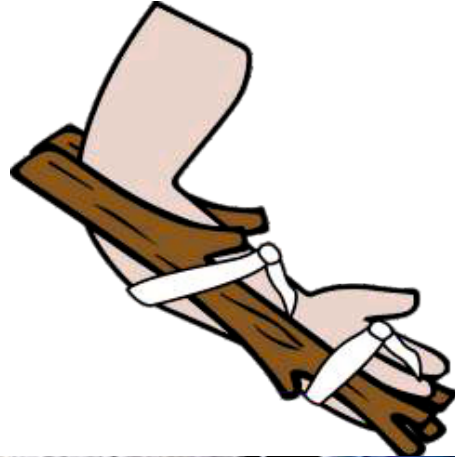
ಟಿಬಿಯಾ ಅಥವಾ ಫಿಬುಲಾ ಗಾಯ

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ
- ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಎರಡು ಪ್ಯಾಡ್ಡ್ ಉದ್ದವಾದ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ - ತೊಡೆಸಂದು ಪಾದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ತೊಡೆಯಿಂದ ಕಾಲಿಗೆ. ಕ್ರಾವಟ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ. ಟಿಬಿಯಾ ಅಥವಾ ಫಿಬುಲಾಗೆ ಮುಚ್ಚಿದ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಸುತ್ತಳತೆಯ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಅಥವಾ ನ್ಯೂಮ್ಯಾಟಿಕ್ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವುದು.

ಪಾದ ಮತ್ತು ಪಾದದ ಗಾಯಗಳು

- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು: ನೋವು, ಊತ ಮತ್ತು ವಿರೂಪತೆ.
- ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿ, ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಶೂಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಸ್ ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ಗಾಯವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ. ಕ್ರಾವಟ್ ಗಳಿಂದ ಭದ್ರಪಡಿಸಲಾದ ದಿಂಬಿನಂತಹ ಸುತ್ತಳತೆಯ ಅಥವಾ ರೂಪಿಸಬಹುದಾದ ಸ್ಲಿಂಟ್ ಅನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಪರ್ಯಾಯ: ತೊಡೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗಕ್ಕೆ ಪ್ಯಾಡೆಡ್ ಬೋರ್ಡ್ ಗಳು.

ಸುಧಾರಿತ ಸ್ಲಿಂಟ್:



ವಿಷಯ – 18

**ಕನಿಷ್ಠ ಜೀವ ರಕ್ಷಕ ಸಹಾಯ
(ಬೇಸಿಕ್ ಲೈಫ್ ಸಪೋರ್ಟ್)**

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಮೇಲ್ಭಾಗದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಡಚಣೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು.
- » ವಯಸ್ಕರು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಶುಗಳ ಒಂದು ಮನುಷ್ಯಾಕೃತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ರಕ್ಷಣಾ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ, ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಅಡಚಣೆ ಆದಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲದೆ.
- » ಮನುಷ್ಯಾಕೃತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ವಯಸ್ಕರು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ CPR ಅನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ.
- » ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಎರಡು ರಕ್ಷಕ CPR ಅನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

BLS "ಕನಿಷ್ಠ ಜೀವ ರಕ್ಷಕ ಸಹಾಯ" ಮತ್ತು CPRಎಂದರೆ "ಕಾರ್ಡಿಯೋ ಪಲ್ಮನರಿ ರಿಸುಟೇಶನ್" ಅಂದರೆ ಮೆದುಳಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಸರಿಪಡಿಸಲಾಗದ ಹಾನಿಯಿಂದ ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಮೆದುಳಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಬದುಕುಳಿಯಲು.

ಕನಿಷ್ಠ ಜೀವರಕ್ಷಕ ಸಹಾಯ (BLS) ಮತ್ತು CPR ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೂಲಕ ಮೊದಲ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆದಾರನು EMS / ಮುಂಗಡ ಆರೈಕೆಯ ಆಗಮನದವರೆಗೆ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.

BLS ಎಂಬುದು ಒಂದು ಮಟ್ಟದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆಯಾಗಿದ್ದು, ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಅಥವಾ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾದವರಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆ ನೀಡುವವರೆಗೆ ಇದನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಂತ್ರಜ್ಞರು, ಅರೆವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ಅರ್ಹ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರು ಸೇರಿದಂತೆ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಒದಗಿಸಬಹುದು.

ಉಸಿರಾಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಉಸಿರಾಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ನಾಲ್ಕು ಘಟಕಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ:

- » ವಾಯು ಮಾರ್ಗ (ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ)
- » ನರಸ್ಯಾಯು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು (ಮೆದುಳಿನ ಉಸಿರಾಟದ ಕೇಂದ್ರ, ಉಸಿರಾಟದ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ಎರಡನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ನರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ)
- » ಅಲ್ವಿಯೋಲಿ - ಲೋಮನಾಳಗಳಿಂದ ಸುತ್ತುವರೆದ ಸಣ್ಣ ಗಾಳಿಚೀಲಗಳು
- » ಅಪಧಮನಿಗಳು, ಲೋಮನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ತನಾಳಗಳು

ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ನಾವು ಉಸಿರಾಡಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಉಸಿರನ್ನು ಒಳಕ್ಕೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರೊಂದಿಗೆ, ಗಾಳಿಯನ್ನು

ಅಲ್ವಿಯೋಲಿಯನ್ನು ಲೋಮನಾಳಗಳು ಸುತ್ತುವರೆದಿವೆ. ಮೆದುಳು, ಎದೆ ಮತ್ತು ವಪೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ ನರಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಶ್ವಾಸನಾಳಗಳ ಮೂಲಕ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಲ್ಲಿನ ಅಲ್ವಿಯೋಲಿಗೆ ಸಾಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಅಲ್ಲಿ ಆಮ್ಲಜನಕ ಮತ್ತು ಇಂಗಾಲದ ಡೈಆಕ್ಸೈಡ್ ಅನ್ನು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಉಸಿರಾಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ, ರಕ್ತಪರಿಚಲನಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ದೇಹದಿಂದ ಇಂಗಾಲದ ಡೈಆಕ್ಸೈಡ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ.

1. ಉಸಿರಾಟ: ಉಸಿರಾಟದ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು, ನಾವು ಈ ಮುಂದಿನ ತಂತ್ರ ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ-ನೋಡಿ, ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಿ (LLF – ಲುಕ್, ಲಿಸನ್, ಫೀಲ್).

ಸಾಕಷ್ಟು ಉಸಿರಾಟವು ಈ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ:

- ಎದೆ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆ ಪ್ರತಿ ಉಸಿರಿನೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಏರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇಳಿಯುತ್ತದೆ.
- ಗಾಳಿಯನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಮೂಗಿನಿಂದ ನಿರ್ಗಮಿಸುವ ಅನುಭವವಾಗಬಹುದು.
- ಉಸಿರಾಟದ ಸುಲಭತೆ (ನಿರಾಯಾಸತೆ)
- ಸಾಕಷ್ಟು ಮಟ್ಟದ ಉಸಿರಾಟ

ಅಸಮರ್ಪಕ ಉಸಿರಾಟವು ಈ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ:

- ಎದೆ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಅಸಮರ್ಪಕ ಏರಿಕೆ ಮತ್ತು ಇಳಿಕೆ.
- ಗದ್ದಲದ ಉಸಿರಾಟ : ಗುಳ್ಳೆಗಳು, ರಾಲ್ಸ್, ಸ್ಟ್ರೀಡ್ಸ್, ಸಿಳ್ಳು ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಉಸಿರಾಟದ ಪ್ರಯತ್ನ
- ಸೈನೋಸಿಸ್
- ಅಸಮರ್ಪಕ ದರ
- ಬದಲಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ

ಉಸಿರಾಟ ಇಲ್ಲದಿರುವಿಕೆಯು ಈ ರೀತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ:

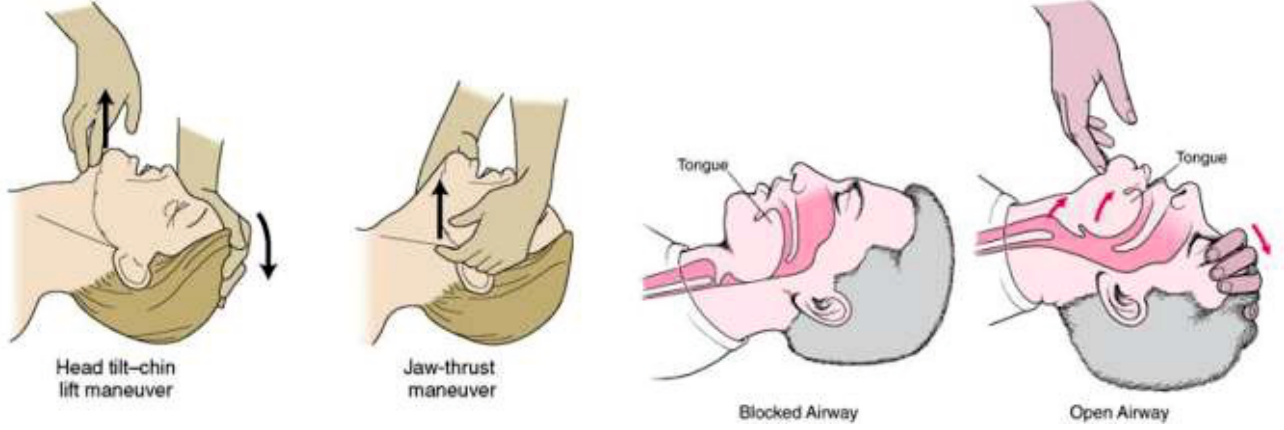
- ಎದೆ ಅಥವಾ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಚಲನೆ ಇಲ್ಲ.
- ಗಾಳಿಯು ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಮೂಗಿನಿಂದ ಹೊರಬರುವುದನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

2. ಸೈನೋಸಿಸ್

ರಕ್ತ ಮತ್ತು ಅಂಗಾಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಲೋಳೆಯ ಪೊರೆಗಳ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯು ರೋಗಿಯು ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕಳಪೆ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡುವುದು, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದ ಗಾಯ, ಅಥವಾ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿರಬಹುದು. ತುಟಿಗಳು, ಕಿವಿಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳು ಅಥವಾ ಉಗುರಿನ ಮೇಲೆ ಸೈನೋಸಿಸ್ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.



3. ಉಸಿರಾಟದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ (ಏರ್ ವೇ) ತೆರೆಯುವ ತಂತ್ರಗಳು



ತಲೆ-ವಾಲಿಸು-ಗಲ್ಲ-ಎತ್ತು (ಹೆಡ್-ಟಿಲ್ಟ್ ಚಿನ್-ಲಿಫ್ಟ್)

- ಇದು ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆಯುವ ಆಯ್ಕೆಯ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.
- ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ಗಾಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅನುಮಾನಿಸಿದರೆ ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.

ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡಿ :

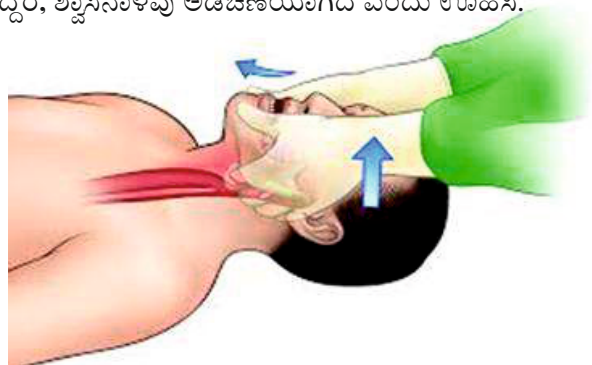
1. ರೋಗಿಯನ್ನು ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಮಲಗಿಸಿ.
2. ರೋಗಿಯ ಭುಜದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ತಲೆಯ ಕಡೆಗೆ ಮಂಡಿಯೂರಿ.
3. ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಕೈಯನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ರೋಗಿಯ ದವಡೆಯ ಎಲುಬಿನ ಭಾಗದ ಕೆಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ಇನ್ನೊಂದು ಕೈಯ ಬೆರಳನ್ನು ಇರಿಸಿ.
4. ಗಲ್ಲದ ಮೇಲೆ ಎತ್ತಿ, ದವಡೆಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ, ಮತ್ತು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ತಲೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಬಾಗಿಸಿ. ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ : —ಸ್ನಿಫಿಂಗ್ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ ಹೆಚ್ಚು ವಿಸ್ತರಿಸ ಬೇಡಿ.

ಪ್ರಮುಖ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು:

- ಯಾವಾಗಲೂ ರೋಗಿಯ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ತೆರೆದಿಡಿ—ನಿಮ್ಮ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಲು ಬಳಸಿ
- ರೋಗಿಯ ಕೆಳತುಟೆಯ ಕೆಳಗೆ. ರೋಗಿಯ ಗಲ್ಲದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಮೃದು ಅಂಗಾಂಶವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹಿಡಿಯಬೇಡಿ. ಗಾಳಿ ದಾರಿಯನ್ನು ತೆರೆದ ನಂತರ, ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನೋಡಿ, ಕೇಳಿ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಿ. ರೋಗಿಯು ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ, ಕೃತಕ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಗಾಳಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಶ್ವಾಸನಾಳವು ಅಡಚಣೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿ.

ದವಡೆ ಡ್ರಫ್ಟ್: ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಹುರಿ

ಗಾಯದಿಂದ ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನ ರೋಗಿಯ ಮೇಲೆ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾದ ಏಕೈಕ ತಂತ್ರವೆಂದರೆ ದವಡೆಯ ಒತ್ತಡ.



ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ:

- ರೋಗಿಯ ಮುಖ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ.
- ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಮಂಡಿಯೂರಿ. ರೋಗಿಯು ಮಲಗಿದ್ದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕೈಗಳನ್ನು ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.
- ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ದವಡೆಯ ಕೋನವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿ; ಶಿಶು ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ 2 ರಿಂದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ದವಡೆಯನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ (ಮೇಲಕ್ಕೆ) ಚಲಿಸಲು ಎತ್ತುವ ಚಲನೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ರೋಗಿಯ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ತೆರೆದಿಡಿ.

ವಾಯು ಮಾರ್ಗವು ತೆರೆಯದಿದ್ದರೆ ಮರುಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ. ಮರುಪರಿಶೀಲನೆ ಮತ್ತು ಮರುಪ್ರಯತ್ನದ ನಂತರ ವಿಫಲವಾದರೆ, ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಸಂಯೋಜಕವನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.

4. ಕೃತಕ ವಾತಾಯನ (ರಕ್ಷಣಾ ಉಸಿರಾಟ)

ರೋಗಿಯು ತೆರೆದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ನಂತರ, ರೋಗಿಯು ಅಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡಲು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೃತಕ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು.

ಕೃತಕ ವಾತಾಯನಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ. ನೀವು ಈ ಮೂರರಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥರಾಗಿರಬೇಕು, ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆಯ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಗೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ:

1. ಬಾಯಿಯಿಂದ -ಮುಖವಾಡಕ್ಕೆ (ಮೌತ್-ಟು-ಮಾಸ್ಕ್)
2. ಬಾಯಿಯಿಂದ- ತಡೆಗೋಡೆ ಸಾಧನ (ಮೌತ್-ಟು-ಬ್ಯಾರಿಯರ್ ಡಿವೈಸ್)
3. ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ (ಮೌತ್-ಟು-ಮೌತ್)

ಉಸಿರಾಟದ ದರಗಳು ಮತ್ತು ಅವಧಿ:

- ವಯಸ್ಕರು : ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 12-20 ಉಸಿರಾಟಗಳು.
- ಮಕ್ಕಳು : ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 15-30 ಉಸಿರುಗಳು.
- ಶಿಶು : ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 25-50 ಉಸಿರಾಟಗಳು.

Up to 6 months:	30-60 BREATHS PER MINUTE
6-12 months:	24-30 BREATHS PER MINUTE
1-5 years:	20-30 BREATHS PER MINUTE
6-12 years:	12-20 BREATHS PER MINUTE
12 years and up	12-20 BREATHS PER MINUTE

ಸೂಚನೆ :- ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟದ ದರವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸರಿಯಾದ ಎದೆ ಏರಿಕೆ ನೋಡಿ. ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳೊಂದಿಗೆ, ಅತಿಯಾಗಿ ಗಾಳಿಯಾಡದಂತೆ ಬಾಯಿಯ ಪಫ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.

ರಕ್ಷಕರಿಗೆ ಆಗಬಹುದಾದ ಅಪಾಯಗಳು

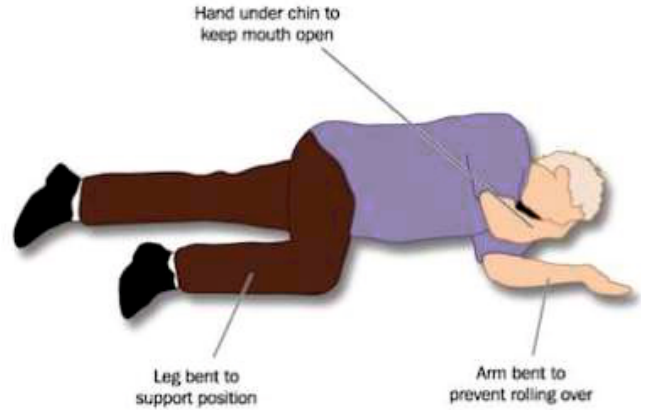
- ರೋಗಿಗಳು : ರಕ್ತದಿಂದ ಹರಡುವ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಮಾಸ್ಕ್, ಗ್ಲೌಸ್, ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಿನ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. BVM (ಬ್ಯಾಗ್ ವಾಲ್ವ್ ಮಾಸ್ಕ್) ಅಥವಾ ಪಾಕೆಟ್‌ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸಿ.
- ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು : ರಾಸಾಯನಿಕ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ ಕಲುಷಿತ ರೋಗಿಯೊಡನೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ರೋಗಿಯನ್ನು ಮೊದಲು ಸೋಂಕುರಹಿತಗೊಳಿಸಬೇಕು.
- ವಾಂತಿ : ಪಾಕೆಟ್‌ಮಾಸ್ಕ್ ಅಥವಾ BVM ಮೇಲೆ ಏಕಮುಖ ಕವಾಟವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು.

ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಡಿಸ್ಪೆನ್ಶನ್

ರಕ್ಷಣೆ ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು, ಇದು ರೋಗಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಹೊಟ್ಟೆಯು ಉಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಹಿಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ.

ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ : ರೋಗಿಯ ತಲೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ಥಾನೀಕರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಅಥವಾ ತುಂಬಾ ತ್ವರಿತವಾದ ವಾತಾಯನಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಮೂಲಕ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಡಿಸ್ಪೆನ್ಶನ್ ಅನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ. ಪರಿಮಾಣವು ಎದೆಯನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಏರಲು ಕಾರಣವಾಗುವುದಕ್ಕೇ ಸೀಮಿತವಾಗಿರಬೇಕು.

ಚೇತರಿಕೆ : ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಉಸಿರಾಟ ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗೆ, ರೋಗಿಯನ್ನು ಚೇತರಿಕೆಯ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಈ ಸ್ಥಾನವು ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಡಲು ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ, ಇದು ದ್ರವಗಳು ಶ್ವಾಸನಾಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಬದಲು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಹೊರಹೋಗಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಚೇತರಿಕೆಯ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದ, ಗಾಯಗೊಳ್ಳದ ರೋಗಿಯ ಮೇಲೆ ಬಳಸಬೇಕು. ಸಾರಿಗೆ ಬರುವವರೆಗೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಆ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಆಫಾತ ಅಥವಾ ಸಿ-ಸ್ಟೈನ್ (ಗರ್ಭಕಂಠದ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ) ಗಾಯವನ್ನು ನೀವು ಶಂಕಿಸಿದರೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಚೇತರಿಕೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಬೇಡಿ.



ಮೌತ್-ಟು-ಮಾಸ್ಕ್ ವೆಂಟಿಲೇಶನ್ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ

ಈ ವಿಧಾನವು ರೋಗಿಯ ಮೂಗು ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯ ಸುತ್ತಲೂ ಗಾಳಿ ಹೊರಹೋಗದಂತೆ ಮುಚ್ಚಿದ ಏಕಮುಖ ಕವಾಟದೊಂದಿಗೆ ಪಾಕೆಟ್ ಫೇಸ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಇದು ಆದ್ಯತೆಯ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ರೋಗಿಯೊಂದಿಗಿನ ನೇರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

1. ರೋಗಿಯ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಮುಖವಾಡವನ್ನು ಇರಿಸಿ. ಮುಖವಾಡದ ಕಿರಿದಾದ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಮೂಗಿನ ಸೇತುವೆಯ ಮೇಲೆ ಕೂರಿಸಬೇಕು. ಅಗಲವಾದ ಭಾಗವು ಗದ್ದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

2. ಮುಖವಾಡದ ಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಕೈಯ ಹಿಮ್ಮಡಿ ಮತ್ತು ಹೆಬ್ಬರಳನ್ನು ಇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಮುಖವಾಡದ ಅಂಚುಗಳ ಸುತ್ತಲೂ



ಬಿಗಿಯಾದ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ದೃಢವಾಗಿ ಒತ್ತುವ ಮೂಲಕ ಮುಖವಾಡವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.

ಮೌತ್-ಟು-ಬ್ಯಾರಿಯರ್ ಸಾಧನ ವಾತಾಯನ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ

ತಡೆಗೋಡೆ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಶಾಲ ವರ್ಗಗಳಿವೆ: ಮುಖವಾಡಗಳು ಮತ್ತು ಗುರಾಣಿಗಳು.

ಹೆಚ್ಚಿನವು ಏಕಮುಖ ಕವಾಟವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಆದರೆ ಉಸಿರನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವ ಪೋರ್ಟ್ ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ರೋಗಿಯದು ಉಸಿರನ್ನು ಹೊರಬಿಡುವ ಗಾಳಿಯು ತಡೆಗೋಡೆ ಸಾಧನದ ಸುತ್ತಲೂ ಸೋರಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

1. ರೋಗಿಯಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಸುತ್ತಲೂತಡೆಗೋಡೆ ಸಾಧನವನ್ನು ಇರಿಸಿ, ಸಾಕಷ್ಟು ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.
2. ಸೂಕ್ತ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ರೋಗಿಯ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆಯಿರಿ.
3. ಎದೆ ಏರಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೀಳುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಸೂಕ್ತದರ ಮತ್ತು ಆಳದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ತಲುಪಿಸಿ. ರೋಗಿಯ ಉಸಿರನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವಿಕೆಯನ್ನು ಆಲಿಸಿ.

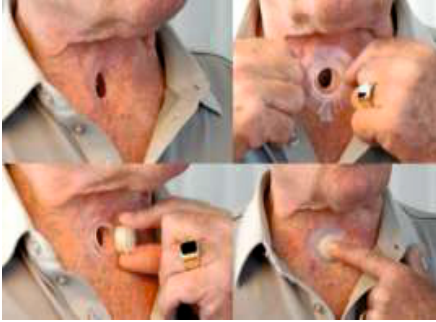
ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ವಾತಾಯನ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ: -

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಅಪಾಯವು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು ತುಂಬಾ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸುವ ನಿರ್ಧಾರವು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿದೆ.

ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಬ್ಯಾರಿಯರ್ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.

1. ಸೂಕ್ತ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ರೋಗಿಯ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆಯಿರಿ.
2. ನಿಮ್ಮ ಹೆಬ್ಬರಳು ಮತ್ತು ತೋರು ಬೆರಳಿನಿಂದ ರೋಗಿಯ ಮೂಗನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಚಿವುಟಿ (ಹಣೆಯ ಮೇಲಿನ ಕೈ) ಗಾಳಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ತಡೆಯುವುದು.

ಕತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ರಂಧ್ರ (ಸ್ಪೋಮಾ) ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳು: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಲಾರಿಂಜೆಕ್ಟಮಿಗೆ ಒಳಗಾದ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ನೀವು ನೋಡಬಹುದು. ಅವರು ಸ್ಪೋಮಾವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ, ಶ್ವಾಸನಾಳದಿಂದ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮುಂಭಾಗದವರೆಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾದ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯು ಇರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂಧಾರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ನೇರ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಸ್ಪೋಮಾ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಮಾಡಿ (ಮೌತ್-ಟು-ಸ್ಪೋಮಾ).



5. ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆ (FBAO-ಫಾರಿನ್ ಬಾಡಿ ಏರ್ ವೆ ಅಬ್ಸಕ್ಟನ್)

"ಫಾರಿನ್ ಬಾಡಿ ಏರ್ ವೆ ಅಬ್ಸಕ್ಟನ್ : ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಉಸಿರಾಟದ ಟ್ಯೂಬ್ ಗಳ ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಡೆ ಆಗುತ್ತದೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಹಾರ, ಮಣಿಗಳು, ಆಟಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ). ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯ ಪ್ರಾರಂಭವು ಕೆಮ್ಮಿನಿಂದ ಹಠಾತ್ ಆಗಿರಬಹುದು .ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯ ಆರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಇರುತ್ತದೆ."

ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಂದರೆ ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಎಂಬ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಮೇಲ್ಭಾಗದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯು ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಗಂಟಲಿನ ಹಿಂಭಾಗವನ್ನು ಅಥವಾ ಮೂಗಿನ ಹಾದಿಗಳನ್ನು (ಮೇಲಿನ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ) ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಉಸಿರಾಡುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಆಸ್ತಮಾದಂತಹ ಶ್ವಾಸನಾಳದಹಾದಿಗಳ ತೀವ್ರ ಸೆಳೆತದಿಂದ ಕಡಿಮೆ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಆಗಿ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಿಂದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು:

ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯ ಕಾರಣಗಳು

- **ನಾಲಿಗೆ :** ನಾಲಿಗೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಬೀಳುತ್ತದೆ, ಗಂಟಲನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಾಮಾನ್ಯ.
- **ಕಿರುನಾಲಿಗೆ (ಎಪಿಗ್ಲೋಟಿಸ್) :** ರೋಗಿಯು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲರ್ಜಿಗಳಿಂದಲೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.
- **ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತು (ಫಾರಿನ್ ಬಾಡಿ) :** ಆಹಾರ, ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ, ಆಟಕೆಗಳು, ದಂತಪಂಕ್ತಿಗಳು, ವಾಂತಿ ಮತ್ತು ದ್ರವದಂತಹ ವಸ್ತುಗಳು ಗಂಟಲು ಅಥವಾ ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಮೇಲಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ
- **ಅಂಗಾಂಶ ಹಾನಿ :** ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ನುಸುಳುವ ಗಾಯ, ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಉಸಿರಾಡುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು,
- **ಅನಾರೋಗ್ಯ :** ಉಸಿರಾಟದ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು (ಆಸ್ತಮಾದಂತಹ) ಅಥವಾ ಹಠಾತ್ ಶಿಶು ಮರಣ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಅಂಗಾಂಶ ಉರಿಯೂತ ಅಥವಾ ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ವಾಯು ಮಾರ್ಗಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಹುದು.

ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ (FBAO)

ಯಶಸ್ವಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕೀಲಿಕೈ ಆರಂಭಿಕ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ, ಸೈನೋಟಿಕ್ ಆಗುವ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸ್ಪಷ್ಟ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಯಾವುದೇ ಜನರಿಗೆ FBAO ಆಗಿದೆ ಎಂದು ಶಂಕಿಸಬಹುದು.

FBAOನಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ - ಭಾಗಶಃ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ

ಭಾಗಶಃ : ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದ ವಸ್ತುವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾಗಶಃ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಯು ಸಾಕಷ್ಟು ಅಥವಾ ಕ್ಷೀಣ ವಾಯು ವಿನಿಮಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಸಾಕಷ್ಟು ವಾಯು ವಿನಿಮಯದೊಂದಿಗೆ, ರೋಗಿಯು ಬಲವಾಗಿ ಕೆಮ್ಮಬಹುದು, ಆದರೂ ಕೆಮ್ಮುಗಳ ನಡುವೆ ಉಬ್ಬಸ ಇರಬಹುದು. ಶ್ವಾಸನಾಳವನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಲು ರೋಗಿಯ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಕಳಪೆ ವಾಯು ವಿನಿಮಯದೊಂದಿಗೆ, ರೋಗಿಯು ದುರ್ಬಲ, ನಿಷ್ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಕೆಮ್ಮು, ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಬ್ದವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾನೆ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಸಂಭವನೀಯ ಸೈನೋಟಿಕ್ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಅಡಚಣೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ಸಂಪೂರ್ಣ : ರೋಗಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು, ಉಸಿರಾಡಲು ಅಥವಾ ಕೆಮ್ಮಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಬ್ಬರಳು ಮತ್ತು ಬೆರಳಿನಿಂದ ಕುತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಕ್ಲಚ್ ಮಾಡಬಹುದು - ಈ ಸನ್ನೆಯನ್ನು ಉಸಿರುಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಚಿಹ್ನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗಾಳಿಯ ಚಲನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

6. ವಯಸ್ಕರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ FBAO ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು

ಕಳಪೆ ವಾಯು ವಿನಿಮಯ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಡಚಣೆಯೊಂದಿಗೆ FBAOಅನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾದ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಒತ್ತಡ (ಹೈಫ್ಲಿಚ್ ಕುಶಲತೆ). ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಹಲವಾರು ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಈ ವಿಧಾನದಿಂದ ಆಂತರಿಕ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಗಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಕ್ಲಿಫಾಯಿಡ್ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಪಕ್ಕಲುಬಿನ ಕೆಳಅಂಚುಗಳ ಮೇಲೆ ಎಂದಿಗೂ ಇಡಬೇಡಿ -ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಈ ಪ್ರದೇಶದ ಕೆಳಗೆ ಆದರೆ ಹೊಕ್ಕಳಿನ ಮೇಲೆ ಇರಬೇಕು.

1 ರಿಂದ 8 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ಕುರುಡು ಬೆರಳಿನ ಸ್ವೀಪ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ,ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ನೀವು ಹೇಗೆಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯು ಎಪಿಗ್ಲೋಟಿಸ್ ಅಥವಾ ಕ್ರೂಪ್ ನಂತಹ ಸೋಂಕುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಇದು ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಎಡೆಮಾವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಶು ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ ದಟ್ಟಣೆ, ಗೊರಕೆ ಅಥವಾ ಡ್ರೂಲಿಂಗ್ ನೊಂದಿಗೆ ಜ್ವರವಿದ್ದರೆ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಮಾನಿಸಬಹುದು. ಈ ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಯನ್ನು ತುರ್ತು ಸೌಲಭ್ಯಕ್ಕೆ

ಸಾಗಿಸಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ರೋಗಿಗೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ.

ಹೊಟ್ಟೆಯ ತುರುಕಗಳು - ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ವಯಸ್ಕ ಅಥವಾ ಮಗು (ರೋಗಿ ನಿಲ್ಲುವುದು ಅಥವಾ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು)

1. ತೊಂದರೆ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಡಚಣೆ ಇದೆಯಾ ಅಥವಾ ಭಾಗಶಃ ಅಡಚಣೆ ಇದೆಯಾ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ.
2. ನಿಮಗೆ ಉಸಿರುಗಟ್ಟುತ್ತಿದೆಯೇ ಎಂದು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿ ರೋಗಿಯ ಹಿಂದೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿಯ ಹೆಬ್ಬರಳಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಸ್ತನ ಮೂಳೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.
3. ಇನ್ನೊಂದು ಕೈಯಿಂದ ಮುಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹಿಡಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಕ್ಷಿಪ್ರವಾಗಿ ಐದು ಬಾರಿ ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕಿ.
4. ಆ ವಸ್ತು ಹೊರಬಂದಿದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಮತ್ತು ಆಲಿಸಿ. ವಸ್ತು ಹೊರ ಬಂದಿದ್ದರೆ ರೋಗಿಯು ಕೆಮ್ಮುತ್ತಾನೆ ಅಥವಾ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ.
5. ಇನ್ನೂ ಸಹ ರೋಗಿಗಳ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವು ಅಡಚಣೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸುವವರೆಗೆ ಅಥವಾ ರೋಗಿಯು ಸ್ಪಂದಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ.
6. ನೀವು ವಾಯು ಮಾರ್ಗ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲು ರೋಗಿಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ.
7. EMS ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಯಾರಿಗಾದರೂ ನಿರ್ದೇಶನ ಮಾಡಿ.



ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದ ವಯಸ್ಕ ಅಥವಾ ಮಗು

1. ಸೂಕ್ತ BSI ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
2. ರೋಗಿಯು ಮೆಲ್ಲುಖವಾಗಿ ಮಲಗಿರುವಾಗ (ಸುಪೈನ್) ಟ್ಯಾಪ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸ್ಪಂದಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಕೂಗಿ.
3. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ, EMS ಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸಿ.
4. ಏರ್‌ವೆಕ್ಸ್ ಚೇಂಜ್ ಗಾಗಿ ನೋಡುವುದು, ಕೇಳುವುದು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಯ ಮೂಲಕ ಉಸಿರಾಟದ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ.
5. ಉಸಿರಾಟವು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಏದುಸಿರು ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕ್ಯಾರೋಟಿಡ್ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ. ಪಲ್ಸ್ ಇದ್ದರೆ, ರೋಗಿಗೆ ಗಾಳಿಯಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ.
6. ಎರಡು ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ನಂತರ ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಎದೆ ಏರಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.

ಎದೆಯ ಒತ್ತಡಗಳು - ಗರ್ಭಿಣಿ ಅಥವಾ ಬೊಜ್ಜು ಇರುವ ವಯಸ್ಕರು (ರೋಗಿ ನಿಲ್ಲುವುದು ಅಥವಾ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು?)

ಎದೆಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಕೊನೆಯ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಅಥವಾ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಬೊಜ್ಜು ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬೇಕು, ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಅನ್ವಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ದಪ್ಪ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎದೆಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಬಳಸಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದ ನಂತರ ಅದೇ ವಿಧಾನವನ್ನು (ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದ ವಯಸ್ಕ) ಅನುಸರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

7. ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ FBAO ನಿರ್ವಹಣೆ

ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚುವುದು, ಕೆಮ್ಮುವುದು ಅಥವಾ ಉಬ್ಬಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹಠಾತ್ ಯಾತನೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ಯಾವುದೋ ವಸ್ತು ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ನಾಳದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಶಿಶುವು ಕಳಪೆ ವಾಯು ವಿನಿಮಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಡಚಣೆ ಅಥವಾ ಭಾಗಶಃ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಹಾಗೂ ಶಿಶುವಿನ ವಾಯು ನಾಳದಲ್ಲಿ ವಸ್ತು ಸಿಕ್ಕಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಸಂಶಯ ಬಂದರೆ ಮಾತ್ರ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ,



ಪ್ರಜ್ಞಾ ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ FBAO ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು

1. ಸೂಕ್ತ BSI ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ (ಬಾಡಿ ಸಬ್ಜೆಕ್ಟ್ ಐಸೋಲೇಶನ್)
2. ಶಿಶುವನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಎರಡೂ ತೋಳುಗಳ ಮುಂಗೈಗಳ ಬೆಂಬಲದ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
3. ಭುಜದ ಅಲಗುಗಳ ನಡುವೆ ವೇಗವಾಗಿ ಐದು ಬೆನ್ನಿನ ಹೊಡೆತಗಳನ್ನು ನೀಡಿ. ಇದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ವಿಫಲವಾದರೆ ಮುಂದಿನ ಹಂತವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
4. ಶಿಶುವನ್ನು ತನ್ನ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ತಿರುಗಿಸಿ, ಮತ್ತೆ ತಲೆಯನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಇರಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೋಳಿನ ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ತೊಡೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ.
5. ಸಂಕೋಚನ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಮತ್ತು ಐದುಬಾರಿ ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿ.
6. ವಸ್ತುವನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವವರೆಗೆ ಅಥವಾ ಶಿಶುವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಬೆನ್ನಿನ ಹೊಡೆತಗಳು ಮತ್ತು ಎದೆ ಒತ್ತುವ ಈ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
7. ನೀವು ವಸ್ತುವನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವ ಮೊದಲು ಶಿಶುವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ, CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡದ ಶಿಶು: -

1. ಸೂಕ್ತ CPR ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ
2. ಶಿಶುವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಏದುಸಿರು ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, EMS ಗೆ ತುರ್ತಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ.
3. ನಾಡಿಮಿಡಿತ ವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನದೊಂದಿಗೆ CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ ಇದ್ದರೆ ವೆಂಟಿಲೇಟ್ ಮಾಡಿ.
4. ಈ ಎರಡು ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ನಂತರ ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಎದೆ ಏರಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ

8. ಬದುಕುಳಿಸುವ ಸರಪಳಿ ಕಾರ್ಯಗಳು : ಬದುಕುಳಿಯುವಿಕೆಯ ಸರಪಳಿಯು ಎಲ್ಲಾ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿದ ನಂತರ ರೋಗಿಯ ಬದುಕುಳಿಯುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಬದುಕುಳಿಯುವಿಕೆಯ ಸರಪಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಐದು ಕೊಂಡಿಗಳಿವೆ. ಕಾರ್ಡಿಯೋಪಲ್ಮನರಿ ಪುನರುಜ್ಜೀವನ (CPR) ಬಳಸಿ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದವರ ಜೀವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದವರಲ್ಲಿ



ಮೂರನೇ ಎರಡರಷ್ಟು ಜನರು (ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ) ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಹೊರಗೆ ಸಾಯುತ್ತಾರೆ, ಹೆಚ್ಚಿನವರು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ. ಹೃದಯಾಘಾತದ ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಲು C P R ಸ್ವತಃ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲವಾದರೂ, ಇದು ಬದುಕುಳಿಯುವ ಸರಪಳಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿದೆ.

ಚೈನ್ ಆಫ್ ಸರ್ವೈವಲ್ ಒಟ್ಟು ಐದು ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಹೊರಗಿರುವ ವಯಸ್ಕರ 5 ಸರ್ವೈವಲ್ ಸರಪಳಿ ಕೊಂಡಿಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ :

1. ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನದ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವಿಕೆ
2. ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತು ನೀಡುವ ಆರಂಭಿಕ ಕಾರ್ಡಿಯೋಪಲ್ಮನರಿ ಪುನರುಜ್ಜೀವನ (CPR)
3. ಕ್ಷಿಪ್ರ ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಷನ್
4. ಮೂಲಭೂತ ಮತ್ತು ಸುಧಾರಿತ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳು
5. ಸುಧಾರಿತ ಜೀವನ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನ ಆರೈಕೆ

ಬದುಕುಳಿಯುವಿಕೆಯ ಬಲವಾದ ಸರಪಳಿಯು ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನದ ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳಿಗೆ ಬದುಕುಳಿಯುವ ಮತ್ತು ಚೇತರಿಕೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳ ಅಗತ್ಯವು ಹೃದ್ರೋಗದ ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರಬಾರದು. ಮುಳುಗುವಿಕೆ, ಆಘಾತ, ವಿದ್ಯುದಾಘಾತ, ಉಸಿರುಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ವಾಯು ಮಾರ್ಗದ ಅಡಚಣೆ, ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳಿಂದ ಉಳಿಸಬಹುದು.

ಹೃದಯಾಘಾತ ಅಪಾಯದ ಅಂಶಗಳು-

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ತನಾಳದ ಕಾಯಿಲೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ನಡುವೆ ಒಂದು ಸಂಬಂಧವು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಈ ಸಂಘಗಳ ಅವಿವೇಕ ಮೂಡಿಸಲು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಂಶಗಳ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗದ ಅಂಶಗಳು

- ಕುಟುಂಬ ಇತಿಹಾಸ
- ಲೈಂಗಿಕತೆ
- ಜನಾಂಗೀಯ ಹಿನ್ನೆಲೆ
- ವಯಸ್ಸು

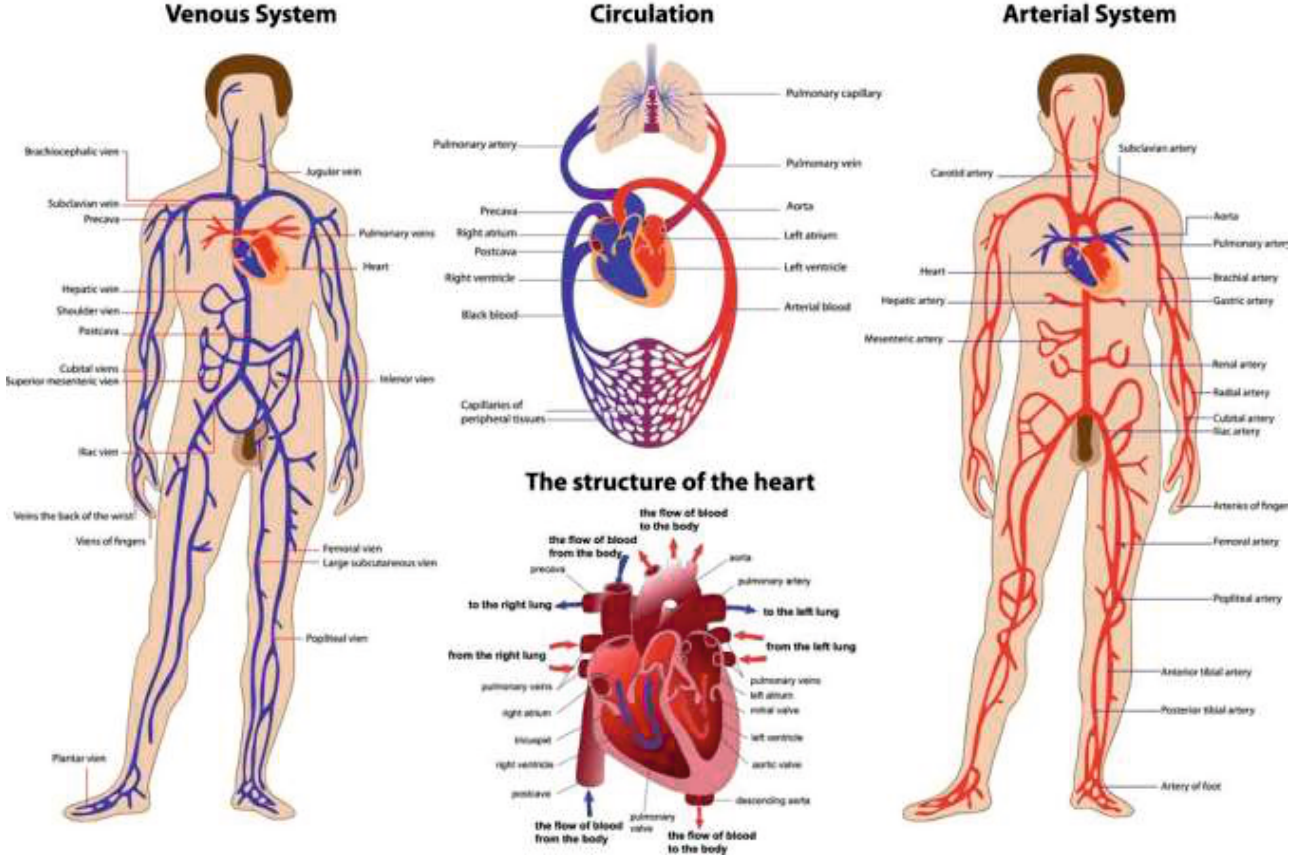
ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದಾದ ಅಪಾಯದ ಅಂಶಗಳು

- ಧೂಮಪಾನ
- ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ
- ಅಧಿಕ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್
- ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ

ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುವ ಅಂಶಗಳು

- ಬೊಜ್ಜು
- ಮಧುಮೇಹ
- ಅತಿಯಾದ ಒತ್ತಡ

CARDIOVASCULAR SYSTEM



ಅಪಾಯದ ಅಂಶಗಳ ಹರಡುವಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾದಷ್ಟೂ ಹೃದ್ರೋಗ ಅಥವಾ ಇತರ ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಕಾಯಿಲೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

9. ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತು ಅಂಗರಚನಾಶಾಸ್ತ್ರ

ಹೃದಯ ರಕ್ತನಾಳದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ : ಹೃದಯ ರಕ್ತನಾಳದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಹೃದಯ, ರಕ್ತ, ಅಪಧಮನಿಗಳು, ಲೋಮನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಹೃದಯವು ಸ್ನಾಯುವಿನ ಅಂಗವಾಗಿದೆ, ಸರಿಸುಮಾರು ಮುಷ್ಟಿಯ ಗಾತ್ರದ್ದಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಸ್ಪೆರ್ನಮ್ ನ ಹಿಂದೆ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ನಡುವೆ ಎದೆಯ ಕುಳಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಪರಿಧಮನಿಯ ಅಪಧಮನಿಗಳು ಹೃದಯದ ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ವಿಶೇಷ ಅಪಧಮನಿಗಳಾಗಿವೆ.

ಹೃದಯದ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಪಂಪ್ ಮಾಡುವುದು. ಎಡಭಾಗವು ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಆಮ್ಲಜನಕಭರಿತ ರಕ್ತವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಪಧಮನಿಗಳ ಮೂಲಕ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪಂಪ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬಲಭಾಗವು ರಕ್ತನಾಳಗಳಿಂದ, ದೇಹದ ಮೂಲಕ ಹರಡಿದ ರಕ್ತವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಆಮ್ಲಜನಕಗೊಳಿಸಲು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ಪಂಪ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಏಕಮುಖಕವಾಟಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ರಕ್ತವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹಿಮ್ಮುಖವಾಗಿ ಹರಿಯುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಸಾವು:

ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ರಕ್ತಪರಿಚಲನಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ - ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ನಿಲುಗಡೆಯಾದರೆ; ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕೊರತೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಮೊದಲ ಅಂಗ ವೆಂದರೆ ಮೆದುಳು. ಆಮ್ಲಜನಕ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸಿದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ಮೆದುಳಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಸಾಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ, ಇದು ಸರಿಪಡಿಸಲಾಗದ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಡೆತ್: ರೋಗಿಯು ಉಸಿರಾಟದ ಬಂಧನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ (ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ) ಅಥವಾ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ (ಹೃದಯ ಬಡಿತವಾಗದಿದ್ದಾಗ) ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಳಿಸಲು ರೋಗಿಗೆ 4 ರಿಂದ 6 ನಿಮಿಷಗಳ ಅವಧಿ ಇದೆ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಾವನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಜೈವಿಕ ಸಾವು: ಮೆದುಳಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಸಾಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಕ್ಷಣ. ಜೈವಿಕ ಸಾವನ್ನು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಇದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ: ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವುದು.

ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯದ ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಂಡ ಪ್ರಕರಣಗಳು ನಡೆದಿವೆ. ಶೀತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ, ಸಂತ್ರಸ್ತನ ದೇಹವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಾಗಿಸುವವರೆಗೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು.

10. ಕೆಲವು ಸಾವಿನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ದೇಹ ನೀಲಿಗಟ್ಟುವಿಕೆ (ಲಿವಿಡಿಟಿ): ದೇಹದ ಕೆಳ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಸಂಗ್ರಹ. ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣದಿಂದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮರಣದ ಕೆಲವು ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ, ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯಿಂದಾಗಿ ದೇಹದ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತವು ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.



ಶವದ ಸೆಡೆತ (ರಿಗೋರ್ ಮಾರ್ಟಿಸ್): ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾವಿನ ನಂತರ 4-10 ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ ಸಂಭವಿಸುವ ದೇಹ ಮತ್ತು ಕೈಕಾಲುಗಳ ಸೆಟೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ.



ಕೊಳೆಯುವಿಕೆ (ಡಿ ಕಂಪೋಸಿಷನ್): ಕೊಳೆಯುವ ದೇಹವು ಯಾವಾಗಲೂ ದುರ್ನಾತ ವಾಸನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿಘಟನೆಯ ದರವು ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಪರಿಸರದ ತಾಪಮಾನ.

ಇತರಚಿಹ್ನೆಗಳು: ಶಿರಚ್ಛೇದ, ದೇಹ ತುಂಡುತುಂಡು ಆಗಿರುವುದು, ದೇಹ ಸುಟ್ಟಿರುವುದು, ಸಂಪೂರ್ಣ ದೇಹ ಜರ್ಜರಿತ ಮಾಡಿರುವ ಗಾಯಗಳು, ಮುಂತಾದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಗಾಯಗಳು.

ಸೂಚನೆ:- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರಮಾಣಿತ ವೈದ್ಯರು ಮಾತ್ರ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಸತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಬಹುದು.

11. ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಪ್ರಚೋದಕ (CPR ಕಾರ್ಡಿಯೋಪಲ್ಮನರಿ ರಿಸಿಟೇಶನ್)

ಉಸಿರಾಟದ ಬಂಧನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಹೃದಯವು ಹಲವಾರು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಪಂಪ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಪರಿಚಲನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಆರಂಭಿಕ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವಿಲ್ಲದೆ, ಉಸಿರಾಟದ ಬಂಧನವು ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನ ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ, ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಗಳು ಆಮ್ಲಜನಕದಿಂದ ವಂಚಿತವಾಗುತ್ತವೆ.

ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ, ರೋಗಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಸತ್ತ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರಿಚಲನೆ ಇಲ್ಲದೆ 4 ರಿಂದ 6 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ, ಮೆದುಳಿನ ಹಾನಿ

ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು 8 ರಿಂದ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ, ಹಾನಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.



CPR ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಸಾವನ್ನು ತಡೆಯಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನ ಮತ್ತು ಕೃತಕ ವಾತಾಯನಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಸೂಚನೆ: - CPR ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬೇಕು

CPR ಗೆ ತಯಾರಿ

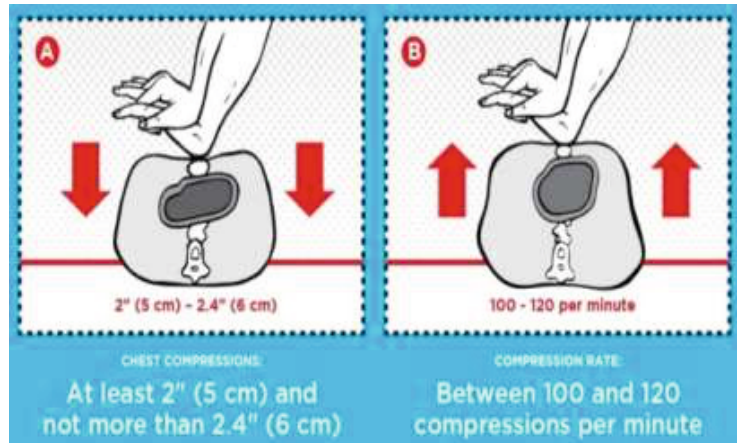
ಸೂಕ್ತ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಮೂಲಕ ಪುನರುಜ್ಜೀವನದ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವವರೆಗೆ ಯಾವುದೇ ರೋಗಿಯು CPR ಗೆ ಒಳಗಾಗಬಾರದು. CPR ಒದಗಿಸುವ ಮೊದಲು, ನೀವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ, ಉಸಿರುಕಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ನಾಡಿಹೀನತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ಈಕೆಳವಲಂಕಜಿವಿವನು ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ:

- **ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ:** ರೋಗಿಯನ್ನು ಕೇಳಿ, ನೀವು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೀರಾ? ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರೇನು? ಅಥವಾ ರೋಗಿಯನ್ನು ಅಲುಗಾಡಿಸಿ/ಟ್ಯಾಪ್ ಮಾಡಿ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ, ರೋಗಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇರಿಸಿ(ದೃಢವಾದ, ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ತೋಳುಗಳೊಂದಿಗೆ ಮೇಲ್ಮೈವಾಗಿ ಮಲಗಿಸಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ರಕ್ತದ ಹರಿವಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ).
- **EMS ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ:** (ಲಭ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಬೇರೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೇಳಿ)
- **CAB ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.**
- **ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ:** ನಾಡಿಹೀನತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. ವಯಸ್ಕ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಮೇಲೆ, 5-10 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಕಾಲ ಕ್ಯಾರೋಟಿಡ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಶಿಶುವಿನ ಮೇಲೆ, ಬ್ರಾಚಿಯಲ್ ಪಲ್ಸ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನೀವು ಯಾವುದೇ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ CPR ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.
- **ಏರ್ ವೇ:** ತೆರೆದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಸೂಕ್ತ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ.
- **ಉಸಿರಾಟ:** ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ನೋಟ, ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ. ರೋಗಿಯು ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ, ಎರಡು ವಾತಾಯನಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿ. ಶಿಶುಗಳ ಮೇಲೆ ಸಣ್ಣ ಪಘ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.

ವಯಸ್ಕರಿಗೆ CPR ಚಿಹ್ನೆ ಕಂಪ್ರೆಷನ್: 1 ರಕ್ಷಕ ಮತ್ತು 2 ರಕ್ಷಕರ CPR ಗಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತಗಳನ್ನು ನಿಲ್ದಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳು ಸ್ಪರ್ಶಮ್ ನ ಕೆಳಭಾಗದ ಮೇಲೆ ಲಯಬದ್ಧ, ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಕೃತಕ ವಾತಾಯನದೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಿದಾಗ, ಇದು ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ:

1. ರೋಗಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಲಗಿಸಿ: ದೃಢವಾದ, ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ, ತೋಳುಗಳನ್ನು ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬೇಕು.
2. ರೋಗಿಯ ಎದೆಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿ: ರೋಗಿಯ ಶರ್ಟ್ ಅಥವಾ ಬ್ಲೌಸ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ರೋಗಿಯ ಗೌಪ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
3. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ : ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲುಗಳು ನಿಮ್ಮ ಭುಜಗಳ ಅಗಲದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಬದಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ಮಂಡಿಯಾಗಿ.
4. ಕ್ಲಿಫಾಯಿಡ್ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹುಡುಕಿ: ಪಕ್ಕಲುಬಿನ ಕಡಿಮೆ ಅಂಚು ಅನುಭವಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಲುಬಿನ ಪಂಜರದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ, ಎದೆಯ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಪಕ್ಕಲುಬುಗಳು ಸ್ಪರ್ಶಮ್ ಅನ್ನು ಸಂಧಿಸುವ ನಾಚ್ ಗೆ ಚಲಿಸಿ.



5. ಸಂಕೋಚನ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕಿ: ಎರಡು ಬೆರಳಿನ ಅಗಲಗಳನ್ನು ಅಳತೆ ಮಾಡಿ. ಎದೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಕಡೆಗೆ ಸ್ಥಳಾಯಿಡ್, ಇಲ್ಲಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಹಿಮ್ಮಡಿಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.
6. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಮುಕ್ತ ಕೈಯನ್ನು ಮೊದಲ ಕೈಯ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿ ಅಥವಾ ಪರಸ್ಪರ ಹೆಣೆದುಕೊಳ್ಳಿ (ಎದೆಯ ಗೋಡೆಯ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳನ್ನು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮಾಡಬೇಡಿ).
7. ನಿಮ್ಮ ಭುಜಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ: ಅವು ನೇರವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳ ಮೇಲೆ ಇರಬೇಕು.
8. ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ: ನಿಮ್ಮ ತೋಳುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕೈಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಭುಜಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಕೆಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿ ಸಂಕೋಚನದ ನಂತರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಚಲಿಸಬೇಡಿ, ಅಥವಾ ನೀವು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಎಣಿಸಿ.

ವಯಸ್ಕರ CPR ಸಾರಾಂಶ – 8 ವರ್ಷ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ

- ಸಂಕೋಚನ (ಕಂಪ್ರೆಷನ್) ಆಳ: 5-6 ಸೆಂ.ಮೀ.
- ಸಂಕೋಚನ ದರ: ಪ್ರತಿ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 100-120
- ಪ್ರತಿ ವಾತಾಯನ (ವೆನ್ಟಿಲೇಷನ್): 4-5 ಸೆಕೆಂಡ್
- ಪಲ್ಸ್ ಸ್ಥಳ: ಶೀರ್ಷಧಮನಿ ಅಪಧಮನಿ (ಕ್ಯಾರೋಟಿಡ್ ಅಪಧಮನಿ)
- ಒಂದು- ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 30 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು
- ಎರಡು- ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 30 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು

ಶಿಶು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ CPR ಚೆಕ್ಸ್ ಕಂಪ್ರೆಷನ್

ಶಿಶು CPR ಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತಗಳು

ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನವು ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ವಿರಳವಾಗಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಗಾಯಗಳು, ಉಸಿರುಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ಹೊಗೆ ಇನ್ಫಲೇಷನ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದಾಗಿ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ ಆಮ್ಲಜನಕ (ಹೈಪೋಕ್ಸಿಯಾ) ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ, ನೀವು EMS ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲು (ನೀವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆ) ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಶಿಶು/ ಮಗುವನ್ನು ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಳಿಸಬೇಕು.

1. ರೋಗಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿ: ದೃಢವಾದ, ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ, ತೋಳುಗಳನ್ನು ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರುವ ಸುಫಿನ್ ಆಗಿರಬೇಕು. ಶಿಶುವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಂಗೈಯ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಬಳಸಿ ತಲೆಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ.
2. ರೋಗಿಯ ಎದೆಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸಿ: ರೋಗಿಯ ಶರ್ಟ್ ಅಥವಾ ಬ್ಲೌಸ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.
3. ಸಂಕೋಚನ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕಿ: ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ, ವಯಸ್ಕರಂತೆ ಅದೇ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಬಳಸಿ. ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ, ಮೊಲೆ ತೊಟ್ಟುಗಳ ನಡುವಿನ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ರೇಖೆಯ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ಬೆರಳಿನ ಅಗಲವನ್ನು ಬಳಸಿ.
4. ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ: ಶಿಶುವಿಗೆ, ಸ್ಪೈನ್ ಮ್ ಅನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಮಧ್ಯದ ಮತ್ತು ಉಂಗುರ ಬೆರಳುಗಳ ಚಪ್ಪಟೆ ಭಾಗವನ್ನು ಬಳಸಿ. ಮಗುವಿಗೆ, ಒಂದು ಕೈಯ ಹಿಮ್ಮಡಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ. ಪ್ರತಿ ಸಂಕೋಚನದ ನಂತರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಚಲಿಸಬೇಡಿ, ಅಥವಾ ನೀವು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಎಣಿಸಿ.

ಚೈಲ್ಡ್ CPR ಸಾರಾಂಶ – 1-8 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಅಮೇರಿಕನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ (ಎಎಚ್‌ಎ)

- ಸಂಕೋಚನ ಆಳ: 4-5 ಸೆಂ.ಮೀ. (1/3-1/2 ಒಟ್ಟು ಎದೆಯ ಆಳ)
- ಸಂಕೋಚನ ದರ: ಪ್ರತಿ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 100-120

- ಪ್ರತಿ ವಾತಾಯನ: 3-5 ಸೆಕೆಂಡ್
- ಪಲ್ಸ್ ಸ್ಥಳ: ಕ್ಯಾರೋಟಿಡ್ ಅಪಧಮನಿ
- ಒಂದು-ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 30 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು.
- ಎರಡು-ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 15 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು.

ಶಿಶು CPR ಸಾರಾಂಶ - 1 ವರ್ಷ ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ (ಎಎಚ್‌ಎ)

- ಸಂಕೋಚನ ಆಳ: 3-4 ಸೆಂ.ಮೀ.ಅಥವಾ 1-1.5 ಇಂಚು, (1/3-1/2 ಒಟ್ಟು ಎದೆಯ ಆಳ)
- ಸಂಕೋಚನ ದರ: ಪ್ರತಿ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 100-120 ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು
- ಪ್ರತಿ ವಾತಾಯನ: 3- 5 ಸೆಕೆಂಡು
- ಪಲ್ಸ್ ಸ್ಥಳ: ಬ್ರಾಚಿಯಲ್ ಅಪಧಮನಿ
- ಒಂದು-ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 30 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು.
- ಎರಡು-ರಕ್ಷಕ ಚಕ್ರ: 15 ಸಂಕೋಚನಗಳು, 2 ಉಸಿರಾಟಗಳು.

12. CPR ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವಿಶೇಷ ಪರಿಗಣನೆಗಳು

ಯಶಸ್ವಿ CPR ನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು:- ಯಶಸ್ವಿ ಸಿಪಿಆರ್ ಎಂದರೆ ರೋಗಿಯು ಬದುಕುಳಿಯುತ್ತಾನೆ ಎಂದಲ್ಲ - ನೀವು ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎಂದರ್ಥ. ಅಡ್ವಾನ್ಸ್ಡ್ ಕಾರ್ಡಿಯಾಕ್ ಲೈಫ್ ಸಪೋರ್ಟ್ (ACLS) ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಕೆಲವೇ ರೋಗಿಗಳು ಬದುಕುಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ನಿರ್ಣಾಯಕ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಮತ್ತು ಅಂಗಗಳ ಸಾವನ್ನು ತಡೆಯುವುದು CPR ನ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

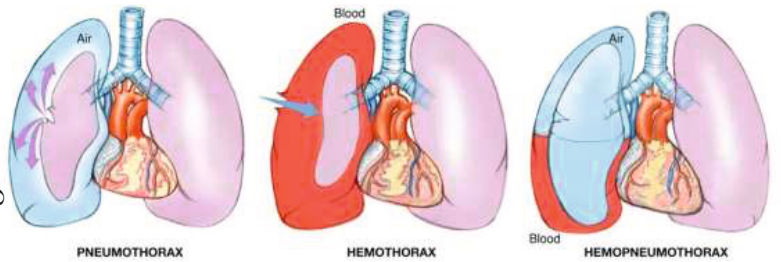
ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು C P R ನಾದ್ಯಂತ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು C P R ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

- ಸಂಕೋಚನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಸಂಕೋಚನದೊಂದಿಗೆ ನಾಡಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿರಬೇಕು.
- ಪ್ರತಿ ವಾತಾಯನದೊಂದಿಗೆ ಎದೆಯು ಏರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೀಳಬೇಕು.
- ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು.
- ರೋಗಿಯ ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು.
- ರೋಗಿಯು ಚಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನುಂಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.
- ಹೃದಯ ಬಡಿತ ಹಿಂತಿರುಗಬಹುದು.

CPR ನಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಡಕುಗಳು

ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿದ CPR ಸಹ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಅವುಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ:

- ಸ್ಪೆನ್‌ಮ್ ಮತ್ತು ಪಕ್ಕೆಲುಬುಗಳ ಮುರಿತ
- ನ್ಯೂಮೋಥೋರಾಕ್ಸ್
- ಹೆಮೋಥೋರಾಕ್ಸ್
- ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ಗಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಯಗಳು
- ಯಕೃತ್ತಿಗೆ ಗಾಯಗಳು



ಈ ತೊಡಕುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ವಿರಳ. ಸರಿಯಾದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಲು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ. CPR ತೊಡಕುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾದರೂ, ಪರ್ಯಾಯವೆಂದರೆ ಸಾವು ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ.

13. CPR ಮಾಡುವಾಗ ನಡೆಯುವ ತಪ್ಪುಗಳು

ಸಮಸ್ಯೆ	ಫಲಿತಾಂಶ
ರೋಗಿಯು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿಲ್ಲ	ಸಂಕೋಚನಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ
ರೋಗಿಯು ಸಮತಲ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಲ್ಲ	ರೋಗಿಯ ತಲೆಯು ದೇಹದ ಉಳಿದ ಭಾಗಕ್ಕಿಂತ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಮೆದುಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಕಷ್ಟು ರಕ್ತದ ಹರಿವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.
ಹೆಡ್-ಟಿಲ್ಟ್ ಚಿನ್-ಲಿಫ್ಟ್ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗಿಲ್ಲ	ತೆರೆದ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಲಾಗಿಲ್ಲ
ರೋಗಿಯ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಮೂಗಿನ ಸುತ್ತ ಅಪೂರ್ಣ ಸೀಲ್	ವಾತಾಯನವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ
ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸೆಟೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬಾಯಿಯ ಗಾಳಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಬಾಯಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೆರೆದಿರುವುದಿಲ್ಲ.	ವಾತಾಯನವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ
ಕೈಗಳು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಂಕೋಚನವನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಗಿದೆ	ಮುರಿದ ಪಕ್ಕೆಲುಬುಗಳು; ಮುರಿದ ಸ್ವರ್ನಮ್; ಮುರಿತದ ಪಕ್ಕೆಲುಬುಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸೀಳಿರುವ ಯಕೃತ್ತು, ಗುಲ್ಮ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಅಥವಾ ಗಾಯಗೊಂಡ ಪ್ಲೇರಾ
ಅಸಮರ್ಪಕ ಕಂಪ್ರೆಷನ್/ವಾತಾಯನ ಪಡಿತರ	ರಕ್ತದ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಅಸಮರ್ಪಕ

CPR ಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವುದು: ಒಮ್ಮೆ ನೀವು CPR ಅನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಥವಾ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮರುಸ್ಥಾಪಿಸಲು ನೀವು ಕೆಲವು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸಬಾರದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ನೀವು CPR ಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತೀರಿ:

- ರೋಗಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಮೇಲೆಸರಿಸಿ
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಅಥವಾ ಹಜಾರದ ಮೂಲಕ ಸರಿಸಿ
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಆಂಬ್ಯುಲೆನ್ಸ್‌ಗೆ ಲೋಡ್ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಇಳಿಸುವುದು
- ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಷನ್ ಅಥವಾ ACLS (ಸುಧಾರಿತ ಕಾರ್ಡಿಯಾಕ್ ಲೈಫ್ ಸಪೋರ್ಟ್) ಗೆ ಅನುಮತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು
- ದೈಹಿಕ ಬಳಲಿಕೆಯಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ

14. ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಬಾಹ್ಯ ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಟರ್

ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಬಾಹ್ಯ ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಟರ್ (AED) ಪೋರ್ಟಬಲ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಸಾಧನವಾಗಿದ್ದು ಅದು ಕುಹರದ ಕಂಪನ ಮತ್ತು ಪಲ್ಸ್‌ಲೆಸ್ ವೆಂಟ್ರಿಕ್ಯುಲರ್ ಟಾಕಿಕಾರ್ಡಿಯಾದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಕಾರ್ಡಿಯಾಕ್ ಆರೇಸ್ಟಿಯಾಗಳನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಷನ್ ಮೂಲಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಆರೇಸ್ಟಿಯಾವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್, ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಲಯವನ್ನು ಪುನಃ ಸ್ಥಾಪಿಸಿ. AED ಅನ್ನು ಸರಳವಾದ ಆಡಿಯೋ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯ ಆಜ್ಞೆಗಳೊಂದಿಗೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಬಳಸಲು ಸರಳವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮೊದಲ ಪ್ರತಿಘಟಕರು AED ಅನ್ನು ಬಳಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎ.ಇ.ಡಿ.ಯನ್ನು ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತವನ್ನು ನೀಡಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ, ಅದು ಹೃದಯವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೊಡೆಯಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ಆಘಾತವು ನಿಂತ ಅಥವಾ ಬಂಧನದಲ್ಲಿರುವ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಲಯವನ್ನು ಪುನಃ ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಶನ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಧನವು ಪರಿಗಣಿಸುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು

ಹಠಾತ್ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನವು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು, ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಯಿಲ್ಲದೆ ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳು (EMS) ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು, CPR ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಬಾಹ್ಯ ಡಿಫಿಬ್ರಿಲೇಟರ್ (ಎಎಡ್) ಅನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದು ನಿಮಗೆ ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯದ ವಿದ್ಯುತ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ರಕ್ತವನ್ನು ಪಂಪ್ ಮಾಡಲು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹೇಳುವ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಕೇತಗಳು ಹೃದಯದ ಮೇಲಿನ ಕೋಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಅಟ್ರಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಕೆಳಗಿನ ಕೋಣೆಗಳಿಗೆ ಹೃತ್ಪಕ್ಷಿಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದಾಗ, ಈ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಕೇತಗಳು ಹೃತ್ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹಿಂಡಿಹಿಪ್ಪೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಸಂಕೋಚನಗಳು ಹೃದಯದಿಂದ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೊರಹಾಕುತ್ತವೆ. ನಂತರ ರಕ್ತವು ದೇಹದಾದ್ಯಂತ ಪರಿಚಲನೆಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಂಕೋಚನಗಳ ನಡುವೆ ಹೃತ್ಪಕ್ಷಿಗಳು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದಾಗ, ರಕ್ತವು ಮತ್ತೆ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಹೃದಯ ಬಡಿತಗಳ ನಡುವೆ ನೀವು ಗಮನಿಸುವ ವಿರಾಮವು ಸಂಕೋಚನಗಳ ನಡುವಿನ ವಿರಾಮಗಳಾಗಿವೆ.

ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಎತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಚಲಿಸುವುದು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು::

- » ಬಾಡಿ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ಸ್ ಅನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲು
- » ರೋಗಿಯನ್ನು ಎತ್ತಲು ಮತ್ತು ಚಲಿಸಲು ಮೂರು ತುರ್ತು ನಡೆಗಳು ಮತ್ತು ಎರಡು ತುರ್ತು-ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- » ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ಬಳಸಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವ ಮತ್ತು ಸಾಗಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ
- » ರೋಗಿಯೊಂದಿಗೆ ತುರ್ತು ಚಲನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಐದು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ:

ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣದ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಘಟನೆ ತಾಣಗಳು ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ರೋಗಿ/ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಎತ್ತುವ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಕನಿಗೆ ದೇಹದ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ಸ್ ನ ಸರಿಯಾದ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬಳಕೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ರೋಗಿ ಅಥವಾ ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತುವ ಅಥವಾ ಸರಿಸುವ ಮೊದಲು, ಯಶಸ್ವಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಏನು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ರೋಗಿ ಅಥವಾ ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತುವ ಮತ್ತು ಸರಿಸುವ ಮೊದಲು ನಾವು ಲೋಡ್ ಅಥವಾ ತೂಕವನ್ನು ವಿಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅಥವಾ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಹಾಯವನ್ನು ಸಹ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀರಿದ ಭಾರ ಎತ್ತಲು ಅಥವಾ ಚಲಿಸಲು ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.

ಬಾಡಿ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ಸ್ (ದೇಹದ ಯಂತ್ರಶಾಸ್ತ್ರ)



ಬಾಡಿ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ಸ್ (ಗಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಎತ್ತಲು ಮತ್ತು ಚಲಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ದೇಹದ ಬಳಕೆ) ಒಬ್ಬರ ದೇಹವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವುದು ಮತ್ತು ಚಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಗಾಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಒಬ್ಬರ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬಳಸುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸಬೇಕೆಂದು ನೀವು ಕಲಿತಾಗ, ನೀವು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಚಲಿಸಬಹುದು. ಏನನ್ನಾದರೂ ಅಥವಾ ಭಾರವಾದ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಎತ್ತುವಾಗ, ಸರಿಯಾದ ದೇಹದ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಗಾಯಆಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮಗಳು:

ನೀವು ಎತ್ತಲು ಸಿದ್ಧರಾದಾಗ, ಈ ನಿಯಮಗಳು ಗಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ:

1. ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇರಿಸಿ. ಇದು ದೃಢವಾದ, ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆರಾಮದಾಯಕವಾದ ಅಗಲವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರಬೇಕು.
2. ಮೇಲ್ಮೈ ಜಾರು ಅಥವಾ ಅಸ್ಥಿರವಾಗಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
3. ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳಿಂದ ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ. ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ನೇರವಾಗಿ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಗಿ. ಸೊಂಟವನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೇಲೆ ಕಣ್ಣಿಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಪವರ್ ಲಿಫ್ಟ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.
4. ಒಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತುವಾಗ, ಎರಡೂ ಕಡೆ ವಾಲುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ವಸ್ತುವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಇರಿಸಿ.
5. ಲಿಫ್ಟ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಿರುಚುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ.
6. ತೂಕವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಹತ್ತಿರ ಇರಿಸಿ. ಇದು ಗಾಯದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.
7. ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಮೇಲೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವಾಗ, ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಚಕ್ರದ ಸ್ಟೆಚರ್‌ನ ಬದಲಿಗೆ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಕುರ್ಚಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ, ನೀವು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಹಿಮ್ಮುಖವಾಗಿ ನಡೆಯುವಾಗ ರಕ್ಷಕರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು:

- ✓ ತಿರುಚಿದ / ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಸರಿದ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಎತ್ತಿ.
- ✓ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಬಾಗಿದ / ಅಸಮತೋಲನ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಎತ್ತಿ

ವಸ್ತುವನ್ನು ಎತ್ತಲು, ಎಳೆಯಲು, ತಳ್ಳಲು, ಒಯ್ಯಲು, ಚಲಿಸಲು ಅಥವಾ ತಲುಪಲು ಈ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿ. ಗಾಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕೀಲಿಯು ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಸರಿಯಾದ ಜೋಡಣೆಯಾಗಿದೆ. ಕೆಳಗಿನ ಬೆನ್ನಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಒಳಮುಖ ಕರ್ವ್‌ಅನ್ನು ಇರಿಸಿ. ಮಣಿಕಟ್ಟು ಮತ್ತು ಮೊಣಕಾಲುಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೋಡಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಟೀಮ್ ವರ್ಕ್ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಕಾರ್ಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಿ. ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾದ ಆಜ್ಞೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಆರಂಭದಿಂದ ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ಚಲನೆಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿ. ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ, ಸಮತೋಲಿತ ದೈಹಿಕ ಫಿಟ್ನೆಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ನಮ್ಮ, ಹೃದಯ ರಕ್ತ ನಾಳದ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪೋಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು.

ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸರಿಸುವುದು:

ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಎತ್ತಲು ನೀವು ಉತ್ತಮ ಭಂಗಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ದೇಹದ ಮೆಕ್ಯಾನಿಕ್ಸ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ನೀವು ರೋಗಿಯ ತೂಕವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕರೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀವು ರೋಗಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಚಲಿಸುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಅವನನ್ನು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳಿಂದ ಎತ್ತುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನಿನಲ್ಲ. ಇತರ EMS ವೃತ್ತಿಪರರೊಂದಿಗೆ ಎತ್ತುವಾಗ, ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಯೋಜನೆ ಕೀಲಿಗಳಾಗಿವೆ.

ರೋಗಿಯನ್ನು ಚಲಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ತುರ್ತು ನಡೆಗಳು ಮತ್ತು ತುರ್ತು-ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳು ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಬಹುದು.

ತುರ್ತು ನಡೆಗಳು:

ಇದು ರೋಗಿಯ ನಡೆಯಾಗಿದ್ದು, ದೃಶ್ಯವು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದಾಗ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ರೋಗಿಯ ಆರೈಕೆಗೆ ತಕ್ಷಣದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ, ಅಥವಾ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಅಥವಾ ನಿರ್ಣಾಯಕ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ನೀವು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ರೋಗಿಯನ್ನು ತಲುಪಬೇಕು. ಈ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ತುರ್ತು ನಡೆಗೆ ಕರೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ತುರ್ತು ಚಲನೆಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ಅತಿ ವೇಗದ
- ಬೆನ್ನುಹುರಿ ಸ್ಥಿರೀಕರಣ ಇಲ್ಲ
- ದೃಶ್ಯವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ರೋಗಿ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಕ ಇಬ್ಬರಿಗೂ ತಕ್ಷಣದ ಅಪಾಯವಿದೆ.

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳು:

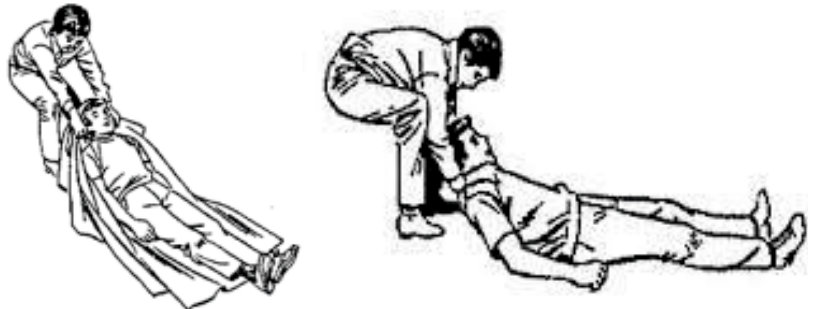
- ಬೆಂಕಿ ಅಥವಾ ಬೆಂಕಿಯ ಬೆದರಿಕೆ - ಯಾವಾಗಲೂ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ಷಕರಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಬೆದರಿಕೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಸ್ಫೋಟ ಅಥವಾ ಸ್ಫೋಟದ ಬೆದರಿಕೆ (ಅಪಾಯಕಾರಿ ದೃಶ್ಯ)
- ಘಟನಾ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಗಳಿಂದ ರೋಗಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ
- ಅಸ್ಥಿರ ಕಟ್ಟಡ
- ಉರುಳಿ ಬಿದ್ದ ಕಾರ್
- ಪ್ರತಿಕೂಲ ಜನಸಂದಣಿ
- ಅಪಾಯಕಾರಿ ವಸ್ತುಗಳು (ಹಜಾರ್ಡ್-ಮ್ಯಾಟ್)
- ಚೆಲ್ಲಿದ ಗ್ಯಾಸೋಲಿನ್
- ವಿಪರೀತ ಹವಾಮಾನ
- ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಇತರ ರೋಗಿಗಳ ಬಳಿ ತೆರಳಲು.
- ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯದ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ನೀಡಲಾಗದಿದ್ದರೆ.

ತುರ್ತು ಕ್ರಮವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಅಪಾಯವೆಂದರೆ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಗಾಯವನ್ನು ಉಲ್ಬಣಗೊಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ. ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿ - ರೋಗಿಯನ್ನು ದೇಹದ ಉದ್ದ ಅಕ್ಷದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಎಳೆಯಿರಿ.

ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಭುಜಗಳಿಂದ ತಲೆಯನ್ನು ದೂರ ಸರಿಸದಿರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ತೋಳುಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಬೇಡಿ. ರೋಗಿಗಳನ್ನು ವಾಹನದಿಂದ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ದೂರ ಸರಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ರೋಗಿಯನ್ನು ಸರಿಸಿ.

ತುರ್ತು ನಡೆಗಳ ವಿಧಗಳು:

- ಶರ್ಟ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್
- ಭುಜ ಅಥವಾ ಮುಂಗೈ ಎಳೆಯಿರಿ
- ಬ್ಲಾಂಕೆಟ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್



ತುರ್ತು ನಡೆ ಕ್ರಮದ ಇತರ ವಿಧಗಳು:

- ಪಿಕ್ ಎ ಬ್ಯಾಕ್ ಕ್ಯಾರಿ
- ಕ್ರೇಡಲ್ ಕ್ಯಾರಿ
- ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದ ಡ್ರಾಗ್
- ಒಬ್ಬ ರಕ್ಷಕ ಕ್ರುಚ್
- ಇಬ್ಬರು ರಕ್ಷಕರ ಸಹಾಯ

ಮುಂದೋಳಿನ ಎಳೆತ (ಫೋರ್ ಆರ್ಮ್ ಡ್ರಾಗ್)

- ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ರೋಗಿಯ ಕಂಕುಳಕೆಳಗೆ ಬೆನ್ನಿನಿಂದ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ರೋಗಿಯ ಮುಂಗೈಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಭಾರವಾದ ರೋಗಿಯನ್ನು ಚಲಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ತಲೆ ಮತ್ತು ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.



ಕಂಬಳಿ ಬಳಸಿ ಎಳೆತ (ಬ್ಲಾಂಕೆಟ್ ಡ್ರಾಗ್) :

ರೋಗಿಯ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಹೊದಿಕೆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ. ರೋಗಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಿ ಇದರಿಂದ ನೀವು ಕಂಬಳಿಯನ್ನು ಅವನ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬಹುದು. ರೋಗಿಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಂಬಳಿಯ ಮೇಲೆ ಸುತ್ತಿಕೊಳ್ಳಿ. ಎಳೆಯುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ರೋಗಿಯ ತಲೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ.



ಪಿಕ್ ಎ ಬ್ಯಾಕ್ ಕ್ಯಾರಿ:

ರೋಗಿಯು ನಿಲ್ಲಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ಅವನ/ಅವಳ ತೋಳುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಭುಜದ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ, ಇದರಿಂದ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಎದೆಯನ್ನು ದಾಟುತ್ತವೆ. ಬಾಗಿ ಎತ್ತಿ. ಅವನು/ ಅವಳು ಅವನ/ ಅವಳ ತೋಳುಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದಾಗ, ಪ್ರತಿ ತೋಡೆಯನ್ನು ಬಗ್ಗಿ ಹಿಡಿದು. ಅವನನ್ನು/ ಅವಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಸರಿಸಲು ಎತ್ತುವ ಚಲನೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಮುಂಗೈಗಳನ್ನು ಅವನ/ ಅವಳ ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಿ ಹೋಗಿ ಮತ್ತು ಅವನ/ ಅವಳ ಮಣಿಕಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ.



ತೊಟ್ಟಲು ಕ್ಯಾರಿ:

ರೋಗಿಯ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಒಂದು ತೋಳನ್ನು ಅವನ/ ಅವಳ ತೋಳಿನ ಕೆಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಿಂದ ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಇನ್ನೊಂದು ತೋಳನ್ನು ಅವನ/ಅವಳ ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಎತ್ತಿ. ನಿಮ್ಮ ರೋಗಿಯು ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತನಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವನನ್ನು/ಅವಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಭುಜದ ಮೇಲೆ ಅವನ/ ಅವಳ ಬಳಿ ಇರಿಸಿ.



ಫೈರ್ ಫೈಟರ್ ಡ್ರಾಗ್:

ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಟೀಪ್ ಅಥವಾ ರೋಲರ್ ನವಿರು ಬಟ್ಟೆ (ಜಾಲರಿ ಇರುವ) ಬಳಸಿ ಅವನ ಕೈಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿ. ರೋಗಿಯ ತಲೆಗೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಅಡ್ಡಾಡಿ. ಕ್ರೌಚ್; ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಚಲಿಸಿ. ರೋಗಿಯ ತಲೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ.



ಒಬ್ಬನೇ ರಕ್ಷಕ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು (ಒನ್-ರೆಸ್ಕೂರ್ ಅಸಿಸ್ಟ್):

ರೋಗಿಯ ತೋಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಇರಿಸಿ, ಅವನ/ ಅವಳ ಕೈಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಇನ್ನೊಂದು ತೋಳನ್ನು ರೋಗಿಯ ಸೊಂಟದ ಸುತ್ತ ಇರಿಸಿ. ಅವನು/ ಅವಳು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ನಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ಅಪಾಯದ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ. ಅಡೆತಡೆಗಳು, ಅಸಮ ಭೂಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ರೋಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಮರೆಯದಿರಿ.

ಇಬ್ಬರು ರಕ್ಷಕರು ಸೇರಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು (ಟೂ-ರೆಸ್ಕೂರ್ಸ್ ಅಸಿಸ್ಟ್):

ರೋಗಿಯ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಇಬ್ಬರೂ ರಕ್ಷಕರ ಭುಜಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ರಕ್ಷಕನು ರೋಗಿಯ ಒಂದು ಕೈಯನ್ನು ಹಿಡಿದು, ರೋಗಿಯ ಸೊಂಟದ ಸುತ್ತ ಮುಕ್ತ ತೋಳನ್ನು ಇರಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.



ತುರ್ತು ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳು:

ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ತುರ್ತು ಅಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ರೋಗಿಯು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ನೀವು ಚಲಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಾಗ ತುರ್ತು ಅಲ್ಲದ ಕ್ರಮವು ಆದ್ಯತೆಯ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ. ಇತರ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಅಥವಾ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರ ಸಹಾಯದಿಂದ ತುರ್ತು ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ರೋಗಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಗಾಯವಾಗದಂತೆ, ಜೊತೆಗೆ ರೋಗಿಯ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಮತ್ತು ನೋವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ.

ತುರ್ತು-ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು :

ದೃಶ್ಯ ಸುರಕ್ಷಿತ, ರೋಗಿ ಸ್ಥಿರ:

- ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ರಕ್ಷಕರನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಮತ್ತು ಸಂದೇಹವಿದ್ದಾಗ, ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಗಾಯವನ್ನು ಅನುಮಾನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಚಲಿಸುವ ಮೊದಲು ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ನಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆನ್ನುಹುರಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.
- ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕಾರು ಅಪಘಾತದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ರೋಗಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಸಹ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರಬೇಕು.
- ಜೀವಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣದ ಬೆದರಿಕೆಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ತುರ್ತು ಅಲ್ಲದ ಕ್ರಮವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ಸಾರಿಗೆಗೆ ಸಿದ್ಧವಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ರೋಗಿಯನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಬೇಕು.

ತುರ್ತು-ಅಲ್ಲದ ನಡೆಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳು :

ನೇರ ಗ್ರೌಂಡ್ ಲಿಫ್ಟ್ / ಹಾಸಿಗೆ ಲಿಫ್ಟ್:

ನೇರ ಗ್ರೌಂಡ್ ಲಿಫ್ಟ್ ಮೂರು ರಕ್ಷಕರ-ರಕ್ಷಣಾ-ತುರ್ತು-ಅಲ್ಲದ ನಡೆಯಾಗಿದ್ದು, ರೋಗಿಯನ್ನು ನೆಲ ಅಥವಾ ಮಹಡಿಯಿಂದ ಹಾಸಿಗೆ ಅಥವಾ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಬಳಿ ಸಾಗಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದು. ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ಸಂಭಾವ್ಯ ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಗಾಯಗಳಿರುವ ರೋಗಿಗಳ ಮೇಲೆ ಬಳಸಲು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಇಬ್ಬರು ಸಾಗಿಸಬಹುದಾದರೂ, ಮೂರು ಜನರನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ನೇರ ನೆಲದ ಲಿಫ್ಟ್‌ಅನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು, ರೋಗಿಯು ಮುಖವನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆ (ಸುಪೈನ್) ಮಾಡಿ ಮಲಗಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವನ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಇಡಬೇಕು. ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕರು ರೋಗಿಯ ಒಂದು ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಒಬ್ಬ ರಕ್ಷಕನು ರೋಗಿಯ ತಲೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕು, ಇನ್ನೊಂದು ಅವನ/ ಅವಳ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೂರನೆಯವನು ಕೆಳಗಿನ ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ರೋಗಿಯ ಪಾದಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾದ ಮೋಣಕಾಲುಗೆ ಬೀಳಬೇಕು.

ತಲೆಯ ರಕ್ಷಕನು ರೋಗಿಯ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ತೋಳನ್ನು ಇರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ತಲೆಯನ್ನು ತೊಟ್ಟಿಲು ಮಾಡಲು ದೂರದ ಭುಜವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬೇಕು. ಇನ್ನೊಂದು ತೋಳನ್ನು ಸೊಂಟದ ಮೇಲೆ ಬೆನ್ನಿನ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬೇಕು. ಅವನ/ ಅವಳ ಮಧ್ಯಭಾಗದ ರಕ್ಷಕನು ಒಂದು ತೋಳನ್ನು ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ತೋಳನ್ನು ಪೃಷ್ಠದ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬೇಕು. ರೋಗಿಯ ಕೆಳಕಾಲುಗಳ ರಕ್ಷಕನು ಒಂದು ತೋಳನ್ನು ಅವನ/ ಅವಳ ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ತೋಳನ್ನು ಪಾದಗಳ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬೇಕು.

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ, ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ರಕ್ಷಕನ ಸಂಕೇತದ ಮೇಲೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ರೋಗಿಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಮೊಣಕಾಲಿನ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಎತ್ತಬೇಕು.

Direct Ground Lift



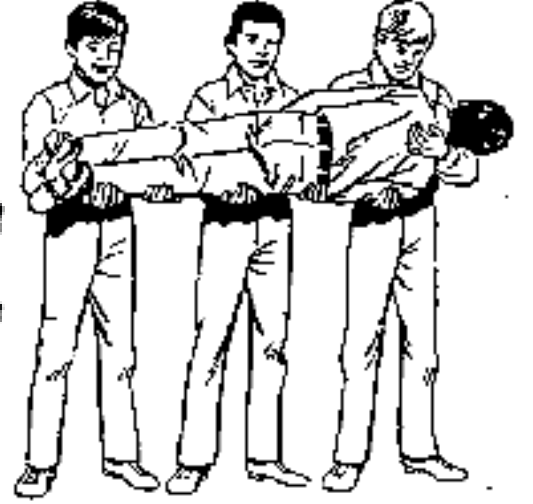
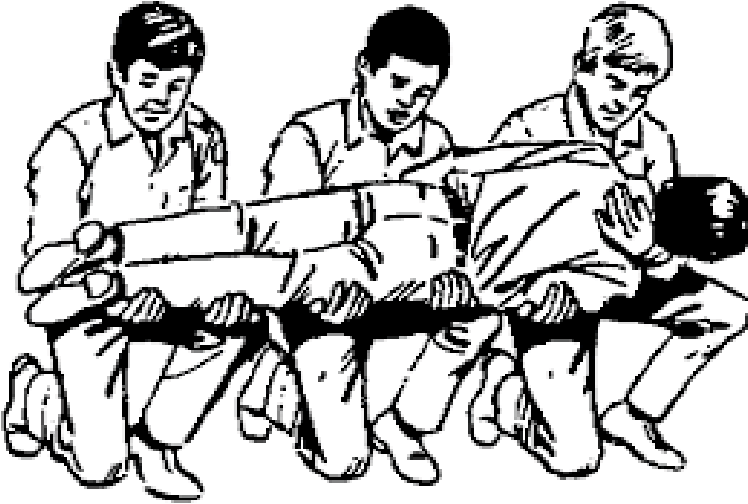
Direct Ground Lift



Direct Ground Lift



Direct Ground Lift



ನಂತರ, ಸಂಕೇತದ ಮೇಲೆ, ರಕ್ಷಕರು ರೋಗಿಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಎದೆಯ ಕಡೆಗೆ ಉರುಳಿಸಬೇಕು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಸಿಗ್ನಲ್ ನಲ್ಲಿ, ರೋಗಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದಿರುವಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ನಿಲ್ಲಬೇಕು. ನೀವು ಈಗ ಅವಳನ್ನು ಚಲಿಸಬಹುದು, ಅವಳನ್ನು ಸುಫಿನ್ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವ ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿಸಬಹುದು.

ತುದಿಯ ಲಿಫ್ಟ್:

ಒಂದು ತುದಿಯ ಲಿಫ್ಟ್ ಗೆ ಇಬ್ಬರು ಜನರು ಬೇಕಾಗುತ್ತಾರೆ. ರೋಗಿಯನ್ನು ನೆಲದಿಂದ ಕುರ್ಚಿ ಅಥವಾ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗೆ ಸಾಗಿಸಲು ಈ ಲಿಫ್ಟ್ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ. ರೋಗಿಯನ್ನು ಕುರ್ಚಿಯಿಂದ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗೆ ಸರಿಸಲು ಸಹ ಇದನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ, ಭುಜ, ಸೊಂಟ ಅಥವಾ ಮೊಣಕಾಲಿನ ಗಾಯ, ಅಥವಾ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸದ ತುದಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಶಂಕಿತ ಮುರಿತಗಳು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು.

ಮೊಣಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬಾಗಿಸಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮುಖ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಬೇಕು. ನೀವು ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಮಂಡಿಯೂರಿ, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಅವಳ ಭುಜಗಳ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕನು ರೋಗಿಯ ಪಾದಗಳ ಬಳಿ ನಿಂತು ಅವಳ ಸೊಂಟವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ರೋಗಿಯನ್ನು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಎಳೆಯಲು ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕನನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುವುದು, ನೀವು ರೋಗಿಯನ್ನು ಭುಜಗಳಿಂದ ತಳ್ಳುವುದು.

(ಶಂಕಿತ ಮೂಳೆ ಮುರಿತದ ಯಾವುದೇ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕನು ರೋಗಿಯನ್ನು ತೋಳುಗಳಿಂದ ಎಳೆಯಲು ಬಿಡಬೇಡಿ). ರೋಗಿಯ ಕಂಕುಳಕೆಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಜಾರಿಸಿ ಮತ್ತು ಮಣಿಕಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ರೋಗಿಯು ಅರೆ-ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ನಂತರ, ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕನು ಕೆಳಗೆ ಬಗ್ಗಿ ರೋಗಿಯ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಹಿಂದೆ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ.



ರೋಗಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾನೀಕರಿಸುವ:

ರೋಗಿಯನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಸ್ಥಾನೀಕರಿಸುವಿರಿ ಎಂಬುದು ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗಳು:

- ಆಘಾತದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವ ರೋಗಿಯನ್ನು ಆಘಾತದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬಹುದು - ಉದ್ದನೆಯ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಬೋರ್ಡ್ ನಕಾಲುಗಳು ಅಥವಾ ಪಾದದ ತುದಿಯನ್ನು 20-30 ಸೆಂ.ಮೀ.
- ಗಾಯಗಳು ಅದನ್ನು ತಡೆಯದ ಹೊರತು ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವ ರೋಗಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಆರಾಮದಾಯಕ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಈ ರೋಗಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ.
- ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯ ನೋವಿನ ರೋಗಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವುದರೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ಬದಿಯಲ್ಲಿರಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ.
- ವಾಕರಿಕೆ ಅಥವಾ ವಾಂತಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವ ರೋಗಿಯನ್ನು ಗಾಯಗಳು ತಡೆಯದ ಹೊರತು ಆರಾಮದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಅನುಮತಿಸಬೇಕು. ರೋಗಿಯ ವಾಯು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ.
- ಆಘಾತಕಾರಿ ರೋಗಿಗಳು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಗಾಯದಿಂದ ಶಂಕಿತರು, ಉದ್ದವಾದ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಬೋರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಬೇಕು.
- ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನರಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ವಿರುದ್ಧ ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಿದ್ದರೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಚೇತರಿಕೆಯ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.

ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ದೃಶ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯು ರೋಗಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತದೆ.

ರೋಗಿಯನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಸಲಕರಣೆಗಳು :

EMTಗಳು ಮತ್ತು ಸುಧಾರಿತ ಜೀವನ ಬೆಂಬಲ (LLS) ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆದಾರರನ್ನು ರೋಗಿಯನ್ನು ಸಾರಿಗೆಗಾಗಿ ತಯಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ಎತ್ತಲು ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಆಂಬ್ಯುಲೆನ್ಸ್ ಗೆ ಲೋಡ್ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು, ಬಳಸಲಾಗುವ ವಿವಿಧ ಕ್ಯಾರಿಯಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕೇಜಿಂಗ್ ಸಾಧನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಅನೇಕ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕೋರ್ಸ್ ಗಳು ನಿಶ್ಚಲ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿಲ್ಲ.

ಅಂತಹ ಸಲಕರಣೆಗಳು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಗಮ್ಯಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ. ಈ ಸಾಧನಗಳ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಅವರು ಉಪಕರಣಗಳ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಈ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಇದು ತುಂಬಾ ಆಮದು ಆಗಿದೆ. ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸರಿಸಲು ಬಳಸುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಉಪಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಸೇರಿವೆ:

ಕಡಿಮೆ ತೂಕದ ಪೋರ್ಟಬಲ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗಳು:

ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಅನ್ನು ಫೋಲ್ಡಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಫ್ಲಾಟ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ಟಾಂಡರ್ಡ್ ವೀಲ್ಡ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗಿಂತ ತುಂಬಾ ಹಗುರವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ರೋಗಿಯನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಅಥವಾ ಬಿಗಿಯಾದ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪೋರ್ಟಬಲ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್‌ಗಳು ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್, ಅಲ್ಯೂಮಿನಿಯಂ ಅಥವಾ ಭಾರವಾದ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಆಗಿರಬಹುದು, ಮತ್ತು ಅವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಮಡಚುತ್ತವೆ, ಉರುಳುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಕುಸಿಯುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಯೂಮಿನಿಯಂ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗಳನ್ನು ಈಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೋಂಕು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಸುಲಭ.



ವೀಲ್ಡ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಗಳು :

ಆಂಬ್ಯುಲೆನ್ಸ್ ಗಳಿಗೆ, ಕುಸಿಯಬಹುದಾದ ಚಕ್ರದ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಅಥವಾ ಗುರ್ನಿ, ವೇರಿಯಬಲ್-ಹೈಟ್ ವೀಲ್ಡ್ ಫ್ರೇಮ್ ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಆಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ ಲಾಕ್ ಗಳ ಮೇಲಿನ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಲಗ್ ಒಳಗೆ ಸ್ಪ್ರಿಂಗ್ ಲ್ಯಾಜ್ ಆಗಿ ಸಾರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಲುವಾಗಿ ಆಂಬ್ಯುಲೆನ್ಸ್. ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಿ ಬಿಸಾಡಬಹುದಾದ ಹಾಳೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸೋಂಕಿನ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಲುವಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಸ್ಥಳಾಂತರದ ನಂತರ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತುರ್ತು ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಆಗಮಿಸಿದಾಗ ರೋಗಿ ಮತ್ತು ಹಾಳೆಯನ್ನು ಸ್ಥಿರ ಹಾಸಿಗೆ ಅಥವಾ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಸಾಗಿಸಲು ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಮೌಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಎರಡೂ ಪ್ರಕಾರಗಳು ರೋಗಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಲು ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು.



ಸ್ಕೂಪ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್:

ಸ್ಕೂಪ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್ (ಅಥವಾ ಕ್ಲಾಮ್ ಶೆಲ್, ರಾಬರ್ಟ್ ಆರ್ಥೋಪೆಡಿಕ್ ಸ್ಟ್ರೆಚರ್, ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಸ್ಕೂಪ್)ಗಾಯಗೊಂಡ ಜನರನ್ನು ಚಲಿಸಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ. ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ಗಾಯವಾಗಿರಬಹುದಾದ ಜನರನ್ನು ನೆಲದಿಂದ ಮೇಲೆತ್ತಲು ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅಥವಾ ಆಘಾತದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟು ಎತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.



ವೆಸ್ಟ್-ಟೈಪ್ ಎಕ್ಸ್ಟ್ರೀಕೇಶನ್ ಸಾಧನಗಳು:

ಈ ಸಾಧನವು ರೋಗಿಯ ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನಿನ ಮೂಳೆಯನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವಾಗ, ಕುಳಿತ ರೋಗಿಯ ಉತ್ತೇಜಕವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಹನ ಉತ್ತೇಜಕದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

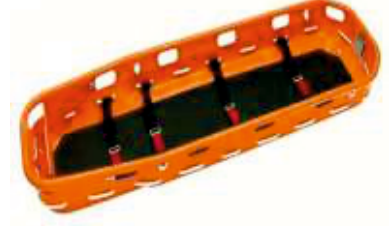
ಸ್ಟೇರ್ ಕುರ್ಚಿ: ಮೆಟ್ಟಿಲು ಕುರ್ಚಿಯು ಕುಳಿತಿರುವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸ್ಟೆಪರ್ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳದ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳಗಳ ಮೂಲಕ ಚಲಿಸಲು ರಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹೊಸ ಬ್ರಾಂಡ್ ಗಳನ್ನು ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್ ಅಥವಾ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸೀಟ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಫೋಲ್ಡಿಂಗ್ ಫೇಮ್ ಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸುಲಭ. ಅವು ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ಅದು ರಕ್ಷಕರಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮೇಲ್ಮೈಗಳ ಮೇಲೆ ಉರುಳಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಾದರಿಗಳು ಟ್ರಾಕ್ಟರ್ ಟ್ರೇಡ್ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ಅದು ಅವುಗಳನ್ನು ಓರೆಯಾಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಜಾರಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಬ್ಯಾಸ್ಕೆಟ್ ಸ್ಟೆಪರ್ : ಲೋಹ ಅಥವಾ ಬಲವಾದ ಸಂಶ್ಲೇಷಿತ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಸ್ಟೆಪರ್, ಇದರಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳನ್ನು ಅಪಘಾತ ಅಥವಾ ಇತರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಲಾಗದ ಸ್ಥಳದಿಂದ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಯಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹೊರಹಾಕಬಹುದು. ಸ್ಟೆಪರ್ ಅನ್ನು ಹಗ್ಗಗಳಿಂದ ಎತ್ತಬಹುದು. ಬ್ಯಾಸ್ಕೆಟ್ ಸ್ಟೆಪರ್ ಅನ್ನು ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ಸ್ಟೆಪರ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಫ್ಲೆಕ್ಸಿಬಲ್ ಸ್ಟೆಪರ್ : ಈ ಸ್ಟೆಪರ್ ಅನ್ನು ರಬ್ಬರ್‌ಸ್ಟಾಕ್ ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್ ಅಥವಾ ಭಾರವಾದ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ನಂತಹ ಇತರ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮರದ ಸ್ಲಾಟ್ ಗಳನ್ನು ಜೇಬಿಗೆ ಹೊಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಫ್ಲೆಕ್ಸಿಬಲ್ ಸ್ಟೆಪರ್ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಕ್ಯಾರಿಮಾಡುವ ಹ್ಯಾಂಡಲ್ ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದರ ನಮ್ಯತೆಯಿಂದಾಗಿ, ಇದು ಸೀಮಿತ ಸ್ಥಳಗಳು ಅಥವಾ ಕಿರಿದಾದ ಹಜಾರಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಬಹುದು.

ಡ್ರಾ ಶೀಟ್ : ಡ್ರಾ ಶೀಟ್ ಎಂಬುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಬೆನ್ನು ಮತ್ತು ತೊಡೆಗಳ ನಡುವಿನ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಹಾಸಿಗೆಯ ಕೆಳಹಾಳೆಯ ಮಧ್ಯದ ಮೇಲೆ ಅಡ್ಡವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾದ ಸಣ್ಣ ಬೆಡ್ ಶೀಟ್ ಆಗಿದ್ದು, ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಚಲಿಸಲು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೃತ್ತಿಪರರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್, ರಬ್ಬರ್ ಅಥವಾ ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು, ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಹಾಳೆಯ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿದೆ. ರಬ್ಬರ್ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ಇದನ್ನು ಹಾಸಿಗೆ ಪ್ಯಾಡ್ ಬದಲಿಗೆ ಬಳಸಬಹುದು. ಡ್ರಾ ಶೀಟ್ ಅನ್ನು ಹಾಸಿಗೆಯ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಸಿ ಅಥವಾ ಹಾಕದೇ ಇರಬಹುದು.



ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ಗಳು:

- ಸಾರಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಗಾಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಲುವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಇರಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಲು ಬಿಗಿಯಾದ ಬೋರ್ಡ್.
- ಈ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಪ್ರಿಂಗ್ ನಿರೋಧಕ ಮರ ಅಥವಾ ಸಂಶ್ಲೇಷಿತ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಹೋಲ್ಡ್ ಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಒಯ್ಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ:

- ಉದ್ದವಾದ ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ : 6-7 ಅಡಿ ಉದ್ದ, ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರಬೇಕಾದ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಶಾರ್ಟ್ ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್: 3-4 ಅಡಿ ಉದ್ದ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನುಹುರಿ ಗಾಯಗಳು ಅನುಮಾನಿಸಿದಾಗ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ವಾಹನಗಳಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬ್ಯಾಕ್ ಬೋರ್ಡ್ ರೋಗಿಯ ಬೆನ್ನು ಮತ್ತು ಸೀಟಿನ ನಡುವೆ ಜಾರಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ಶಾರ್ಟ್‌ಬೋರ್ಡ್ ಭದ್ರಪಡಿಸಿದ ನಂತರ ಮತ್ತು ಬಿಗಿಯಾದ ಗರ್ಭಕಂಠದ ಕಾಲರ್ ಧರಿಸಿದ ನಂತರ, ರೋಗಿಯನ್ನು ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಉದ್ದವಾದ ಬೋರ್ಡ್ ನಲ್ಲಿಸುಫಿನ್ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಹಾಕಬಹುದು. ವೆಸ್ಟ್ ಮಾದರಿಯ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಬ್ಯಾಕ್ಬೋರ್ಡ್ ಆಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸುಧಾರಿತ ಸ್ಟೆಚರ್

ರೇಖಾಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದಂತೆ ಟಿ-ಶರ್ಟ್ ನ ಎರಡು ತೋಳುಗಳಿಂದ ಶಾಫ್ಟ್ ಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಎರಡು ಮರದ/ ಬಿದಿರಿನ ಶಾಫ್ಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಟಿ-ಶರ್ಟ್‌ಗಳಿಂದ ಸುಧಾರಿತ ಸ್ಟೆಚರ್ ಅನ್ನು ಸಹ ಮಾಡಬಹುದು. ಸುಧಾರಿತ ಸ್ಟೆಚರ್ ನ ತೂಕವನ್ನು ಹೊರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲಪಡಿಸಲು ಎರಡು ಟಿ-ಶರ್ಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಹಾವು ಕಡಿತ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಹಾವು ಕಡಿತ
- » ಭಾರತದಲ್ಲಿನ 10 ಮಾರಕ ಹಾವುಗಳು.
- » ಹಾವು ಕಡಿತದ ತೊಂದರೆಗಳು.
- » ಹಾವಿನ ವಿಷದ ನಿರೋಧಕಗಳ (ಆಂಟಿ-ಸ್ನೇಕ್ ವೆನೋಮ್) ವಿಧಗಳು.

"ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಹಾವು ಕಡಿತದಿಂದ ಆಗುವ ಸಾವಿನ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಮೂರು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ: ಸಾಕಷ್ಟು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯದ ಕೊರತೆ / ಮಿಥ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಲವಾದ ನಂಬಿಕೆ / ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ವೈದ್ಯರು/ ಸಮುದಾಯದ ಕೊರತೆ"

ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳು



- ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಒಟ್ಟುಹಾವು ಪ್ರಭೇದಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 20 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ವಿಷಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.
- ಅವುಗಳಲ್ಲಿ 80% ವಿಷಕಾರಿಯಲ್ಲ.
- ವಿಷಪೂರಿತ ಹಾವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 58 ಪ್ರಭೇದಗಳು ಮಾತ್ರ ಸೇರಿವೆ ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ಕೇವಲ 4 ಜಾತಿಯ ಹಾವುಗಳಿವೆ, ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಕೋಬ್ರಾ, ಕ್ರೆಟ್, ರಸ್ಸೆಲ್ಸ್ ವೈಪರ್ ಮತ್ತು ಸಾ-ಸ್ಕೇಲ್ಡ್ ವೈಪರ್.
- ಭಾರತವು ವಿಶ್ವದಲ್ಲೇ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಹಾವು ಕಡಿತದ ಮರಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬಲಿಪಶುಗಳು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತಲುಪದ ಕಾರಣ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾವುಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ತಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ.
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 300 ಪ್ರಭೇದಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ; ಕೇವಲ 50 ಪ್ರಭೇದಗಳು ಮಾತ್ರ ವಿಷಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿನ 10 ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಹಾವುಗಳು:

- ಕೊಳಕ ಮಂಡಲ (ರಸ್ಸೆಲ್ಸ್ ವೈಪರ್),
- ಭಾರತದ ಕಟ್ಟು ಹಾವು (ಇಂಡಿಯನ್ ಕ್ರೆಟ್)
- ಗರಗಸ ಮಂಡಲ (ಸಾ-ಸ್ಟೇಲ್ಡ್ ವೈಪರ್)
- ನಾಗರ ಹಾವು (ಸ್ಟೆಕ್ಟಾಕ್ಸ್ ಕೋಬ್ರಾ)
- ಕಾಳಿಂಗ ಸರ್ಪ (ಕಿಂಗ್ ಕೋಬ್ರಾ)
- ತಗಡು ಹಪ್ಪಾಟೆ ಹಾವು (ಹಂಪ್-ನೋಸ್ಡ್ ಪಿಟ್ ವೈಪರ್)
- ಹಪ್ಪಾಟೆ ಹಾವು (ಮಲಬಾರ್ ಪಿಟ್ ವೈಪರ್)
- ಬಿದಿರು ಮಂಡಲ ಹಾವು (ಬಾಂಬೂ ಪಿಟ್ ವೈಪರ್)
- ಹೆಬ್ಬಾವು (ಇಂಡಿಯನ್ ರಾಕ್ ಪೈಥಾನ್)
- ಹಳದಿ-ತುಟಿಯ ಸಮುದ್ರದ ಹಾವು (ಯೆಲ್ಲೊ-ಲಿಪೆಡ್ ಸೀ ಕ್ರೆಟ್)



ಹಾವಿನ ವಿಷದ ನಂಜಿನ ಪರಿಣಾಮ

- ಹಾವಿನ ವಿಷದ ನಂಜಿನ ಪರಿಣಾಮವು ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ಪ್ರೋಟೀನ್ ಅಲ್ಲದ ಘಟಕ ಎರಡರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂತ್ರಸ್ತರ ದೇಹದ ಉರಿಯೂತದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಇದು ಮತ್ತಷ್ಟು ಜಟಿಲವಾಗಿದೆ.
- ಇದು ಕೆಂಪು ರಕ್ತ ಕಣಗಳು, ಲ್ಯೂಕೋಸೈಟ್ ಗಳು, ಪ್ಲೇಟ್ ಲೆಟ್ ಗಳು, ಅಸ್ಥಿ ಪಂಜರದ ಸ್ನಾಯು, ನಾಳೀಯ ಎಂಡೋಥೆಲಿಯಂ, ಬಾಹ್ಯ ನರದ ತುದಿಗಳು ಮತ್ತು ಮಯೋನೆರಲ್ ಜಂಕ್ಷನ್‌ಅನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

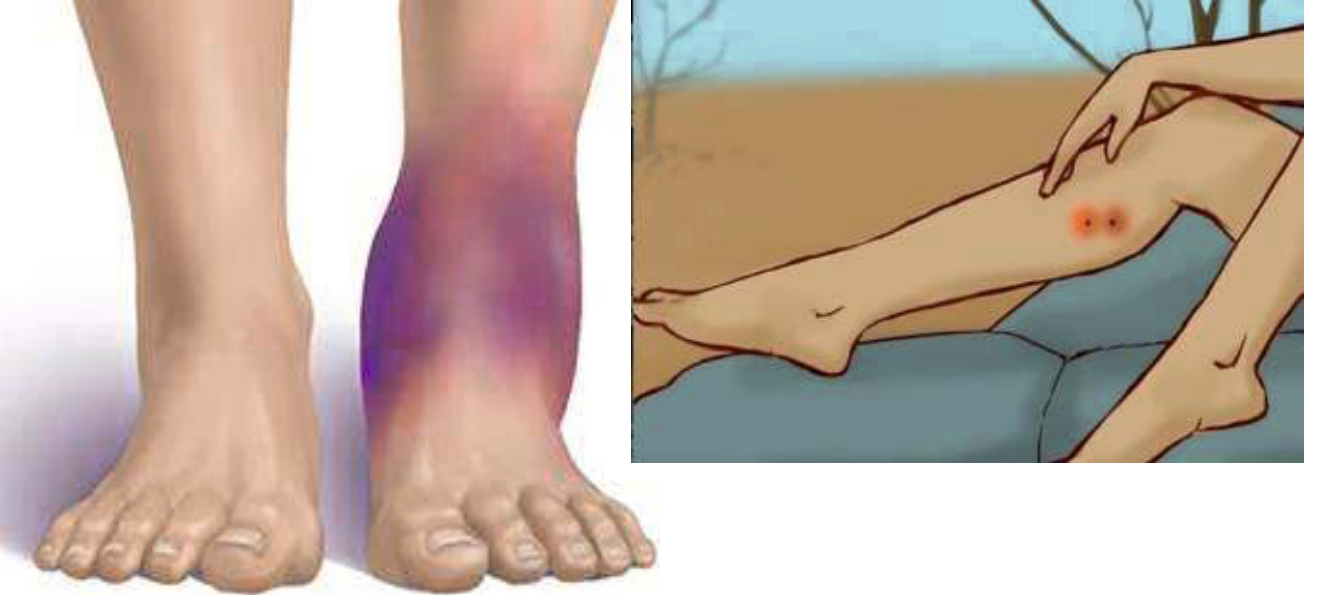
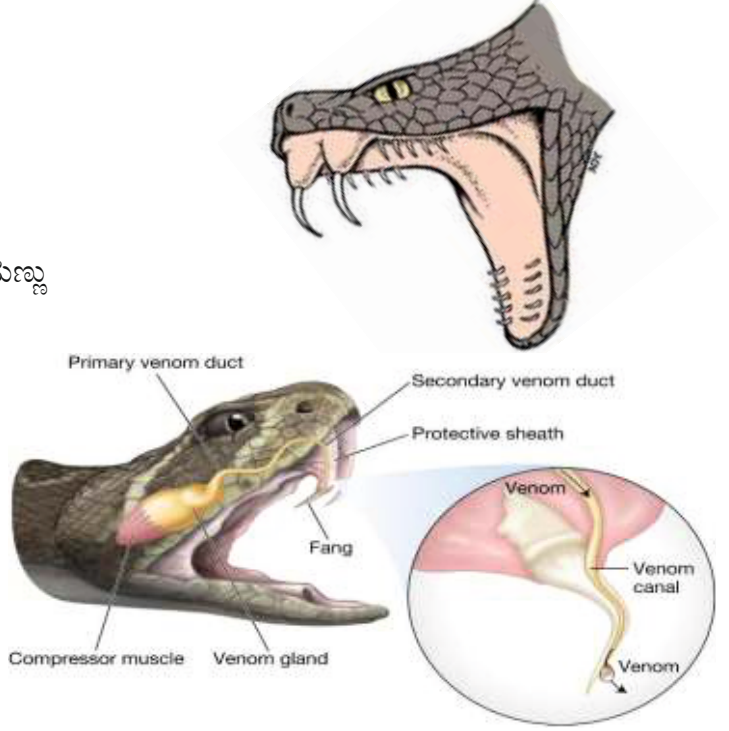
ಹಾವು ಕಡಿತದ ಪರಿಣಾಮಗಳು

- ಮಯೋಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ಅಪಕರ್ಷಣೆ-ವಾಸೋಸ್ಪಾಸ್ಮ್ ಅಥವಾ ಪರಿಧಮನಿಯ ಥ್ರಾಂಬೋಸಿಸ್ ನಿಂದಾಗಿ
- ಹೃದಯದ ಲಯದ ಅಡಚಣೆ
- ಪಲ್ಸನರಿ ಎಡಿಮಾ
- ತೀರ ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ (ಹೈಪೋಟೆನ್ಷನ್)
- ನರವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತೊಡಕುಗಳು
- ಸ್ಪೋಕ್
- ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು (ಪ್ಯಾರಲಿಸಿಸ್)
- ಮೇಲಿನ ಕಣ್ಣುರೇಪ್ಪೆ ಜೋತುಬೀಳುವುದು (ಪಿಟೋಸಿಸ್)
- ನೇತ್ರರೋಗ (ನೇತ್ರೋಪ್ಲೆಜಿಯಾ)
- ಉಸಿರಾಟದ ವೈಫಲ್ಯ
- ಸೆಳೆತ (ಕನ್ವಲ್ಸನ್)
- ವಿಳಂಬವಾದ ಸಂವೇದನಾ ನರರೋಗ
- ಲಾಕ್ ಇನ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್
- ಹೆಮೊಟಾಕ್ಸಿಕ್
- ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ

- ಕೆಲವು ವಿಷಗಳು ಹೆಪ್ಪು ರೋಧಕಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ (ಆಂಟಿಕಾಕ್ಸಲಂಟ್) ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ (ಸೆರೆಬ್ರಲ್ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ತುಂಬಾ ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಬಹುದು - ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದ ನಂತರ ಸಾಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ 20% ಜನರು ಸೆರೆಬ್ರಲ್ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ)
- ಇತರ ವಿಷಗಳು ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಲು ಬಿಡುತ್ತವೆ- ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ ರಚನೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ನಂತರ ಡಿಫಿಬ್ರಿನೋಜಿನೇಶನ್, ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ

ಸ್ಥಳೀಯ ತೊಡಕುಗಳು

- ನೋವು
- ಊತ
- ವಿಷ ಸಿಂಪಡಣೆಯಿಂದಾಗಿ ದೃಷ್ಟಿ ಹಾನಿ/ ಕಾರ್ನಿಯಲ್ ಹುಣ್ಣು
- ಕಂಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್
- ನೆಕ್ರೋಸಿಸ್
- ಗ್ಯಾಂಗ್ರೀನ್
- ಸೋಂಕು
- ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಹುಣ್ಣು

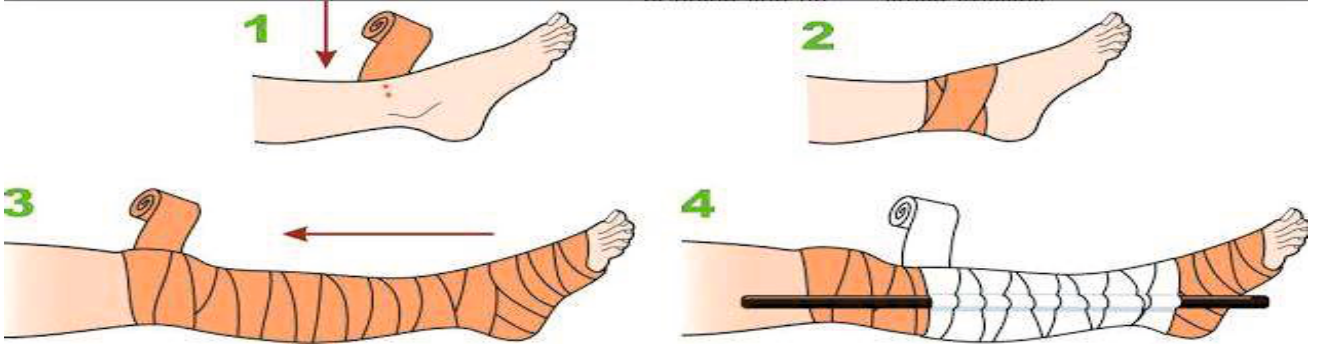


ವಿಷ ನಿರೋಧಕ ಸೀರಮ್ ನ ವಿಧಗಳು: -

- ಮೊನೊವಲೆಂಟ್/ ಮೊನೊ ಸ್ಪೆಸಿಫಿಕ್-ಪ್ರಭೇದಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ
- ಪಾಲಿವಲೆಂಟ್- ಹಲವಾರು ಪ್ರಭೇದಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ

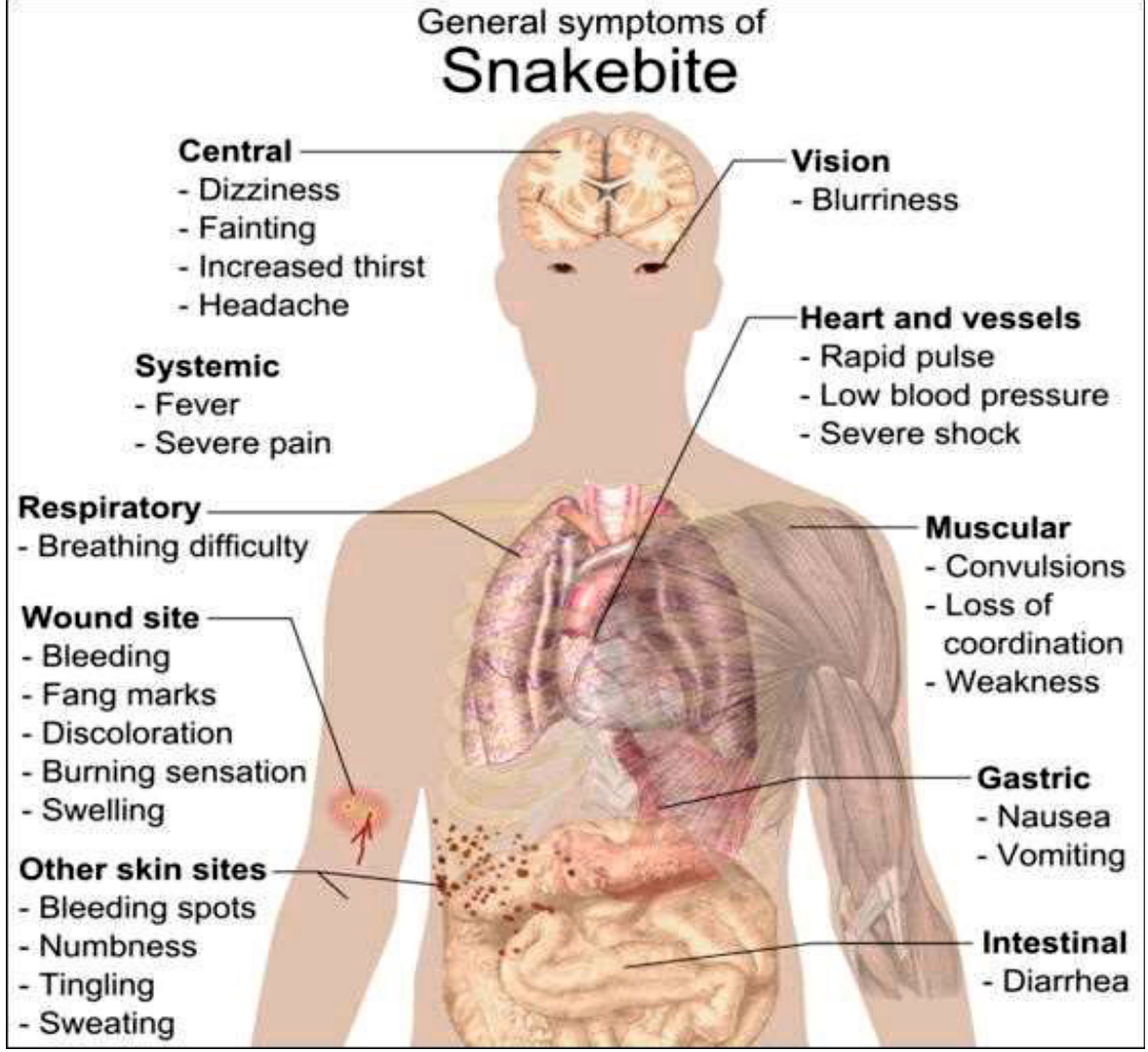
ಗಮನಿಸಿ : WHO ನ ಶಿಫಾರಸುಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಹಾವು ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮೊನೊಸ್ಪೆಸಿಫಿಕ್ ASVಯ ಬಳಕೆಯಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಹಾವು ಕಡಿತ ಆದ ಜನರಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಲಭ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಅದರ ಹೆಚ್ಚಿನ ವೆಚ್ಚ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಲಭ್ಯತೆಯ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಹಾವಿನ ಪ್ರಬೇಧ ಸರಿಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವಲ್ಲಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದಾಗಿ.

ವಿಷಪೂರಿತ ಹಾವುಗಳು : ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ



- ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ
- ನೂತನ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ ಬಳಸಿ
- ಅವರಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಿ
- ಅವರನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಿ
- ತಕ್ಷಣ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ
- ಟೂರ್ನಿಕೆಟ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ





ಹಾವಿನ ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಅಥವಾ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಹಾವಿನ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಬದಲಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಇವುಗಳು ಸಹ ಸೇರಿರಬಹುದು:

- ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಪಂಕ್ಚರ್ ಗುರುತುಗಳು
- ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗದ ಸುತ್ತಲೂ ಕೆಂಪಾಗುವಿಕೆ, ಊತ, ಜಜ್ಜುಗಾಯ, ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಅಥವಾ ಗುಳ್ಳೆಗಳು
- ಕಚ್ಚಿದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ನೋವು ಮತ್ತು ಮೃದುತ್ವ
- ವಾಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ಅಥವಾ ಅತಿಸಾರ
- ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಉಸಿರಾಡುವುದು (ವಿಪರೀತ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಉಸಿರಾಟವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಬಹುದು)
- ತ್ವರಿತ ಹೃದಯ ಬಡಿತ, ದುರ್ಬಲ ನಾಡಿಮಿಡಿತ, ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ
- ಕ್ಷೀಣ ದೃಷ್ಟಿ
- ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಲೋಹಿಯ (ಮೆಟಾಲಿಕ್), ಪುದೀನಾ ಅಥವಾ ರಬ್ಬರ್ ರುಚಿ
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಲಾಲಾರಸ ಮತ್ತು ಬೆವರು
- ಮುಖ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಕೈಕಾಲುಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಜೋಮು ಹಿಡಿಯುವಿಕೆ
- ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ



ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದರೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ:

- ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಪಡೆಯಿರಿ (112 ಗೆ ಡಯಲ್ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ (EMS) ಕರೆ ಮಾಡಿ.)
- ಆಂಟಿ-ವೆನಮ್ ಹಾವಿನ ವಿಷೀಕರಣಕ್ಕೆ ಗಂಭೀರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದೆ. ಮೊದಲೇ ಆಂಟಿವೆನಮ್ ಅನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು, ಇದರಿಂದ ವಿಷದಿಂದ ಆಗಬಹುದಾದ ಹಾನಿಕಾರಕ ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗದ ಆಪತ್ತನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು.
- ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳಲು ಸ್ವತಃ ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಒಳಿತಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಹಾವು ಕಡಿದವರಿಗೆ ತಲೆತಿರುಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಅವರು ಸಾವಿಗೀಡಾಗಲೂಬಹುದು.
- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ದೂರದಿಂದ ಹಾವಿನ ಛಾಯಾಚಿತ್ರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಹಾವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹಾವುಕಡಿತದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ.
- EMS ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲು ಬರುವ ಮುನ್ನವೇ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿ
- ಆರಾಮದ ತಟ್ಟಸ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಮಲಗಿ ಅಥವಾ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಊತ ಬರಬಹುದು ಹೀಗಾಗಿ ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಉಂಗುರಗಳು ಮತ್ತು ಕೈಗಡಿಯಾರಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದರೆ ತೆಗೆಯಿರಿ.
- ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗವನ್ನು ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ, ಶುಷ್ಕ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ.
- ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಮೃದುವು/ ಊತದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಕಚ್ಚಿದ ಸಮಯವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಡಿ:

- ಹಾವನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಬಲೆಗೆ ಬೀಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ವಿಷಪೂರಿತ ಹಾವನ್ನು, ಸತ್ತ ಹಾವನ್ನು ಅಥವಾ ಅದರ ಶಿರಚ್ಛೇದಿತ ತಲೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯಲು ಹೋಗಬೇಡಿ.
- ಕಚ್ಚಿದರೆ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಕಾಯಬೇಡಿ, ತಕ್ಷಣದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಟೂರ್ನಿಕೆ ಅನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ಗಾಯವನ್ನು ಚಾಕುವಿನಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಬೇಡಿ.
- ವಿಷವನ್ನು ಹೀರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.
- ಐಸ್ ಹಚ್ಚಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಗಾಯವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಬೇಡಿ.
- ನೋವು ನಿವಾರಕವಾಗಿ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಕುಡಿಯಬೇಡಿ.
- ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ (ಆಸ್ಪಿರಿನ್, ಐಬುಪ್ರೋಫೆನ್, ನ್ಯಾಪ್ರೋಕ್ಸೆನ್ ಇತ್ಯಾದಿ).
- ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತ ಅಥವಾ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಬೇಡಿ.

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತ - ಸ್ವಯಂ-ಆರೈಕೆ

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ಚರ್ಮವನ್ನು ಒಡೆಯಬಹುದು, ಪಂಕ್ಚರ್ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಹರಿದು ಹಾಕಬಹುದು. ಚರ್ಮವನ್ನು ಒಡೆಯುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಾರಣಗಳು

ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಾಯಿಕಡಿತವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ ಅಲ್ಲದೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ, ಮಕ್ಕಳು ಮುಖ, ತಲೆ ಅಥವಾ ಕುತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಬೆಕ್ಕಿನ ಕಡಿತವು ಅತಿ ವಿರಳ ಆದರೆ ಅದು ಸೋಂಕಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಕ್ಕಿನ ಹಲ್ಲುಗಳು ಉದ್ದ ಮತ್ತು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಇದು ಆಳವಾದ ಪಂಕ್ಚರ್ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸ್ಕಂಕ್ ಗಳು, ರಕೂನ್ ಗಳು, ನರಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಾವಲಿಗಳು.

ಪಂಕ್ಚರ್ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಕಡಿತಗಳು ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಕೆಲವು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ರೇಬಿಸ್ ಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ವೈರಸ್ ನಿಂದ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿವೆ. ರೇಬಿಸ್ ಅಪರೂಪ ಆದರೆ ಮಾರಕವಾಗಬಹುದು.

ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಿ ಕಡಿತದಿಂದ ನೋವು, ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಜುಮ್ಮೆನಿಸುವಿಕೆ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಕಚ್ಚುವಿಕೆಯು ಈ ಕೆಳಗಿನ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು:

- ರಕ್ತಸ್ರಾವದೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಬಿರುಕುಗಳು ಅಥವಾ ಭಾರಿ ಕಡಿತಗಳು
- ಜಜ್ಜುಗಾಯ (ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾಗುವುದು)
- ತೀವ್ರವಾಗಿ ಹರಿದ ಅಂಗಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಜರ್ಜರಿತ ದೇಹದ ಭಾಗ
- ಪಂಕ್ಚರ್ ಗಾಯಗಳು
- ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜು ಅಥವಾ ಕೀಲು ಗಾಯವು ಗಾಯಗೊಂಡ ಅಂಗಾಂಶದ ಚಲನೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಗಾಯದ ಆರೈಕೆ

ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯದಿಂದಾಗಿ, ಚರ್ಮವನ್ನು ಒಡೆಯುವ ಯಾವುದೇ ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಅವರು 24 ಗಂಟೆ ಒಳಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಬೇಕು. ನೀವು ಕಚ್ಚಿದ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ:

- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಿ.

- ಗಾಯಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಗಾಯದಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್ ಕೈಗವಸುಗಳು ಇದ್ದರೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಗಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಲು:

- ಸ್ವಚ್ಛವಾದ, ಒಣಗಿದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ನೇರ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದ ಗಾಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ.
- ಗಾಯವನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ. ಸೌಮ್ಯ ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ಹರಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ. 3 ರಿಂದ 5 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕಡಿತವನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಗಾಯಕ್ಕೆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಪ್ರತಿರೋಧಿಸುವ ಮುಲಾಮು ಹಚ್ಚಿ. ಇದು ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಒಣಗಿದ, ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಪಟ್ಟಿಕಟ್ಟಿ (ಸ್ಟೇರ್ಲ್ ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್) .
- ಕಚ್ಚುವಿಕೆಯು ಕುತ್ತಿಗೆ, ತಲೆ, ಮುಖ, ಕೈ, ಬೆರಳುಗಳು ಅಥವಾ ಪಾದಗಳ ಮೇಲೆ ಇದ್ದರೆ, ಕೂಡಲೇ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ.
- ಆಳವಾದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ, ನಿಮಗೆ ಹೊಲಿಗೆಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಕಳೆದ 5 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಒಂದು ಟೆಟನಸ್ ಲಸಿಕೆ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮಗೆ ಟೆಟನಸ್ ಲಸಿಕೆ ನೀಡಬಹುದು. ನೀವು ಪ್ರತಿಜೀವಕಗಳನ್ನು ಸಹ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಸೋಂಕು ಹರಡಿದ್ದರೆ, ರಕ್ತನಾಳದ (4) ಮೂಲಕ ನೀವು ಪ್ರತಿಜೀವಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.
- ಭಾರಿ ಕೆಟ್ಟ ಕಡಿತಕ್ಕಾಗಿ, ಹಾನಿಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಪ್ರಾಣಿ ನಿಯಂತ್ರಣ/ ಪುರಸಭೆ/ ನಿಗಮವನ್ನು ಯಾವಾಗ ಕರೆಯಬೇಕು

ನೀವು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಕಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ ನೀವು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಬೇಕು:

- ವಿಚಿತ್ರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವ ಪ್ರಾಣಿ
- ರೇಬಿಸ್ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲದ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಅಪರಿಚಿತ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ ಮೃಗ ಅಥವಾ ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿ
- ಪ್ರಾಣಿ ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಎಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಸೆರೆಹಿಡಿಯುವ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂದು ಅವರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಂಭಾವ್ಯ ತೊಡಕುಗಳು

ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ಸೋಂಕು ಅಥವಾ ಅಂಗಾಂಶದ ಕಾರ್ಯ ಕಡಿಮೆ ಯಾಗದೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಗಾಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಲು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ, ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸಣ್ಣ ಕಡಿತಗಳಿಗೆ ಸಹ ಹೊಲಿಗೆಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಆಳವಾದ ಅಥವಾ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಕಡಿತವು ಗಮನಾರ್ಹ ಕಲೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಕಚ್ಚಿದ ಗಾಯಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಡಕುಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಸೇರಿವೆ:

- ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಹರಡುವ ಸೋಂಕು
- ಸ್ನಾಯುರಜ್ಜುಗಳು ಅಥವಾ ಕೀಲುಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವು ಈ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು:

- ಔಷಧಿಗಳು ಅಥವಾ ರೋಗದಿಂದಾಗಿ ದುರ್ಬಲಗೊಂಡ ರೋಗನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು
- ಮಧುಮೇಹ
- ಪೆರಿಫೆರಲ್ ಆರ್ಟಿರಿಯಲ್ ಕಾಯಿಲೆ (ಆರ್ಟಿರಿಯೋಸ್ಕ್ಲೆರೋಸಿಸ್, ಅಥವಾ ಕಳಪೆ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ) ನೀವು ಪ್ರಾಣಿ ಕಚ್ಚಿದ ನಂತರ ರೇಬಿಸ್ ಲಸಿಕೆ ಪಡೆಯುವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ರೋಗದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆ?

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಡಿತವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು:

- ವಿಚಿತ್ರ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಾರದು ಎಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ.
- ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಕೀಟಲೆ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿಯಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಯ ಬಳಿ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಅವಕ್ಕೆ ರೇಬಿಸ್ ಇರಬಹುದು. ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ನೀವೇ ಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.

ವೈದ್ಯರನ್ನು ಯಾವಾಗ ಕರೆಯಬೇಕು

ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಪರಿಚಿತ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ರೇಬಿಸ್‌ಅನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು .ನೀವು ಕಾಡು ಅಥವಾ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ ಪ್ರಾಣಿಯಿಂದ ಕಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ, ಕೂಡಲೇ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಚರ್ಮವನ್ನು ಒಡೆಯುವ ಯಾವುದೇ ಕಡಿತಕ್ಕಾಗಿ 24 ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ.

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣ ಕಂಡುಬಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ತುರ್ತು ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗಿ:

- ಗಾಯದಿಂದ ಊತ, ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ಕೀವು ಬರುವುದು.
- ಕಚ್ಚುವಿಕೆಯು ತಲೆ, ಮುಖ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಕೈಗಳು ಅಥವಾ ಪಾದಗಳ ಆದರೆ.
- ಆಳವಾದ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡದಾದ ಕಚ್ಚುವಿಕೆ.
- ಪ್ರಾಣಿ ಕಡಿದು ಸ್ನಾಯು ಅಥವಾ ಮೂಳೆ ಆಚೆ ಬಂದಿದ್ದರೆ.
- ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹೊಲಿಗೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಖಚಿತ ವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ.
- ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ,
- 112 ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ತುರ್ತು ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ.
- ನೀವು 5 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಟೆಟನಸ್ ಲಸಿಕೆಅನ್ನು ಪಡೆದಿರಲಿಲ್ಲವಾದರೆ

ರೇಬೀಸ್ ಒಂದು ಜನರು ಮತ್ತು ನಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದೆ. ನಾಯಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ರೇಬೀಸ್ ಬಂದರೆ ಮತ್ತು ಅದು ನಿಮಗೆ ಕಚ್ಚಿದರೆ, ಅದು ನಿಮಗೆ ರೋಗವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಚ್ಚಿದ ನಾಯಿ ಹೇಗಿತ್ತು ಎಂದು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ನಿಮ್ಮ ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ನಾಯಿಯನ್ನು ತೊಂದರೆಗೊಳಿಸಬೇಡಿ, ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಕೊಲ್ಲಬೇಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವರ ನಾಯಿಗಳಿಗೆ ರೇಬೀಸ್ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಲು ಹೇಳಿ, ಏಕೆಂದರೆ ರೇಬಿಸ್ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಇದೊಂದೇ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ.



ನಾಯಿಯ ಕಡಿತವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು 5 ಸಲಹೆಗಳು

ನಾನು ನಾಯಿ , ನಾವುಗಳು ಮಾನವರಾದ ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತಮ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ಅಥವಾ ಹೆದರಿದಾಗ ನಿಮಗೆ ಕಚ್ಚಬಹುದು. ಕಚ್ಚುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯೋಣ.

1

ನನ್ನನ್ನು ತೊಂದರೆಗೊಳಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಹೆದರಿಸಬೇಡಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಾನು ತಿನ್ನುವಾಗ ಅಥವಾ ಕಟ್ಟಿಹಾಕುವಾಗ.

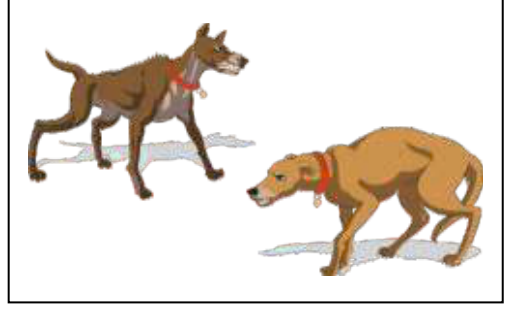
- ನಾನು ನನ್ನ ಆಟಿಕೆಗಳು, ನನ್ನ ನಾಯಿ ಮರಿಗಳು, ಕಾರಿನಲ್ಲಿ, ಬೇಲಿಯಹಿಂದೆ ಅಥವಾ ನಾನು ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅಥವಾ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವಾಗ ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ನೀಡಬೇಡಿ.



2

ನಾನು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ಅಥವಾ ಭಯಭೀತರಾದಾಗ ನನ್ನಿಂದ ದೂರವಿರಿ.

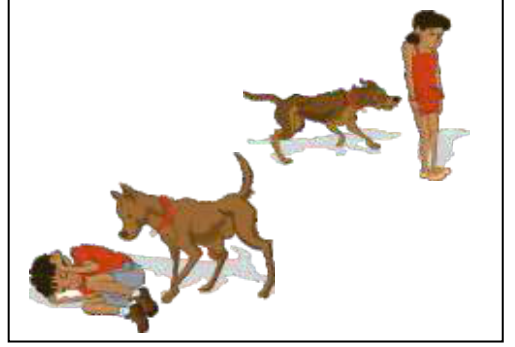
- ನಾನು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ, ನಾನು ನನ್ನ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ.
- ನಾನು ಭಯಭೀತನಾದಾಗ, ನನ್ನ ಬಾಲವು ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ಇರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಓಡಿಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.



3

ನಾನು ಮುನ್ನಡೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿಗೆ ಬಂದರೆ ಚಲಿಸಬೇಡಿ..

- ನಾನು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ನನ್ನ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ.
- ನನಗೆ ಭಯವಾದಾಗ, ನನ್ನ ಬಾಲವು ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ಇರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಓಡಿಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.



4

ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

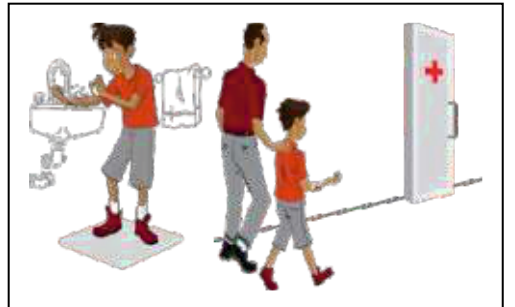
- ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಮಾಲೀಕರು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಮೋಷಕರ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಕೇಳಿ. ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಮೂಸಿ ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ತಟ್ಟಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಮೊದಲು ನನ್ನ ಬೆನ್ನನ್ನು ತಟ್ಟಿ.



5

ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿದರೆ ನೀವು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿರಿ. ಗಾಯವನ್ನು ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಹುಡುಕಿ.

- ನಿಮಗೆ ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿದೆ ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ಹೇಳಲು ನೆನಪಿಡಿ. ಅದು ಯಾವ ನಾಯಿ ಮತ್ತು ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.



ಹಗ್ಗ ಬಳಸಿ ರಕ್ಷಣೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವುದು.
- » ಹಗ್ಗಗಳ ವಿಧಗಳು.
- » ಹಗ್ಗಗಳ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಹಗ್ಗ ಬಳಸಿ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮಾಡುವುದು.
- » ಗಂಟುಗಳು, ಕಟ್ಟುಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗುವಿಕೆಗಳು.
- » ವಿವಿಧ ಹಗ್ಗ ರಕ್ಷಣಾ ಉಪಕರಣಗಳು.

ಹಗ್ಗ ರಕ್ಷಣೆ

ಹಗ್ಗದ ರಕ್ಷಣೆ ನೀರು, ಕಂದಕ ಮತ್ತು ರಚನಾತ್ಮಕ ಕುಸಿತದಂತಹ ರಕ್ಷಣಾ ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ವಿಭಾಗಗಳ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿದೆ.

ಹಗ್ಗವು ನೂಲುಗಳು, ನಾರುಗಳು ಅಥವಾ ಎಳೆಗಳ ಗುಂಪು, ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರುಚಲಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಒಟ್ಟಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಮತ್ತು ಬಲವಾದ ರೂಪಕ್ಕೆ ಹೆಣೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಗ್ಗಗಳು ಕರ್ಷಕ (ಟೆನ್ಸೈಲ್) ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವುದು, ಎತ್ತುವುದು ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧೋದ್ದೇಶ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಬಳಸಬಹುದು.

ನಿಯಮಗಳು:

ರನ್ನಿಂಗ್ ಎಂಡ್ - (ವರ್ಕಿಂಗ್ ಎಂಡ್) ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಗಂಟು ಕಟ್ಟಲು ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಹಗ್ಗದ ಅಂತ್ಯ.

ಬಿಟರ್ ಎಂಡ್ - (ಸ್ಟಾಂಡಿಂಗ್ ಎಂಡ್) ನೀವು ಕಟ್ಟುತ್ತಿರುವ ಗಂಟಿನಲ್ಲಿ ಹಗ್ಗದ ತುದಿಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. "ರನ್ನಿಂಗ್ ಎಂಡ್" ಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಅಂತ್ಯ.

ಬೈಟ್ - ಯಾವುದೇ ಹಗ್ಗವು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ದಾಟದೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ದ್ವಿಗುಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಲೂಪ್ - ಬಿಫ್ಟ್ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ದಾಟಿದಾಗ ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಗಂಟು - ಹಗ್ಗದ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡ ಕುಣಿಕೆ, ಅಂತಹ ಎರಡು ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಂದು ವಸ್ತುವಿಗೆ ಬಿಗಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಂದು ಗಂಟು, ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಅದರ ಆಕಾರ ಅಥವಾ ರೂಪವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡುತ್ತದೆ.



ಬಾಗಿ ಅಥವಾ ಕಟ್ಟು (ಹಿಚ್)- ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಜೋಡಿಸುವ ಅಥವಾ ಕಟ್ಟುವ ವಿಧಾನಗಳು. ಒಂದು ತೊಡಕು ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡುವುದಿಲ್ಲ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ "ಸುತ್ತಿದಾಗ" ಬರುವ ರೂಪ.

ಸ್ಲಿಪ್ - ಎರಡು ಹಗ್ಗದ ತುದಿಗಳನ್ನು ತಿರುಚುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನೇಯ್ಗೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

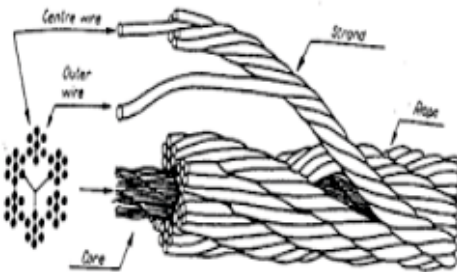
ಕೆರ್ನ್ ಮ್ಯಾಂಟಲ್ - (ಅಕ್ಷರಶಃ: "ಕೋರ್-ಶೀತ್") ಹಗ್ಗವು ಸಮತೋಲಿತ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಏಕದಿಕ್ಕಿನ ನೈಲಾನ್ ಕೋರ್ ಮೇಲೆ ಹೆಣೆದ ನಿರಂತರ ತಂತು ಪಾಲಿಯೆಸ್ಟರ್ ಕವರ್ ಅನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ರಕ್ಷಣಾ ಮತ್ತು ರಾಪೆಲ್ಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಠಿಣ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಇದನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಹಗ್ಗದ ವಿಧಗಳು



ನೈಸರ್ಗಿಕ ಫೈಬರ್ ಹಗ್ಗ

ಸಿಂಥೆಟಿಕ್ ಫೈಬರ್ ರೋಪ್



ತಂತಿ ಹಗ್ಗ (ವೈರ್ ರೋಪ್)

ಹಗ್ಗದ ಬಳಕೆ: ರಿವರ್ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್, ರಾಕ್ ಕ್ಲೈಂಬಿಂಗ್, ರಾಪ್‌ಲೈಡಿಂಗ್, ರೆಸ್ಕೂಗೆ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.



ಹಗ್ಗದ ಸುರಕ್ಷತೆ:

- ಹಗ್ಗದ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ನಿಲ್ಲುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ
- ಹಗ್ಗವನ್ನು ಎಳೆಯಬೇಡಿ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸವೆತ ಹಗ್ಗದ ಬಾಳಿಕೆ ಸಮಯ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಿಸ್ತೃತ ಅವಧಿಯವರೆಗೆ ಒತ್ತಡದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ
- ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಎಲ್ಲಾ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ
- ಹಗ್ಗವನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ವಿದ್ದರೆ, ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ
- ಬ್ಯಾಕ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಒದ್ದೆಯಾದ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ.
- ಸೂರ್ಯನ ನೇರಳಾತೀತ ವಿಕಿರಣಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಹಗ್ಗಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನೈಲಾನ್ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಚಲಿಸುವ ವನ್ಯಜನ್ಯರಾಗಬಹುದು. ನೈಲಾನ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿರೋಧಕವಾಗಿ ಚಲಿಸುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸ್ಥಾಯಿ ವೆಬ್ಬಿಂಗ್ ಮೇಲೆ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಚಲಿಸುವುದು
- ಚೂಪಾದ ಅಂಚುಗಳನ್ನು ಪ್ಯಾಡ್‌ಗಳು ಮರೆಯದಿರಿ
- ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಾಡುವಾಗ/ಕಾಯಿಲಿಂಗ್‌ಗಾಡುವಾಗ ಟೈಪ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಂಕ್ ಆಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಗಂಟುಗಳು, ಹಿಚ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗುವಿಕೆಗಳು:

ಹಗ್ಗದ ರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ, ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ಬಳಸುವುದು ಎಂಬುದರ ಜ್ಞಾನವು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅನೇಕ ಗಂಟುಗಳು ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೂ, ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾದ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗಂಟುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿರಬೇಕು.

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ವಿಫಲವಾಗಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಈ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಕಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು.

ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಹಗ್ಗಗಳು 1/4" ನೇಯ್ಡ್ ಹತ್ತಿ ಟೈಪ್ ಹಗ್ಗಗಳಿಂದ 1/2" ಕೆರ್ನ್ ಮ್ಯಾಂಟಲ್ ನೈಲಾನ್ ಜೀವ

ಸುರಕ್ಷತಾ ರಕ್ಷಣಾ ಹಗ್ಗಗಳವರೆಗೆ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿವೆ. ಅವು ಕೆಲವೇ ಅಡಿಗಳಿಂದ 300 ಅಡಿ ಉದ್ದದವರೆಗೆ ಉದ್ದದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ, ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವಲ್ಲಿ, ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅನ್ವಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಗ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ತುರ್ತು ಅಥವಾ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಹಗ್ಗ ಅಥವಾ ಗಂಟುಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ, ಸುರಕ್ಷತೆಯು ಎಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು.

ಗಂಟು ಆಯ್ಕೆಯ ಮಾನದಂಡಗಳು:

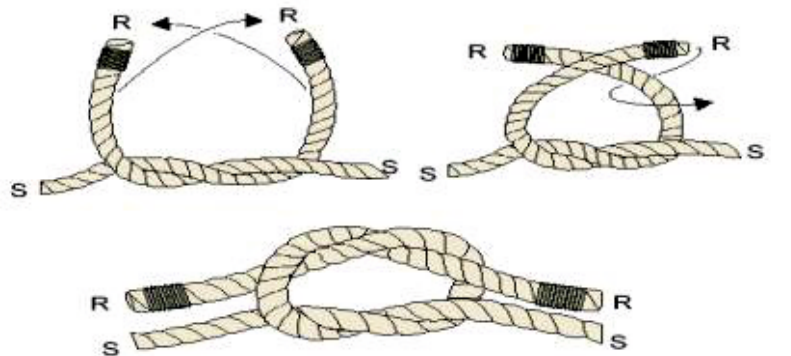
- ಟೈ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
- ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
- ಸರಿಹೊಂದಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
- ಬಿಚ್ಚುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
- ಕೊನೆಯದು ಗಂಟಿನ ಬಲ.

"ಗಂಟುಗಳ" ಸಂಬಂಧಿತ ಶಕ್ತಿ:

ನಾಟ್ ಇಲ್ಲದಿರುವ 100%	ಚಿತ್ರ 8 ರ ಆಕಾರ 75-80%
ಬೌಲೈನ್	70-75%
ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬೆಂಡ್	65-70%
ರಿಂಗ್ ಬೆಂಡ್	60-70%
ಕ್ಲೋವ್ ಹಿಚ್	60-65%
ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್	60-65%
ಎರಡು ಅರ್ಧ ಹಿಚ್ ಗಳು	60-70%
ಚೇರ್ ನಾಟ್	43-70%

ಹೆಬ್ಬರಳು ಗಂಟು:

ಹೆಬ್ಬರಳಿನ ಗಂಟು ಹಗ್ಗದ ತುದಿಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಮುಕ್ತಾಯವನ್ನು ನೀಡಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಜಾವಟಿಯಿಂದ ಹೊಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಫೇಯಿಂಗ್ ಆಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು, ಅಥವಾ ಒಂದು ಬ್ಲಾಕ್ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಉಂಗುರದ ಮೂಲಕ ಹಗ್ಗವು ಜಾರಿಹೋಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.



ದಿ ರೀಫ್ ನಾಟ್:

ರೀಫ್ ಗಂಟು ಸಮಾನ ಅಥವಾ ಸರಿಸುಮಾರು ಸಮಾನ ಸುತ್ತಳತೆಯ ಎರಡು ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

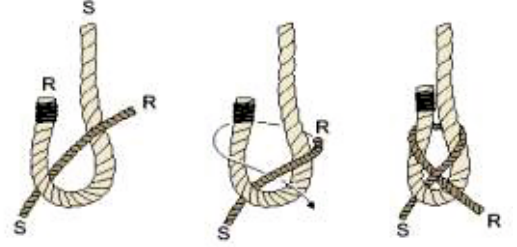
ಅಜ್ಜಿ ಮತ್ತು ಕಳ್ಳ ಗಂಟುಗಳು (ದಿ ಗ್ರಾನಿ ಅಂಡ್ ಥೀಫ್ ನಾಟ್ಸ್):

ಅಜ್ಜಿ ಮತ್ತು ಕಳ್ಳ ಗಂಟುಗಳು ರೀಫ್ ಗಂಟಿನಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಇವೆರಡೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಎರಡೂ ಹಗ್ಗಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕಿದಾಗ ಅವು ಜಾರಿಹೋಗುತ್ತವೆ.



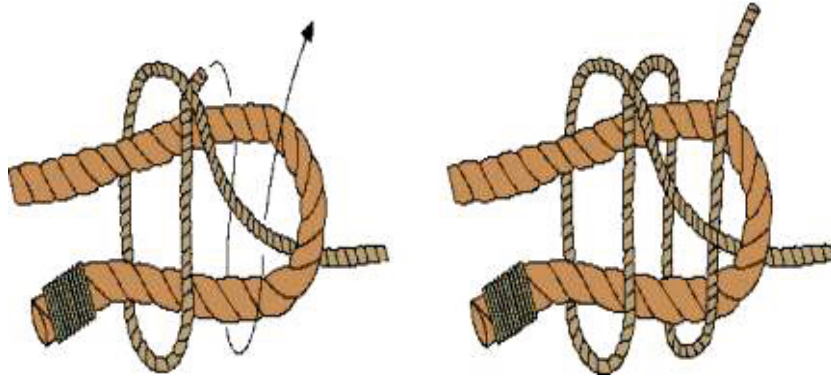
ಶೀಟ್ ಬೆಂಡ್:

ಹಾಳೆ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಸಮಾನ ಗಾತ್ರದ ಎರಡು ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಸೇರಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.



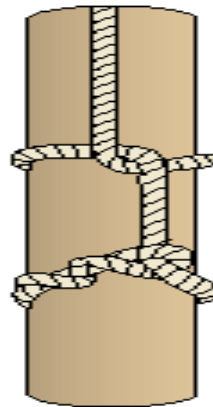
ಡಬಲ್ ಶೀಟ್ ಬೆಂಡ್:

ಡಬಲ್ ಶೀಟ್ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಏಕ ಹಾಳೆ ಬಾಗುವಿಕೆಯ ಅದೇ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ರದ್ದುಮಾಡಲು ಸುಲಭ. ಇದನ್ನು ಹಗ್ಗವನ್ನು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾದ ಉಂಗುರಕ್ಕೆ ಬಿಗಿಗೊಳಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ದೊಡ್ಡ ಕುಣಿಕೆಯನ್ನು ರಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಗಂಟು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಮಾಡಬಹುದು. ರೌಂಡ್ ಟರ್ನ್ ಮತ್ತು ಎರಡು ಅರ್ಧ ಹಿಚ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಮೀನುಗಾರರ ಬಾಗುವಿಕೆಯಂತೆ ಇದು ಜಾಮ್ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ:



ದಿ ಟಂಬರ್ ಹಿಚ್:

ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಯಂತಹ ತೂಕವನ್ನು ಎಳೆಯಲು ನೀವು ಹಗ್ಗವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾದಾಗ ಮರದ ಹಿಚ್ ಉಪಯುಕ್ತ ಗಂಟು. ಹಗ್ಗದ ಮೇಲಿನ ಸೆಳೆತವು ಭಾರವಾದಷ್ಟೂ ಗಂಟು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಜಾಮ್ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ರದ್ದುಗೊಳಿಸಬಹುದು.



Half Hitch

Timber Hitch

ಎರಡು ಅರ್ಧ ಹಿಚ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ರೌಂಡ್ ಟರ್ನ್:

ಅನೇಕ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುವ ಯುಟಿಲಿಟಿ ನಾಟ್, ಅಲ್ಲಿ ಜೀವೇತರ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತ ನಾನ್-ಸ್ಲಿಪ್ ಜೋಡಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.



ರೌಂಡ್ ಟರ್ನ್



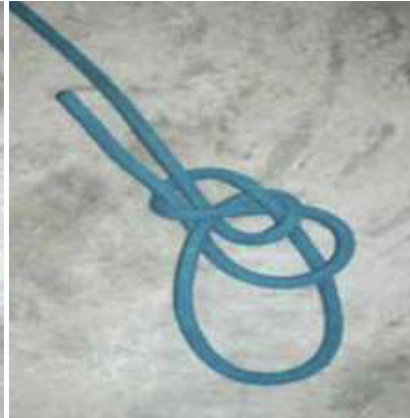
ಒನ್ ಹಾಫ್ ಹಿಚ್



ಸೆಕೆಂಡ್ ಹಾಫ್ ಹಿಚ್

ಯೋಸೆಮೈಟ್ ಫಿನಿಶ್ ನೊಂದಿಗೆ ಬೌಲೈನ್:

ಅದರ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ತಪಾಸಣೆಯ ಸುಲಭತೆ ಮತ್ತು ಲೋಡ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬೌಲೈನ್ ಅನ್ನು ಯೋಸೆಮೈಟ್ ಫಿನಿಶ್ ಅಥವಾ ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ನೊಂದಿಗೆ ಬ್ಯಾಕ್-ಅಪ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಉದ್ದ ಬಾಲದ ಬೌಲೈನ್ ಗೆ ಬ್ಯಾಕಪ್ ಗಂಟು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬೌಲೈನ್ ನ ತುದಿಯನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಬೇಕು. ಯೋಸೆಮೈಟ್ ಫಿನಿಶ್ ಬೌಲೈನ್ ಅನ್ನು ಕಟ್ಟಲು ಸುಲಭ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ದೊಡ್ಡದಾಗಿದೆ. ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ, ಬಾಲವನ್ನು ಗಂಟಿನ ಮೂಲಕ ಮರುಹೆಣೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಅದು ನಿಂತಿರುವ ತುದಿಗೆ ಸಮಾನಾಂತರವಾಗಿ ಮೇಲ್ಮೈಗೆ ಬರುವವರೆಗೆ.



ಚಿತ್ರ- 8 ಇದರ ಮೂಲಕ ಅನುಸರಿಸಿ:

ಹಗ್ಗವನ್ನು ಲಂಗರು ಅಥವಾ ಹಾರ್ನೆಸ್ ಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಲೂಪ್ ಅನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಡಬಲ್ ಫಿಗರ್ ಎಯ್ ಅನ್ನು ಎಂಡ್ ನಾಟ್ ಆಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಡಬಲ್ ಫಿಗರ್ 8 ಅನ್ನು ಕಟ್ಟಲು, ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಮತ್ತು ಬಿಚ್ಚಲು ಸುಲಭವಾದ ಗಂಟು.ಇದು ಒಂದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೈ ಲೈನ್ ಗೆ ಟೈ-ಇನ್ ಮಾಡಲು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾದ ಎರಡು ಟೈ-ಇನ್ ಗಂಟುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ರಾಪೆಲ್ ಹಗ್ಗದ ಓಡುವ ತುದಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಲು ಸಹ ಇದನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹಗ್ಗದ ತುದಿಯಿಂದ ಜಾರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.



ಇನ್-ಲೈನ್ ಚಿತ್ರ ಎಂಟು:

ರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವನ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಅಥವಾ ಮಿಡ್ ಲೈನ್ ಲೂಪ್ ಬಳಕೆಯಾಗಬಹುದಾದ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಮಧ್ಯ-ಸಾಲಿನ ಜೋಡಣೆ ಬಿಂದು.



ವೆಬ್ಬಿಂಗ್ ನೊಂದಿಗೆ ಚೈನ್ ಸ್ಲಿಚ್:

ವೆಬ್ಬಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಆದ್ಯತೆಯ ವಿಧಾನ. ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಲಿಪ್ ಗಂಟು ನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮತ್ತು ಸ್ಲಿಪ್ ಗಂಟಿನ ಕಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹೊಲಿಲು. ಪ್ರತಿ ಸತತ ಲೂಪ್ ನೊಂದಿಗೆ ಪುನರಾವರ್ತಿತ. ಆಕಾರವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಹಿಚ್ ತನ್ನೊಳಗೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಅಳವಡಿಸುತ್ತದೆ, ಮಧ್ಯದ ಅಂಶವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ, ಹಿಚ್ ಬೇರ್ಪಡುತ್ತದೆ (ಉದಾ, ಪ್ರಸಿಕ್ ಮತ್ತು ಲವಂಗ ಹಿಚ್ ಅನ್ನು ಕಟ್ಟಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹಗ್ಗ ಅಥವಾ ವಸ್ತುವಿನ ಸುತ್ತಲೂ).



ಪ್ರಸಿಕ್ ಹಿಚ್:

ಪ್ರಸಿಕ್ ಹಿಚ್ ಅಥವಾ "ಪ್ರಸಿಕ್" ಅನ್ನು ಮೊದಲೇ ಕಟ್ಟಿದ 8 ಮಿಮೀ ಅಕ್ಸೆಸೊರಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಿಂದ ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ರಕ್ಷಕರು ಮೂರು ಹೊದಿಕೆ ಪ್ರಸಿಕ್ ಅನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬೇಕು. ಮೂರು ಹೊದಿಕೆ ಪ್ರಸಿಕ್ ಹಿಚ್ 600 ಪೌಂಡ್ ಗಳವರೆಗೆ ರಕ್ಷಣಾ ಹೊರೆಗಳಿಗಾಗಿದೆ.



ಕ್ಲೇವ್ ಹಿಚ್:

ಹಗ್ಗದ ತುದಿಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಟ್ಟಿಹಾಕಲು ಇದು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗೆಟುಕುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಇದು ಹೊದಿಕೆ ಮತ್ತು ಫ್ರಾಪಿಂಗ್ ಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಲವಂಗದ ಹಿಚ್ ಜಾರಿ ಬಿಚ್ಚಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಇದನ್ನು ಟೈ-ಆಫ್ ಆಗಿ ಅಥವಾ ಚಿತ್ರ 8 ರಂತೆ ಲಂಗರು ಗಂಟಿನ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.



ಬಡ್ಸ್:

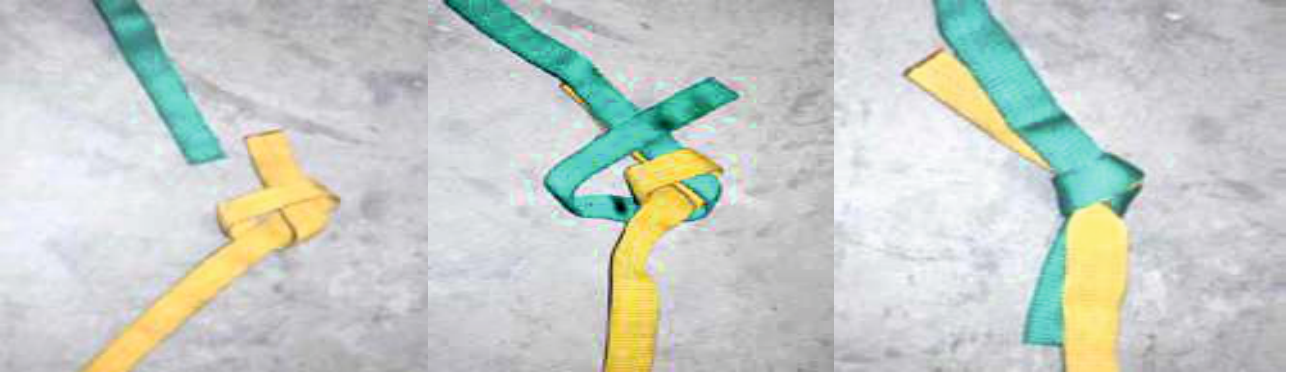
ಚೌಕ ಬಾಗುವಿಕೆ:

ಐತಿಹಾಸಿಕವಾಗಿ ಗಂಟು ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಈ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಎರಡು ಎಳೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಜೀವೇತರ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಫಾಲೋ-ಥ್ರೂ ಬೆಂಡ್

ಎರಡು ವೆಬ್ಬಿಂಗ್ ತುದಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, "ಓಟಗಾರ"ನನ್ನು ರೂಪಿಸಲು, ಮಲ್ಟಿಪಾಯಿಂಟ್ ಆಂಕರ್ ಅನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಿ ಕೊಳವೆಯಾಕಾರದ ವೆಬ್ಬಿಂಗ್ ಜಾರುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಕೈ ಅಗಲ, ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ಇಂಚು ಬಾಲವನ್ನು ಬಿಡಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಜಾರುವ ವಸ್ತುವಿನ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಈ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹೊಂದಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.



ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬೆಂಡ್:

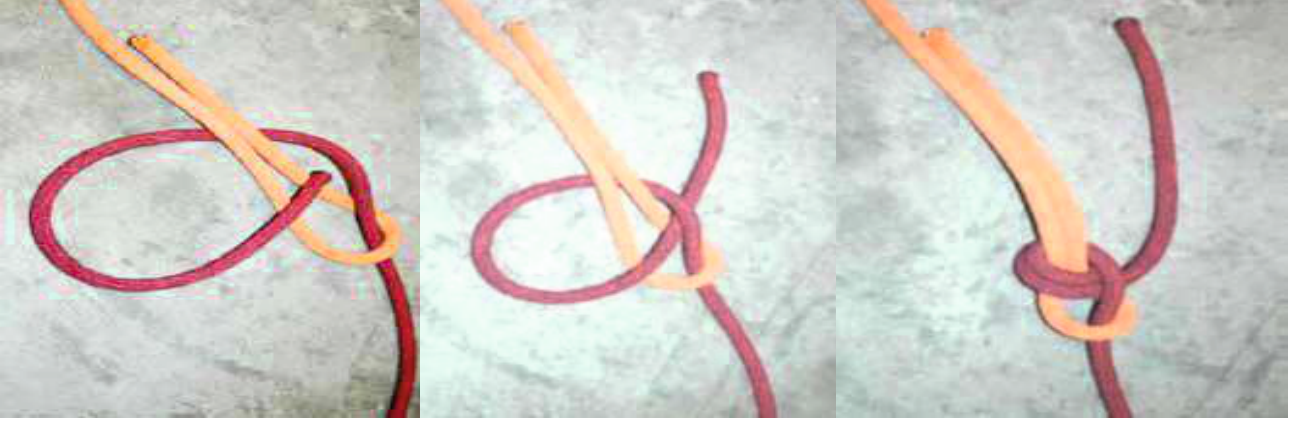
ಈ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಎರಡು ಹಗ್ಗಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸೇವೆಗಾಗಿ, ಇದು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಪುಸ್ತಕ ಲೂಪ್ ಗಳಿಗಾಗಿ, ಇದನ್ನು ಉನ್ನತ/ ಕಡಿಮೆ-ಹಿಗ್ಗಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಟ್ಟಲು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಏಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಲೋಡ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಲು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಗುವಿಕೆಯೊಳಗಿನ ಬಿಗಿಯಾದ ಕಮಾನುಗಳಿಂದಾಗಿ, ಒಮ್ಮೆ ಲೋಡ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಬಿಚ್ಚುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬೆಂಡ್ ಅನ್ನು ರಕ್ಷಣೆ ಹೊರೆಯಿರಿಗೆ ಬಳಸಿದರೆ, ಒಂದು ಪುಸ್ತಕ ಬೈ-ಪಾಸ್ ಅನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಈ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಣೆ ಹೊರೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿದ ನಂತರ ನೀವು ಹಗ್ಗದಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು.



ಡಬಲ್ ಬೆಕೆಟ್ ಬೆಂಡ್:

ಎರಡು ಅಸಮಾನ ಗಾತ್ರದ ವ್ಯಾಸದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ಷಣಾ ಹೊರೆಯೊಂದಿಗೆ ತೂಕ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಕಟ್ಟುವುದು, ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಬಿಚ್ಚುವುದು ಸುಲಭ. ಎರಡು ಬಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಡಬಲ್ ಓವರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಡಬಲ್ ಬೆಕೆಟ್ ಬೆಂಡ್ ಅನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಒಬ್ಬರು ಬಯಸಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನೀವು ಕಲಿಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಬಳಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಬಹುದು.



ಹಗ್ಗ ರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನ

ಕರಾಬಿನೀರ್



ಇಳಿಸುವ (ಡಿಸೆಂಡರ್)



ಏರಿಸುವ (ಅಸೆಂಡರ್)



ಸೀಟ್ ಹಾರ್ನೆಸ್



ಪೂರ್ಣ ಬಾಡಿ ಹಾರ್ನೆಸ್



ಮಿಟೆನ್ಸ್



ನೀವು ದೂರದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೂಲಭೂತ ಹುಡುಕಾಟ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾ ತತ್ವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ. ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವುದು ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಮೂಲ್ಯ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಬಹುದು. ರಕ್ಷಣೆ ನಡೆಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ತತ್ವಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿವೆ.



ವಿಷಯ – 22

ಅಗ್ನಿ ಸುರಕ್ಷತೆ

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

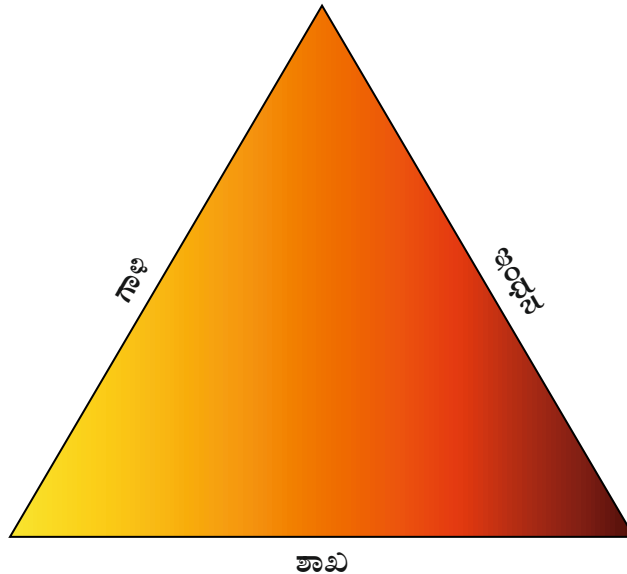
- » ಬೆಂಕಿ ಎಂದರೇನು?
- » ಅಗ್ನಿ ತ್ರಿಕೋನ.
- » ಸುಡುವ ಹಂತಗಳು.
- » ಬೆಂಕಿಯ ಹರಡುವಿಕೆಯ ವಿಧಾನಗಳು.
- » ಅಗ್ನಿಯ ವರ್ಗೀಕರಣ .
- » ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು.
- » ಬೆಂಕಿ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಬೆಂಕಿ ಎಂದರೇನು?

ಬೆಂಕಿಯು ರಾಸಾಯನಿಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸರಣಿಯಾಗಿದೆ, ಇದು ಇಂಧನದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಶಾಖ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ (ಜ್ವಾಲೆ) ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದು ಇಂಧನ, ಶಾಖ ಮತ್ತು ಆಮ್ಲಜನಕದ ನಡುವೆ ರಾಸಾಯನಿಕ ಸರಪಳಿ ಕ್ರಿಯೆಯ ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿದೆ, ಇದು ಶಾಖ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ವಿಕಾಸದೊಂದಿಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಅಗ್ನಿ ತ್ರಿಕೋನ

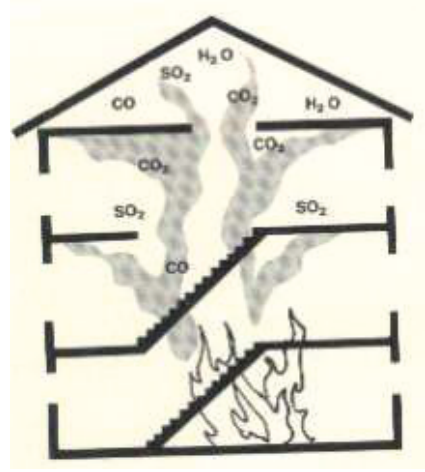


ಸುಡುವ ಹಂತಗಳು:

ಸುಡುವ ಮೂರು ಪ್ರಗತಿಯ ಹಂತಗಳು:

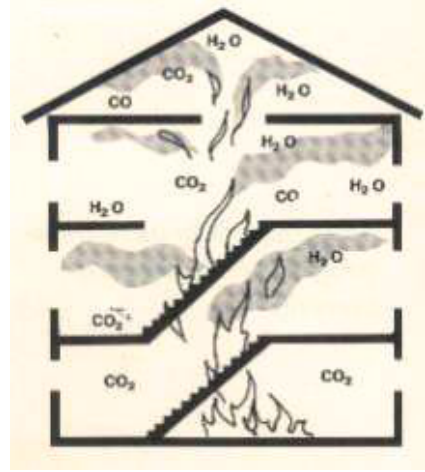
ಪ್ರಾರಂಭ ಹಂತ:

- ಆಮ್ಲಜನಕ ಹೇರಳವಾಗಿದೆ
- ತಾಪಮಾನವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗರಿಷ್ಠದವರೆಗೆ ನಿರ್ಮಿಸಿಲ್ಲ
- ಉಸಿರಾಟ ಕಷ್ಟವಲ್ಲ
- ಬೆಂಕಿ ನಂದಿಸುವಿಕೆಗಳು
- ✓ ಬೆಂಕಿಯ ತಳದಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಅನ್ವಯಿಸುವುದು.
- ✓ ವಾತಾಯನ: ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ



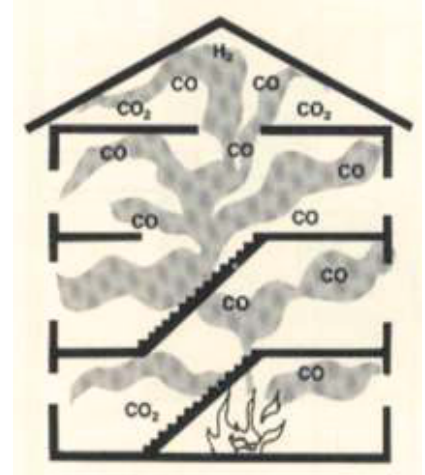
ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ಸುಡುವ ಹಂತ:

- ಬೆಂಕಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಇಂಧನವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ
- ಆಮ್ಲಜನಕ ಪೂರೈಕೆ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಿದೆ
- ಮೇಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಖ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತಿದೆ
- ಉಸಿರಾಟ ಕಷ್ಟ: ಮುಖವಾಡಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ



ಹೊಗೆಯಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಂತ:

- ಆಮ್ಲಜನಕ ಪೂರೈಕೆಯು ಬೆಂಕಿಯ ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸಮನಾಗಿಲ್ಲ
- ಕಟ್ಟಡದಾದ್ಯಂತ ತಾಪಮಾನವು ತುಂಬಾ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಉಸಿರಾಟ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ
- ಆಮ್ಲಜನಕದ ಕೊರತೆಯು ಬ್ಯಾಕ್-ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು
- ಪರೋಕ್ಷ ವಿಧಾನದಿಂದ ಬೆಂಕಿ ನಂದಿಸುವಿಕೆ



ಶಾಖಹರಡುವ ವಿಧಾನಗಳು: -

ವಾಹಕ (ಕಂಡಕ್ಷನ್) : ಇದು ಘನವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಲೋಹದ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಕನ್ವೆಕ್ಷನ್ (ಕನೇಕ್ಷನ್) : ಇದು ದ್ರವ ಮತ್ತು ಅನಿಲಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ

ವಿಕಿರಣ (ರೇಡಿಯೇಷನ್) : ಇದು ವಾಹಕವೂ ಅಲ್ಲ, ಸಂವೇದನೆಯೂ ಅಲ್ಲ. ಇವು ಬಿಸಿ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಬಿಸಿಯಾದ ಕಿರಣಗಳಾಗಿವೆ.

ಬೆಂಕಿಯ ವರ್ಗೀಕರಣ:

ವರ್ಗ "A":

ಮರ, ಕಾಗದ, ಸೆಣಬು, ಕಲ್ಲಿದ್ದಲು, ಬಟ್ಟೆ ಮುಂತಾದ ಘನ ಇಂಗಾಲಯುಕ್ತ (ಕಾರ್ಬೋನಸಿಯಸ್) ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿನ ಬೆಂಕಿ.



ವರ್ಗ "B":

ದ್ರವ ರೂಪದ ಬೆಂಕಿ- ಪೆಟ್ರೋಲ್, ಸೀಮೆ ಎಣ್ಣೆ, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್, ಬೆಂಜೀನ್ ಮುಂತಾದ ಉರಿಯುವ ದ್ರವದಲ್ಲಿನ ಬೆಂಕಿ.



ವರ್ಗ "C":

ಅನಿಲ ಬೆಂಕಿ- LPG, ಹೈಡ್ರೋಜನ್, ಅಸಿಟಲೀನ್ ಮುಂತಾದ ಅನಿಲಗಳಲ್ಲಿನ ಬೆಂಕಿ.



ವರ್ಗ "D":

ಲೋಹದ ಬೆಂಕಿ- ಸೋಡಿಯಂ, ಮೆಗ್ನೀಸಿಯಮ್, ಅಲ್ಯೂಮಿನಿಯಂ ಮುಂತಾದ



ವರ್ಗ "E":

ಲೋಹಗಳಲ್ಲಿನ ಬೆಂಕಿ. ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ಪೂರೈಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ವರ್ಗದ ಬೆಂಕಿ (ಅಂದರೆ, ವರ್ಗ A, B, C ಅಥವಾ D) ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.



ಬೆಂಕಿಯ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ

ಬೆಂಕಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ:

- ✓ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ತರಬೇತಿ .
- ✓ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯಿಂದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವಿಕೆ.
- ✓ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳ ನಿಯಮಿತ ನಿರ್ವಹಣೆ (ಪ್ರೇವೆಂಟಿವ್ ಮೇಯಿಂಟೆನೆನ್ಸ್) ಮತ್ತು ನಿಯತಕಾಲಿಕ ಲ್ಯಾಬ್ರಿಕೇಶನ್.
- ✓ ನಿಯಮಿತ ಅಗ್ನಿ ಸುರಕ್ಷತಾ ತಪಾಸಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮಾರ್ಕ್ ಡ್ರಿಲ್ ಗಳು.
- ✓ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳ ನಿರ್ವಹಣೆ
- ✓ ಪ್ರಮಾಣಿತ ಕೆಲಸದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು.

ಬೆಂಕಿ ನಂದಿಸುವ ತತ್ವಗಳು

ತಂಪಾಗಿಸುವುದು (ಕೂಲಿಂಗ್): ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ವಸ್ತು / ಬೆಂಕಿಯ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಶಾಖವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು

ಬೇಪಡಿಸುವಿಕೆ (ಸ್ಟಾರ್ವೇಶನ್): ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಇನ್ನೂ ಸುಡದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು

ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವುದು (ಸ್ಮೋತೆರಿಂಗ್): ಬೆಂಕಿ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವುದು

ತಂಪಾಗಿಸುವುದು (ಕೂಲಿಂಗ್):

- ಬೆಂಕಿ ನಂದಿಸಲು ತಂಪಾಗಿಸುವ ತತ್ವವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.
- ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ಶಾಖವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಂದಿಸುವ ಮಾಧ್ಯಮವು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.
- ಇದು ಆವಿ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಬೆಂಕಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಅಗ್ನಿಶಾಮಕಕ್ಕೆ ನೀರು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ತಂಪಾದ ಮಾಧ್ಯಮ ಆಗಿದೆ.

ನೀರು ಏಕೆ?

- ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯ.
- ವೆಚ್ಚವು ಇತರ ನಂದಿಸುವ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಗಿಂತ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ.
- ಆವಿಯಾದ ನಂತರ ಅದು ಅಗಾಧವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ; ಹೀಗಾಗಿ, ಬೆಂಕಿಯ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು.

ಬೇಪಡಿಸುವಿಕೆ (ಸ್ಟಾರ್ವೇಶನ್):

- ದಹನಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳ ನೆರೆಹೊರೆಯಿಂದ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಮೂಲಕ.
- ಬೆಂಕಿಯ ನೆರೆಹೊರೆಯಿಂದ ದಹನಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಮೂಲಕ.

ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವುದು (ಸ್ಮೋತೆರಿಂಗ್)

- ಸುಡುವ ವಸ್ತುವಿನ ತಕ್ಷಣದ ನೆರೆಹೊರೆಯ ವಾತಾವರಣದ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಅಂಶವನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ದಹನವು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.
- ಮಾಧ್ಯಮ- ನೋರೆ (ಫೋಮ್), CO₂, DCP, ಮರಳು, ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಉಪಕರಣಗಳು

ಬೆಂಕಿಯ ಆರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿದಾಗ ಈ ಉಪಕರಣಗಳು ಬಹಳ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾಗಿವೆ.

1. ಫೈರ್ ಬಕೆಟ್ ಗಳು
2. ಫೈರ್ ಬೀಟರ್
3. ರಾಸಾಯನಿಕ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕಗಳು
4. ಹೋಸ್ ರೀಲ್

ಅಗ್ನಿ ನಂದಕಗಳ ಪ್ರಕಾರ:

1. ನೀರಿನ ಪ್ರಕಾರದ ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ
2. ನೋರೆ (ಫೋಮ್) ಪ್ರಕಾರದ ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ
3. CO2 ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ
4. DCP ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ
5. ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಮಾಡ್ಯುಲರ್ ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ



1. ನೀರಿನ ಪ್ರಕಾರದ ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ

- ಇದು ಮರ, ಕಾಗದ, ಬಟ್ಟೆ, ರಬ್ಬರ್ ಮುಂತಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಗ್ನಿ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಅಗ್ನಿ ಶಾಮಕ.
- ತೈಲ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ಬಳಸಬಾರದು.
- ಹೊಡೆಯುವ, ತ್ವರಿತ ಕೂಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ತಣಿಸುವ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ನೀರು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಂದಿಸುತ್ತದೆ..

ಉಪಯೋಗಗಳು:

- ಬಳಕೆ: 'A' ಕ್ಲಾಸ್ ಫೈರ್ ನಲ್ಲಿ.
- ಬಳಸುವ ಸ್ಥಿತಿ ಕ್ರಮ: ನೆಟ್ಟಗೆ.
- ಸಾಮರ್ಥ್ಯ: 9 ಲೀಟರ್.
- ಬಳಸಿದ ರಾಸಾಯನಿಕ: ಏನಿಲ್ಲ.
- ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ನಂದಿಸುವುದು: ನೀರು.
- ಹೊರಹಾಕುವ ಏಜೆಂಟ್: CO2 ಗ್ಯಾಸ್ಕಾಟ್ರಿಡ್.
- ತತ್ವ: ತಂಪಾಗಿಸುವುದು (ಕೂಲಿಂಗ್).



2. ಫೋಮ್ ಪ್ರಕಾರದ ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ:

- ಫೋಮ್ ಚೆಲ್ಲಿದ ಮಾದರಿಯ ಬೆಂಕಿಗಳಿಗೆ (ಸ್ಪಿಲ್ ಫೈರ್) ಪ್ರಬಲವಾದ ಆಯ್ಕೆ.
- ಪೆಟ್ರೋಲ್, ಎಣ್ಣೆ, ನಾಫ್ತಾ, ಬಣ್ಣಗಳು, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಗಳು ಮತ್ತು ದ್ರಾವಕಗಳಂತಹ ದ್ರವಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.
- ಸುಡುವ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ಫೋಮ್ ನ ದಪ್ಪ ಪದರವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಉಪಯೋಗಗಳು: -

- ಬಳಕೆ: 'B' ಕ್ಲಾಸ್ ಫೈರ್ ನಲ್ಲಿ.
- ಬಳಸುವ ಸ್ಥಿತಿ ಕ್ರಮ: ನೆಟ್ಟಗೆ.
- ಸಾಮರ್ಥ್ಯ: 9 ಲೀಟರ್.
- ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಳಕೆ: ಫ್ಲೋರೋ ಕೆಮಿಕಲ್ಸ್‌ಕ್ವಾಂಟ್ಸ್.
- ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ನಂದಿಸುವುದು: ನೋರೆ.
- ಹೊರಹಾಕುವ ಏಜೆಂಟ್: ಸಿಬಿ2 ಗ್ಯಾಸ್ ಕ್ಯಾಟ್ರಿಡ್.
- ತತ್ವ: ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವುದು (ಸ್ಮೋತೆರಿಂಗ್)



3. ಇಂಗಾಲದ ಡೈಆಕ್ಸೈಡ್ (CO2) ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ:

- CO2 ಅನಿಲದ ತ್ವರಿತ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಅಗ್ನಿ ಶಾಮಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣವು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.
- B, C ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಬೆಂಕಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.
- ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಆವೃಜನಕ ಮತ್ತು ತಣ್ಣಗಾಗುವ ಪರಿಣಾಮದ ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯಿಂದ CO2 ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ನಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಉಪಯೋಗಗಳು:

- ಬಳಕೆ: 'A' ನಲ್ಲಿ, 'B' ಮತ್ತು 'C' ವರ್ಗದ ಬೆಂಕಿ.
- ಬಳಸುವ ಸ್ಥಿತಿ ಕ್ರಮ: ನೆಟ್ಟಗೆ.
- ಸಾಮರ್ಥ್ಯ: 1 ಕೆ.ಜಿ.ಯಿಂದ 6 ಕೆ.ಜಿ.
- ಬಳಸಿದ ರಾಸಾಯನಿಕ: CO2
- ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ನಂದಿಸುವುದು: CO2
- ಹೊರಹಾಕುವ ಏಜೆಂಟ್: CO2 ಅನಿಲ
- ತತ್ವ: ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ತಂಪಾಗಿಸುವುದು.

4. DCP (ಡೈ ಕೆಮಿಕಲ್ ಪೌಡರ್-ಒಣ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪುಡಿ) ಅಗ್ನಿ ನಂದಕ:

- B, C ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಬೆಂಕಿ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ಪೌಡರ್ ಆಧಾರಿತ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕವು ಗಾಳಿಯನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಉಪಯೋಗಗಳು:

- ಉಪಯೋಗ: ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗದ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ 'ಡಿ' ವರ್ಗದ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ.
- ಬಳಸುವ ಸ್ಥಿತಿ ಕ್ರಮ: ನೆಟ್ಟಗೆ.
- ಸಾಮರ್ಥ್ಯ: 1 ಕೆ.ಜಿ.ಯಿಂದ 13.5 ಕೆ.ಜಿ.
- ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಳಕೆ: DCP
- ಮಾಧ್ಯಮ ವನ್ನು ನಂದಿಸುವುದು: DCP
- ಹೊರಹಾಕುವ ಏಜೆಂಟ್: CO2 ಗ್ಯಾಸ್ ಕ್ಯಾಟ್ರಿಡ್ಜ್.
- ತತ್ವ: ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವುದು

5. ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಮಾಡ್ಯುಲರ್ ಪ್ರಕಾರದ ಅಗ್ನಿ ಶಾಮಕ:

ವಿವಿಧ ಮನೆಗಳು, ಕಚೇರಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಘಟಕಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಗದ, ಮರ, ಬಟ್ಟೆ, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಘನ ದಹನಶೀಲ ವಸ್ತು, ಪೆಟ್ರೋಲ್, ತೈಲ, ಬಣ್ಣಗಳು, ಸ್ಪರಿಟ್, ರಾಸಾಯನಿಕ, ಅಡುಗೆ, ವೆಲ್ಡಿಂಗ್ ಗ್ಯಾಸ್ ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಬೆಂಕಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.



ಬೆಂಕಿ ನಂದಿಸುವ ಉಪಕರಣಗಳ ತಪಾಸಣೆ, ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆ

1. ಉತ್ತಮ ಯೋಜಿತ ಮತ್ತು ಅನುಮೋದಿತ ನಿರ್ವಹಣಾ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ.
2. ನಿಯತಕಾಲಿಕ ತಪಾಸಣೆ / ನಿರ್ವಹಣೆ.
3. ನಿಯಮಗಳ ಪ್ರಕಾರ ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆ.

ಬೆಂಕಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವುದು:

P	Pull the pin ಪಿನ್ ಎಳೆಯಿರಿ
A	Aim low at base of flames ಜ್ವಾಲೆಯ ತಳದಲ್ಲಿ ಗುರಿ ಇಡಿ
S	Squeeze the Handle ಹ್ಯಾಂಡಲ್ ಅನ್ನು ಹಿಡಿಸಿ
S	Sweep side to side ಒಂದು ತುದಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾ ಹಿಡಿದು ಆರಿಸಿ



ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾನದಂಡ:

- ತುರ್ತು ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕಗಳ ಸ್ಥಳಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ
- ಬೆಂಕಿಯ ಗಾತ್ರವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ 'ಬೆಂಕಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ'ಯನ್ನು ಧ್ವನಿ ಮಾಡಿ
- ಹೊಗೆಯಾಡುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ
- ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿದ ಹೊರತು ಹೋರಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ:
 - ✓ ಅಲಾರಂ ಸದ್ದು ಮಾಡಿದೆ
 - ✓ ಬೆಂಕಿ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದೆ
 - ✓ ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತ ಹೊರಹೋಗುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ (ಬೆಂಕಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ತಲುಪಬಹುದು)
 - ✓ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕಗಳನ್ನು ಗಾತ್ರ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಯ ಪ್ರಕಾರಕ್ಕೆ ರೇಟ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ
 - ✓ ಸಂದೇಹವಿದ್ದರೆ, ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ!

ಸೂಚನೆ:- "ನಿಮಗೆ ತರಬೇತಿಯಾಗದ ಹೊರತು ಹೋರಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ"

ಅಗ್ನಿ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಸಲಹೆಗಳು:

1. ಹೊಗೆ ಶೋಧಕಗಳನ್ನು (ಸ್ಮೋಕ್ ಡಿಟೆಕ್ಟರ್‌ಗಳು) ಸ್ಥಾಪಿಸಿ

ನೀವು ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ, ನೀವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ಮೋಕ್ ಡಿಟೆಕ್ಟರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತ, ವಾಣಿಜ್ಯ ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಮಲಗುವ ಪ್ರದೇಶದ ಹೊರಗೆ ಡಿಟೆಕ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ.



2. ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಜಿಸಿ

- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನೀವು ವೇಗವಾಗಿ ಹೊರಹೋಗಬೇಕು.
- ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪ್ರತಿ ಕೋಣೆಯಿಂದ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ಅಡೆತಡೆಗಳಿಲ್ಲದ ನಿರ್ಗಮನಗಳನ್ನು - ಬಾಗಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.



3. ಧೂಮಪಾನಗಳ ಮೇಲೆ ಕಠಿಣತೆ

ಅಜಾಗರೂಕತೆಯ ಧೂಮಪಾನವು ಬೆಂಕಿ ಸಾವುಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ



4. ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಬೇಯಿಸಿ

- ಶಾಖದ ಮೇಲೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ
- ಅಡುಗೆಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ
- ಉರಿಯುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಶಾಖದ ಮೂಲಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿಸಿ
- ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಿ
- ತಂಗಾಳಿಯ ರೇಷ್ಮೆ ನಿಲುವಂಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಗರಿಗಳ ಬೋವಾಗಳಿಗೆ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳವಿದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಅಡುಗೆಮನೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಸಡಿಲವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಉರಿಯುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.
- ಅಡುಗೆ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ. ಅದರ ಹೊಗೆ ಬಿಂದುವನ್ನು ಮೀರಿದ ತೈಲವು ಅದರ ಫ್ಲಾಶ್ ಪಾಯಿಂಟ್ ಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಅಲ್ಲಿ ಅದು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಅಡುಗೆಮನೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ. ಕಳಪೆ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಕ್ಯಾಬಿನೆಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಸಲಕರಣೆಗಳ ಮೇಲೆ ಅಂಟುವ ಆವಿಯಾದ ಗ್ರೀಸ್ ಲೇಪನದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪದರವು ಬೆಂಕಿಯು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹರಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಲೂ ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



5. ಬೆಂಕಿ ಪೊಟ್ಟಣ ಮತ್ತು ಲೈಟರ್ ಗಳು

ಉಪಕರಣಗಳು ಆಟಕೆಗಳಲ್ಲ



6. ಬರ್ನ್ ಅನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸಿ: 10 ರಿಂದ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಸುಟ್ಟ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ತಂಪಾದ ನೀರನ್ನು ಓಡಿಸಿ. ಸುಟ್ಟ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಸುಟ್ಟು ಕರಕಲಾದರೆ, ತಕ್ಷಣವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ.



7. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿರದ ನಿರ್ಗಮನದವರೆಗೆ ತೆವಳಿರಿ: ಬೆಂಕಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಹೊಗೆ ಮತ್ತು ವಿಷಕಾರಿ ಅನಿಲಗಳು ಶಾಖದೊಂದಿಗೆ ಏರುತ್ತವೆ. ಗಾಳಿಯು ನೆಲದ ಬಳಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹೊಗೆಯ ಮೂಲಕ ತಪ್ಪಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ನೆಲದಿಂದ 12 ರಿಂದ 24 ಇಂಚುಗಳು (30 ರಿಂದ 60 ಸೆಂ.ಮೀ) ಮೇಲಕ್ಕೆ ಇರಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿರದ ನಿರ್ಗಮನದವರೆಗೆ ತೆವಳಿರಿ.



8. ನಿಲ್ಲಿ, ಬೀಳಿ, ಮತ್ತು ರೋಲ್ ಆಗಿ ನಿಮ್ಮ ಬಟ್ಟೆಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ಬಿದ್ದರೆ, ಓಡಬೇಡಿ. ನೀವಿರುವಲ್ಲಿಯೇ ನಿಲ್ಲಿ, ನೆಲಕ್ಕೆ ಬೀಳಿ, ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ಮತ್ತು ಜ್ವಾಲೆಯನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಹೊರಳಾಡಿ.



ಬೆಂಕಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು: -

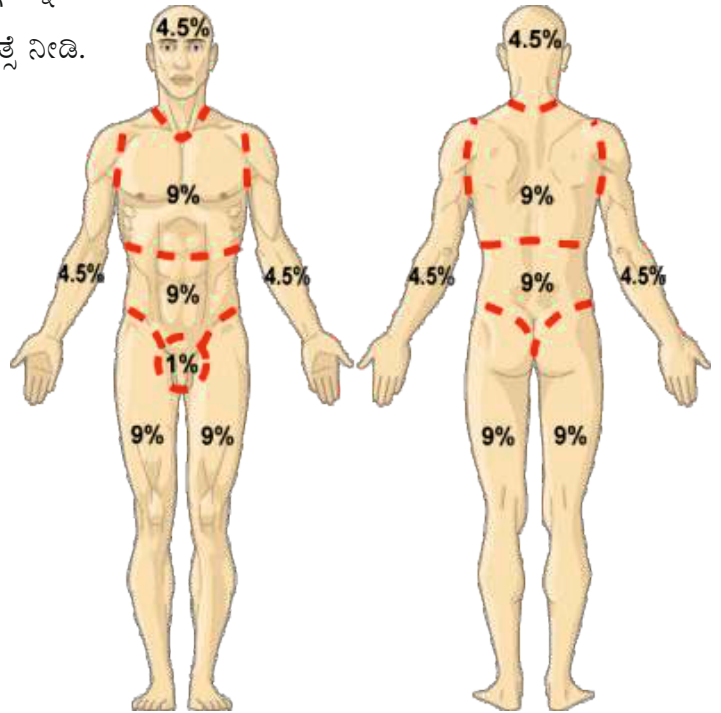
- ✓ ಚಲಿಸಬೇಡಿ
- ✓ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ✓ ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ
- ✓ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ
- ✓ ಬೆಂಕಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಿ
- ✓ ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಜಿಗಿಯಬೇಡಿ; ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಕೇತ ಅಥವಾ ಕೂಗು ಹಾಕಿ
- ✓ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅಗ್ನಿ ಶಾಮಕವನ್ನು ಬಳಸಿ
- ✓ ಸ್ನಾನಗೃಹ/ಶೌಚಾಲಯದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ
- ✓ ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ
- ✓ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಲಿಫ್ಟ್ ಬಳಸಬೇಡಿ
- ✓ ಟೆರೇಸ್ ಗೆ ಬದಲಾಗಿ ನೆಲಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ನಿರ್ಗಮಿಸಿ
- ✓ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹತ್ತಿರದ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ

ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ:

- ✓ ಬಾಗಿಲಿನ ಗ್ಯಾಪ್ ಗಳನ್ನು ಕಂಬಳಿಯಿಂದ ಅಥವಾ ರಗ್ಗುಗಳು ಅಥವಾ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಇತರ ಬಟ್ಟೆಗಳ ತುಂಡುಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ.
- ✓ ನೆಲಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರಿ
- ✓ ಕಂಬಳಿಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ, ಮತ್ತು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ.
- ✓ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ

ಸುಟ್ಟ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಸುಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಸುಟ್ಟ ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳ ಮೇಲೆ ತಣ್ಣೀರುಹರಿಸಿ. 20 ನಿಮಿಷ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಲ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಯಾವುದೇ ಹೊಗೆಯಾಡುವ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.
- ನೀವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಎದುರಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಕರಗಿದ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ, ಪ್ರದೇಶದ ಸುತ್ತಲೂ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.
- ಆರಂಭಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಲಿಪಶುಗಳು ಸುಟ್ಟಗಾಯದಿಂದ ಸಾಯುವ ಬದಲು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲಾದ ಗಾಳಿದಾರಿ, ಇನ್ವೆಲ್ ಟಾಕ್ಸಿನ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಆಘಾತದಿಂದ ಸಾಯುತ್ತಾರೆ.
- ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.
- ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರೋಟೋಕಾಲ್ಪ್ರಕಾರ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ರೋಗಿಯ ಉಸಿರಾಟವು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ಪೂರಕ ಆಮ್ಲಜನಕದೊಂದಿಗೆ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಒದಗಿಸಿ.
- 9 ನಿಯಮವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿ.
- ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳನ್ನು ಕವರ್ಮಾಡಿ. ಒಣಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಬಿಸಾಡಬಹುದಾದ ಸ್ಟೆರೈಲ್‌ಬೈಟ್‌ಗಳಿವು.
- ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗ್ರೀಸ್ ಅಥವಾ ಕೊಬ್ಬು, ಮುಲಾಮು, ಲೋಷನ್, ನಂಜುನಿರೋಧಕ ಅಥವಾ ಐಸ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ಯಾವುದೇ ಗುಳ್ಳೆಗಳನ್ನು ಮುರಿಯಬೇಡಿ. ಕಣ್ಣು ಸಹ ಸುಟ್ಟದ್ದರೆ, ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಮರೆಯದಿರಿ.
- ಎರಡನೇ ಅಥವಾ ಮೂರನೇ ಹಂತದ ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳಿರುವ ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬೆರಳಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.
- ಆರ್ಥ್ರೋಡ್ರೆಸ್ಸಿಂಗ್‌ಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರೋಟೋಕಾಲ್‌ಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಾಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.



ಒಂಬತ್ತುಗಳ ನಿಯಮ (ರೂಲ್ ಆಫ್ ನೈನ್)

ವಿಷಯ - 23

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ಎಂದರೇನು?
- » ಅರಣ್ಯಗಳ ವರ್ಗೀಕರಣ .
- » ಅರಣ್ಯ/ ಕಾಡು ಬೆಂಕಿಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
- » ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು.
- » ಅಗ್ನಿಯವರ್ಗೀಕರಣ .
- » ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು.
- » ಬೆಂಕಿ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಏನುಮಾಡಬೇಕು.



ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಅರಣ್ಯಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿವೆ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಜೀವನವನ್ನು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮಂತಗೊಳಿಸಿವೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಒಟ್ಟು ಅರಣ್ಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿ 7,12,249 ಚದರ ಕಿ.ಮೀ. ಇದು ದೇಶದ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪ್ರದೇಶದ 21.67% ಆಗಿದೆ. ಒಟ್ಟು ಕಾಡು ದೇಶದ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪ್ರದೇಶದ 2.89% ಆಗಿದೆ.

ವಿಶ್ವದ ಅನೇಕ ಕಾಡುಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಬೆಂಕಿಯು ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಅರಣ್ಯ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬೆಂಕಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಂಡಿವೆ, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಕಾಡು ಬೆಂಕಿಯ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ. ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಇಂಧನಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಮುಚ್ಚಿದ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹರಡುವ ದಹನ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬಹುದು. ಬೆಂಕಿಯು ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಮೀರಿ ಉರಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಕಾಳ್ಗಿಚ್ಚು (ವೈಲ್ಡ್ ಫೈರ್) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಐತಿಹಾಸಿಕ ಸಮಯದುದ್ದಕ್ಕೂ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚುಗಳು ಹೊತ್ತಿಕೊಂಡಿವೆ ಮತ್ತು ಕಾಡಿನ ಮೂಲಕ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಉರಿಯುತ್ತಿವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಕಾಡುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಂಕಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಸಮಾನವಾಗಿಲ್ಲ. ಬೆಂಕಿಯು ಒಂದು ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯವರ್ಗದ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ಭಯಾನಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ, ವಿಶ್ವದ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಹೆಕ್ಟೇರ್ ಕಾಡುಗಳು ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ಆಹುತಿಯಾಗುತ್ತವೆ, ಇದು ಸುಟ್ಟ ಮರಮಟ್ಟುಗಳಿಂದಾಗಿ ಅಪಾರ ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ; ಕೆಳದರ್ಜೆಯ ರಿಯಲ್ ಎಸ್ಟೇಟ್; ಬೆಂಕಿ ನಿಗ್ರಹದ ಹೆಚ್ಚಿನ ವೆಚ್ಚಗಳು; ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮತ್ತು ಜೀವ ಹಾನಿಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅರಣ್ಯಗಳ ವರ್ಗೀಕರಣ:

ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಈ ಕೆಳಗೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿರುವಂತೆ ಕಾಯ್ದಿರಿಸಲಾದ, ಸಂರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ವರ್ಗೀಕರಿಸದ ಅರಣ್ಯಗಳು ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಬಹುದು;

ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ ಅರಣ್ಯ (RF- ರಿಸರ್ವ್ ಫಾರೆಸ್ಟ್): ಭಾರತೀಯ ಅರಣ್ಯ ಕಾಯ್ದೆ ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯ ಅರಣ್ಯ ಕಾಯ್ದೆಗಳ ನಿಬಂಧನೆಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಲಾದ ಪ್ರದೇಶವು ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ ಅರಣ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಮತಿಸದಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಂರಕ್ಷಿತ ಅರಣ್ಯ (PF- ಪ್ರೋಟೆಕ್ಟೆಡ್ ಫಾರೆಸ್ಟ್): ಭಾರತೀಯ ಅರಣ್ಯ ಕಾಯ್ದೆ ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯ ಅರಣ್ಯ ಕಾಯ್ದೆಯ ನಿಬಂಧನೆಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಲಾದ ಪ್ರದೇಶ.

ವರ್ಗೀಕರಿಸದ ಅರಣ್ಯ (UF- ಅನ್ ಕ್ಲಾಸಿಫೈಡ್): ಅರಣ್ಯ ಎಂದು ದಾಖಲಾದ ಆದರೆ ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ ಅಥವಾ ಸಂರಕ್ಷಿತ ಅರಣ್ಯ ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸದ ಪ್ರದೇಶ. ಅಂತಹ ಕಾಡುಗಳ ಮಾಲೀಕತ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಯು ರಾಜ್ಯದಿಂದ ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ತ್ವರಿತ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದಾಗಿ, ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವೇಗಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಕಾಡುಗಳ ಬೆಂಕಿಯು ಸ್ವತಃ ಕಾಡುಗಳಂತೆ ಹಳೆಯದು ಅಥವಾ ಅನಾದಿ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಪ್ರಚಲಿತದಲ್ಲಿದೆ. ಅವು ಅರಣ್ಯ ಸಂಪತ್ತಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಇಡೀ ಆಡಳಿತಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯವರ್ಗಗಳಿಗೆ ಜೀವ ವೈವಿಧ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಪರಿಸರವನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೊಂದರೆಗೀಡಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.



ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ, ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಮಳೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಕಾಡುಗಳು ಶುಷ್ಕದಿಂದ ತುಂಬುತ್ತವೆ, ಅದು ಸಣ್ಣ ಕಿಡಿಯಿಂದ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಜ್ವಾಲೆಗಳಾಗಿ ಸಿಡಿಯಬಹುದು.

ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಹೂವಿನ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಜೀವವೈವಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ಅಪಾಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಂಕಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಿಧಾನಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಸಾಬೀತು ಆಗಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು ಈಗ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಾಷ್ಟ್ರದ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಉಳಿಸಲು ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಹತ್ತಿರ ಅಥವಾ ಅರಣ್ಯಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರಲ್ಲಿ.

ಅರಣ್ಯ / ಕಾಡು ಬೆಂಕಿ:

ಕಾಡು ಬೆಂಕಿ, ಇದನ್ನು ಅರಣ್ಯ ಅಥವಾ ಸಸ್ಯವರ್ಗದ ಬೆಂಕಿ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಪರಿಸರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ಕಾಡು, ಹುಲ್ಲುಗಾವಲು ಗಳಂತಹ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಅನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿ ಸುಡುವುದು ಎಂದು ವಿವರಿಸಬಹುದು. ಕಾಡು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಭೂ ತೆರವುಗೊಳಿಸುವಿಕೆ, ತೀವ್ರ ಬರಗಾಲ ಅಥವಾ ಮಿಂಚಿನ ಮೂಲಕ ಅಪರೂಪದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಆಗಬಹುದು.

ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚು ಉರಿಯಲು ಮೂರು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿವೆ: ಇಂಧನ, ಆಹ್ಲಜನಕ, ಶಾಖದ ಮೂಲ ಇಂಧನವು ಮರಗಳು, ಹುಲ್ಲುಗಳು, ಪೊದೆಗಳು, ಮನೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಬೆಂಕಿಯ ಸುತ್ತಲಿನ ಯಾವುದೇ ಉರಿಯುವ ವಸ್ತುವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ಇಂಧನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಹೆಚ್ಚಾದಷ್ಟೂ, ಬೆಂಕಿಯು ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಖದ ಮೂಲಗಳು ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಇಂಧನವನ್ನು ತಾಪಮಾನಕ್ಕೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಉರಿಯುವಷ್ಟು ಬಿಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿಂಚು, ಸುಡುವ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಗಳು, ಸಿಗರೇಟುಗಳು ಅಥವಾ ಒಣ ಎಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹರಡಿರುವ ಗಾಜಿನ ತುಂಡುಗಳು, ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ, ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯನು ಸಹ ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಶಾಖವನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಂಕಿಗಳನ್ನು ಜನರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನವ ಪ್ರೇರಣೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಭೂ ತೆರವುಗೊಳಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಕೃಷಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಜಾನುವಾರು ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ಹುಲ್ಲುಗಾವಲುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಮರರಹಿತ ಅರಣ್ಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಹೊರತೆಗೆಯುವಿಕೆ, ಕೈಗಾರಿಕಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ಪುನರ್ವಸತಿ, ಬೇಟೆ, ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿ ಹಚ್ಚುವಿಕೆ ಸೇರಿವೆ.

ಕೆಲವು ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ತಮ್ಮ ಚಲನಶೀಲತೆ, ಜೀವವೈವಿಧ್ಯ ಮತ್ತು ಉತ್ಪಾದಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚು ಪರಿಸರ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕತೆಗೆ ಮಿಶ್ರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ, ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಹೆಕ್ಟೇರ್ ಅರಣ್ಯ ಕಾಡು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಸ್ಯವರ್ಗವನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಮಾನವ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಜೀವಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಪಾರ ಆರ್ಥಿಕ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ವಿಧಗಳು

ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದೇ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಅದರ ಸ್ವಭಾವ, ಗಾತ್ರ, ಹರಡುವ ವೇಗ, ನಡವಳಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಅವು ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬಹುದು. ಮೂಲತಃ, ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಅವುಗಳ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಗಾತ್ರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳಾಗಿ ಉಪ-ಗುಂಪು ಮಾಡಬಹುದು:



a) **ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿ:** ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿಯು ಕಾಡಿನ ನೆಲದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು ಸತ್ತ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸುಡುವ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು. ಇದು ಮೇಲ್ಮೈ ಕಸ, ಕಾಡಿನ ನೆಲದ ಇತರ ಸಡಿಲ ಅವಶೇಷಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಸಸ್ಯವರ್ಗವನ್ನು ಸುಡುವ ಬೆಂಕಿಯ ವಿಧವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಇದು ಕಾಡಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಗೆ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದರೆ, ಈ ಬೆಂಕಿಯು ನೆಲದ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಸುಡುತ್ತದೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಕಾಡಿನ ಕೆಳಮತ್ತು ಮಧ್ಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ.

b) **ಭೂಗತ ಬೆಂಕಿ:** ಕಡಿಮೆ ತೀವ್ರತೆಯ ಬೆಂಕಿ, ಅರಣ್ಯ ನೆಲದ ಮೇಲ್ಮೈ ಕಸದ ಕೆಳಗೆ ಸಾವಯವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಭೂಗತ ಬೆಂಕಿ ಎಂದು ಉಪ-ಗುಂಪುಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ದಟ್ಟ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಖನಿಜ ಮಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಸಾವಯವ ದ್ರವ್ಯದ ದಪ್ಪ ಕವಚಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಆವರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಈ ಬೆಂಕಿ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಈ ಬೆಂಕಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭೂಗತವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಮೈಯಿಂದ ಕೆಲವು ಮೀಟರ್ ಗಳಷ್ಟು ಕೆಳಗೆ ಉರಿಯುತ್ತವೆ. ಈ ಬೆಂಕಿಯು ಬಹಳ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ರೀತಿಯ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ತಿಂಗಳುಗಳವರೆಗೆ ಉರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರಬಹುದು ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಸಸ್ಯಜನ್ಯ ಹೊದಿಕೆಯನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯ ಬೆಂಕಿಯ ಮತ್ತೊಂದು ಪರಿಭಾಷೆ ಮಕ್ ಬೆಂಕಿ.

c) **ನೆಲದ ಬೆಂಕಿ:** ನೆಲದ ಬೆಂಕಿ ಮತ್ತು ಭೂಗತ ಬೆಂಕಿಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಸ್ಪಷ್ಟ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಹೊಗೆಯಾಡುತ್ತಿರುವ ಭೂಗತ ಬೆಂಕಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೆಲದ ಬೆಂಕಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬೆಂಕಿಯು ಬೇರು ಮತ್ತು ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕೆಳಗೆ ಸುಡುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ, ಅರಣ್ಯ ನೆಲದ ಮೇಲಿನ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಕೊಳೆಯುವವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಾವಯವ ವಸ್ತುಗಳ ಪದರವನ್ನು ಸುಡುತ್ತದೆ. ಅವು ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಿವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಸಸ್ಯವರ್ಗವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶಪಡಿಸಬಹುದು. ಈ ಬೆಂಕಿಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಷ್ಟ ಮತ್ತು ಕನಿಷ್ಠ ಅದ್ಭುತ ಮತ್ತು ನಿಧಾನಗತಿಯ ಚಲನೆ. ಅಂತಹ ಬೆಂಕಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ.

d) **ಕ್ರೌನ್ ಬೆಂಕಿ:** ಕ್ರೌನ್ ಫೈರ್ ಮರಗಳ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಸುಡುವ ಮತ್ತು ಗಾಳಿಯಿಂದ ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡುವ ಅತ್ಯಂತ ಊಹಿಸಲಾಗದ ಬೆಂಕಿಯಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬೆಂಕಿಗಳು ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಉರಿಯುತ್ತವೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಅದ್ಭುತ ರೀತಿಯ ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ, ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮರಗಳು ಅಥವಾ ಪೊದೆಗಳ ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ, ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿಯ ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ದಟ್ಟವಾದ ಕೋನಿಫೆರಸ್ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ, ಕಿರೀಟದ ಬೆಂಕಿಯು ಚುರುಕಾದ ಗಾಳಿಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಂಕಿಗಿಂತ ಮುಂದೆ ಓಡಬಹುದು. ಇದು ನೆಲದ ಬಲದ ತಲೆಯಮೇಲೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ಮತ್ತೆ ನೆಲಕ್ಕೆ ಬೀಳುವವರೆಗೆ ಅನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೇಗವಾಗಿ ಚಲಿಸುವುದರಿಂದ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸುಡುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಗಂಭೀರ ಅಪಾಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ಕಾರಣಗಳು

95% ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚುಗಳು ಮನುಷ್ಯನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಅಥವಾ ತಿಳಿಯದೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಉಳಿದ ಬೆಂಕಿಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ, ಅಂದರೆ ಮಿಂಚು, ತಾಪಮಾನದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಏರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಬಹಳ ವಿರಳ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ, ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಗೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳು ಮಾನವಜನ್ಯ. ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳು ದೂರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಮೂಲತಃ ಮೂರು ಘಟಕಗಳಿವೆ, ಅಂದರೆ, ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಸಂಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಇಂಧನ, ಶಾಖ ಮತ್ತು ಆಮ್ಲಜನಕದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಘಟಕಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯು "ಅಗ್ನಿ ತ್ರಿಕೋನ"ವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಅಗ್ನಿ ತ್ರಿಕೋನದ ಮೂರು ಅಗತ್ಯ ಘಟಕಗಳಲ್ಲಿ, ಎರಡು ಘಟಕಗಳು ಅಂದರೆ, ಇಂಧನ ಮತ್ತು ಆಮ್ಲಜನಕವು ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದು ಮೂರನೇ ಘಟಕವಾಗಿದೆ, ಅಂದರೆ, ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಶಾಖ. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಕೃತಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಶಾಖವನ್ನು ಪೂರೈಸಬಹುದು.

ಶಾಖದ ಮೂಲವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಕೃತಕ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಬಹುದು. ಸಿಡಿಲು, ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟ, ಉರುಳುವ ಕಲ್ಲಿನ ಘರ್ಷಣೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಗೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ; ಮಾನವಜನ್ಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಎರಡು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು, ಅಂದರೆ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಕಾರಣಗಳು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು

ಭಾರತವು ವಿಶ್ವದ ಬೃಹತ್ ಜೈವಿಕ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ, ಇದು ಅನನ್ಯ ಮತ್ತು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಹೂವಿನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿ ಸಂಪತ್ತಿನೊಂದಿಗೆ ಹೇರಳವಾಗಿದೆ. ದೇಶದ ಒಟ್ಟು ದಾಖಲಾದ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶ 7,64,566 ಚದರ ಕಿಲೋಮೀಟರ್.

ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ, ವಿಶ್ವದ ಈ ಅನುಕರಣೀಯ ಭೂ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಅದರ ಉಳಿವಿಗಾಗಿ ಹೆಣಗಾಡುತ್ತಿದೆ. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅರಣ್ಯ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮಾನವ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವು ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಭಾರತದ ಅರಣ್ಯಗಳ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಭಾಗವು ಬೆಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ಕಾಲ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇಲ್ಲ.

ಸಸ್ಯವರ್ಗ, ಹವಾಮಾನ ಮತ್ತು ಇತರವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ಬೆಂಕಿಯ ಋತುವು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಶದ ಪ್ರಮುಖ ಅರಣ್ಯ ಬೆಂಕಿಯ ಋತುವು ಫೆಬ್ರವರಿಯಿಂದ ಜೂನ್ ವರೆಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಕೆಲವು ಕಾಡುಗಳು ವರ್ಷವಿಡೀ ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಲ್ಲ. ಇಂಡಿಯಾ ಸ್ಟೇಟ್ ಆಫ್ ಫಾರೆಸ್ಟ್ ರಿಪೋರ್ಟ್ (ISFR) 2015ರ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರಿ, ಮಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಸೌಮ್ಯ ಬೆಂಕಿಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅಂದಾಜು ಬೆಂಕಿ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳು 2.40 %, ಕ್ರಮವಾಗಿ 7.49 % ಮತ್ತು 54.40 %, ಒಟ್ಟು ದಾಖಲಾದ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶದ 64.29 % ಒಟ್ಟು ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ದೇಶದ ದೊಡ್ಡ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹರಡಿರುವ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಗೆ ಅಪಾರ ನಷ್ಟವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನ ಪರಿಸರ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಬಹುದು: ಮರಮಟ್ಟಗಳ ನಷ್ಟ,

ಜೈವಿಕ ನಷ್ಟ-ವೈವಿಧ್ಯತೆ, ಕಾಡು ಜೀವ ಆವಾಸಸ್ಥಾನದ ನಷ್ಟ, ಜಾಗತಿಕ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆ, ಮಣ್ಣಿನ ಸವೆತ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಗುಣಮಟ್ಟ ಕ್ಷೀಣಿಸುವುದು, ಇಂಧನ ಮರ ಮತ್ತು ಮೇವಿನ ನಷ್ಟ, ನೀರು ಮತ್ತು ಇತರ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ, ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮನರುತ್ತಾದನೆಯ ನಷ್ಟ, ಟೆಂಬರ್ ಅಲ್ಲದ ಅರಣ್ಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ನಷ್ಟ, ಓರೋನ್ ಪದರ ಕ್ಷೀಣಿಸುವುದು, ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹವಾಮಾನದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆ, ಹೊಗೆಯಿಂದಾಗಿ ಇತರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಮಣ್ಣಿನ ಸವಕಳಿ ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಹ, ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅದರ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರಿಗೆ ಜೀವನೋಪಾಯದ ನಷ್ಟ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ಕಾರಣಗಳು

- ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳು- ಅನೇಕ ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಿಂಚು ಮರಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ಹಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಮಳೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಾನಿ ಯಾಗದಂತೆ ಇಂತಹ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಂದಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವಾತಾವರಣದ ತಾಪಮಾನ ಮತ್ತು ಶುಷ್ಕತೆ (ಕಡಿಮೆ ತೇವಾಂಶ) ಬೆಂಕಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲು ಅನುಕೂಲಕರ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.
- ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಕಾರಣಗಳು- ಬೆತ್ತಲೆ ಜ್ವಾಲೆ, ಸಿಗರೇಟು ಅಥವಾ ಬೀಡಿ, ವಿದ್ಯುತ್ ಕಿಡಿ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಜ್ವಾಲೆಯ ಮೂಲದಂತಹ ಬೆಂಕಿಯ ಮೂಲವು ಉರಿಯುವ ವಸ್ತುವಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಬೆಂಕಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಿತ ಕಾರಣಗಳು ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಇವು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಅಥವಾ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಲ್ಲ, ಅಂದರೆ,

- ಸಾಗುವಳಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಶತಮಾನಗಳ ಹಳೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ.
- ಕಾಡಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಸಿಗರೇಟ್ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಎಸೆಯುವ ಜನರಿಂದ ಬೆಂಕಿ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.
- ಕಾಡುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಗ್ರಾಮಸ್ಥರ ಬೆಂಕಿಯ ಬಳಕೆ.
- ಮನರಂಜನಾ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಡಿನ ಸುತ್ತಲೂ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಂಕಿ ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ.

ಜಾನುವಾರುಗಳನ್ನು ಮೇಯಿಸಲು, ಇಂಧನ ಮರ, ಮರಮಟ್ಟು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಣ್ಣ ಅರಣ್ಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಜನರು ಕಾಡುಗಳನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ 90% ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತವೆಂದು ಅಂದಾಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕಾಡಿನ ಬೆಂಕಿಯ ಕಾರಣಗಳು ವೇಗವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮಾನವ ಮತ್ತು ಜಾನುವಾರು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಪರಿಸರದ ಕಾರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಾಪಮಾನ, ಗಾಳಿಯ ವೇಗ ಮತ್ತು ದಿಕ್ಕು, ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ತೇವಾಂಶದ ಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಬಣ ಹವೆ ಅವಧಿಯಂತಹ ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ.

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಹೇಗೆ?

- ಯಾರೂ ಗಮನಿಸದ ಅಥವಾ ನಿಯಂತ್ರಣವಿಲ್ಲದ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಇಲಾಖೆ ಅಥವಾ ಪಾರ್ಕ್ ಸೇವೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
- ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಅನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ. ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂದಿಸಿ ನಂತರ ಬೂದಿಯನ್ನು ತಣ್ಣಗಾಗುವವರೆಗೆ ಕಲಕುವ ಮೂಲಕ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ಶಿಬಿರದಿಂದ ಹೊರಡುವ ಮೊದಲು ನೀರಿನಿಂದ ಅದನ್ನು ಆರಿಸಿ.
- ಕ್ಯಾಂಪಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಲ್ಯಾಂಟನ್ ಗಳು, ಒಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೀಟರ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಮತ್ತು ಇಂಧನ ವನ್ನು ತುಂಬುವಾಗ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ. ಇಂಧನ ತುಂಬಿಸುವ ಮೊದಲು ಲೈಟಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಹೀಟಿಂಗ್ ಸಾಧನಗಳು ತಂಪಾಗಿವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉರಿಯುವ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಚೆಲ್ಲುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಉಪಕರಣಗಳಿಂದ ಇಂಧನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
- ಸಿಗರೇಟುಗಳು, ಬೆಂಕಿಪೊಟ್ಟಣಗಳು ಮತ್ತು ಧೂಮಪಾನ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಚೆಲಿಸುವ ವಾಹನಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಪಾರ್ಕ್ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ತ್ಯಜಿಸಬೇಡಿ. ಸಿಗರೇಟುಗಳನ್ನು ಎಸೆಯುವ ಮೊದಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂದಿಸಿ..

- ಅಂಗಳದ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಸುಡುವಾಗ ಸ್ಥಳೀಯ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಗಾಳಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿತ್ತಲು ಸುಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ, ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಸಲಿಕೆ, ನೀರು ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿ ಯನ್ನು ರಿಟಾರ್ಡೆಂಟ್ ಇರಿಸಿ. ಸುಡುವಾಗ ಅಂಗಳದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ದಹನಕಾರಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.

ಸ್ಥಳಾಂತರ ಸಲಹೆಗಳು

- ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ಮಾಡಿ.
- ಸಮಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಚೆಕ್ ಲಿಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸರಬರಾಜುಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ.
- ಹಾರುವ ಕಿಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೂದಿಯಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ನೀವು ಹೊರಡುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ.
- ಉರುವಲು, ಅಂಗಳದ ತ್ಯಾಜ್ಯ, ಬಾರ್ಬೆಕ್ಯೂ ಗ್ರಿಲ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಇಂಧನ ಕ್ಯಾನ್ ಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ದಹನಶೀಲಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಅಂಗಳದಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.
- ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಅನ್ನು ತಡೆಯಲು ಎಲ್ಲಾ ಕಿಟಕಿಗಳು, ವೆಂಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅನಿಲ, ಪ್ರೋಪೇನ್ ಅಥವಾ ಇಂಧನ ತೈಲ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಸ್ಥಗಿತಗೊಳಿಸಿ.
- ಯಾವುದೇ ದೊಡ್ಡ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಕೊಳಗಲು, ಬಿಸಿ ಟಬ್ ಗಳು, ಕಸದ ಡಬ್ಬಿಗಳು ಅಥವಾ ಟಬ್ ಗಳನ್ನು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಲು ಅಥವಾ ನಿರುತ್ಸಾಹಗೊಳಿಸಲು ನೀರಿನಿಂದ ತುಂಬಿಸಿ.

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ

- ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಮೀರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಬದಲಾಗಿ, ಕೊಳ ಅಥವಾ ನದಿಯಂತಹ ನೀರಿನ ಜಲರಾಶಿಯನ್ನು ನೋಡಿ.
- ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ನೀರು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಸ್ಯವರ್ಗವಿರುವ, ಖಾಲಿ, ತೆರವುಗೊಳಿಸಿದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ, ಕೆಳಗೆ ಮಲಗಿ, ಮತ್ತು ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆ, ಕಂಬಳಿ ಅಥವಾ ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ಬೆಂಕಿ ಹಾದುಹೋಗುವವರೆಗೂ ಹಾಗೆ ಇರಿ.
- ಹೊಗೆಯನ್ನು ಉಸಿರಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು, ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೆಲಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಉಸಿರಾಡುವ ಮೂಲಕ, ತೇವಾಂಶಭರಿತ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ.

ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಅಗ್ನಿ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ನೀವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ.

- ಕ್ಯಾಂಪ್‌ಫೈರ್ ಅನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಗಮನಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಹತ್ತಿದಾಗಿನಿಂದ ಅದನ್ನು ನಂದಿಸುವವರೆಗೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಿರುಗಿಸಲು ಅನುಮತಿಸದ ಹೊರತು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಡಿ.
- ನೀವು ಬೆಂಕಿಯ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವಾಗ ಯಾವಾಗಲೂ ವಯಸ್ಕರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.
- ಬಂಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಮರಳಿನ ಮೇಲೆ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ.
- ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಸುತ್ತಲೂ ಬಂಡೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಹೋದಾಗ, ಬಂಡೆಗಳು ಮಾಡಬಹುದು
- ಇನ್ನೂ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಮರದ ಸಣ್ಣ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮರೆಮಾಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಅನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಿ.

- ಮರಗಳ ಕೆಳಗೆ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಡಿ.
- ಯಾವಾಗಲೂ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಬಳಿಬಂದು ಬಕೆಟ್ಟೀರುಮತ್ತುಸಲಿಕೆಯನ್ನುಬಿಡಿ.
- ನೀವು ಅದನ್ನು ಬಿಡುವಮೊದಲುನಿಮ್ಮ ಬೆಂಕಿಆರಿಹೋಗುವುದನ್ನುಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಅನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂದಿಸಲು ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಅನ್ನು ನಂದಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗ ಇಲ್ಲಿದೆ (ವಯಸ್ಕರು ಇದನ್ನು ಮಾಡಿ)

1. ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈರ್ ಮೇಲೆ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ
2. ಬೂದಿಯನ್ನು ಕೋಲಿನಿಂದ ಕಲಕಿ
3. ಅದರ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ

ಈ ಮೂರು ಹಂತಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿತಿಸಿ...

1. ಚಿತಾಭಸ್ಮವು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಹಿಸ್ಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ
2. ಎಲ್ಲವೂ ತೇವವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ
3. ಇನ್ನು ಬೂದಿಯಿಂದ ಹೊಗೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ

- ಬೂದಿ ಇನ್ನೂ ಬೆಚ್ಚಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಲು ವಯಸ್ಕರು ತಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಅದರ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವು ಇದ್ದರೆ, ಅವು ತಣ್ಣಗಾಗುವವರೆಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ.
- ಬೆಂಕಿ ಕಡ್ಡಿಗಳು ಅಥವಾ ಪಟಾಕಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ಆಡ ಬೇಡಿ. ಧೂಮಪಾನದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರಗಿಡಿ.
- ಬೆಂಕಿ ನಿಯಂತ್ರಣ ತಪ್ಪಿ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
- ದಯವಿಟ್ಟು ಅಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಡಿ. ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಅನೇಕ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚುಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದು ಮಾನವನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯದ ಕಾರಣ.
- ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಮರಗಳ ಮನೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನಿಮ್ಮಭಾಗವನ್ನು ಮಾಡಿ.

ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರಣ್ಯ ಬೆಂಕಿ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಹೆಗಳು

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿಗೆ ಮೊದಲು

- ಬೆಂಕಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕೆಲಸಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ.
- ತಯಾರಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು, ನೀವು ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಸಂವಹನ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.
- ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಮತ್ತು ಭೂದೃಶ್ಯಮಾಡಿ.
- ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಇಂಧನಗೊಳಿಸುವ ಬದಲು ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
- ವಾಸದ ಛಾವಣಿ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ರಚನೆಯಮೇಲೆ ಬೆಂಕಿ ನಿರೋಧಕ ಅಥವಾ ದಹನ ಶೀಲವಲ್ಲದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಅಥವಾ ಛಾವಣಿಗಳು, ಸೈಡಿಂಗ್, ಡೆಕಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಟ್ರಿಮ್ ನಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಮರ ಅಥವಾ ದಹನಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಾಗಿ ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಿಂದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲಾದ ಬೆಂಕಿ-ರಿಟಾರ್ಡೆಂಟ್ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ.

- ಬೆಂಕಿ ನಿರೋಧಕ ಪೊದೆಗಳು ಮತ್ತು ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡಿರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಗಟ್ಟಿಮರದ ಮರಗಳು ಪೈನ್, ನಿತ್ಯಹಸಿರು, ನೀಲಗಿರಿ ಅಥವಾ ಫಿರ್ ಮರಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ದಹನಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.
- ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಭಾವಣಿ ಮತ್ತು ಗಟಾರಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ಬಾರಿ ಚಿಮಣಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ. ಡಾಂಪರ್ ಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಚಿಮಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ರೇ ಪೈಪ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ಪಾರ್ಟ್ ಅರೆಸ್ಟ್ ನೊಂದಿಗೆ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿ (ನಿಖರವಾದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟತೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.)
- ಮುಖಮಂಟಪಗಳು, ಡೆಕ್ ಗಳು, ನೆಲದ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಕೆಳಗೆ 1/8-ಇಂಚಿನ ಮೆಶ್ ಪರದೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಮಹಡಿಗಳು, ಭಾವಣಿ ಮತ್ತು ಅಟ್ಟಕ್ಕೆ ಪರದೆ ತೆರೆಯುತ್ತದೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲೂ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಲಗುವ ಕೋಣೆಗಳ ಬಳಿ ಡ್ಯುಯಲ್-ಸೆನ್ಸರ್ ಸ್ಮೋಕ್ ಅಲಾರಂ ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ; ಮಾಸಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಬಾರಿ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ.
- ಪ್ರತಿ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಅಗ್ನಿ ಶಾಮಕವನ್ನು (ABC ಪ್ರಕಾರ) ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಕಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಇಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ.
- ಬೆಂಕಿ ಸಾಧನಗಳಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಸುಲಭವಾದ ಗೃಹೋಪಯೋಗಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ: ರೇಕ್, ಕೊಡಲಿ, ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸಾ ಅಥವಾ ಚೈನ್ ಗರಗಸ, ಬಕೆಟ್ ಮತ್ತು ಸಲಿಕೆ.
- ಭಾವಣಿಯನ್ನು ತಲುಪುವ ಏಣಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಶರ್ಟ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಭಾರೀ ಬೆಂಕಿ ನಿರೋಧಕ ಡ್ರೇಪ್ ಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
- ಮರದ ರಾಶಿಗಳು, ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿನ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಬಾರ್ಬೆಕ್ಯೂ ಗ್ರಿಲ್ ಗಳು, ಟಾರ್ಪ್ ಹೊದಿಕೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಮನೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಸುಡುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸಮರ್ಥನೀಯ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಸರಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ

- ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕೊಳ, ನೀರಿನ ತೊಟ್ಟಿ, ಬಾವಿ, ಈಜುಕೊಳ ಅಥವಾ ಹೈಡ್ರಂಟ್ ನಂತಹ ಸಾಕಷ್ಟು ಹೊರಗಿನ ನೀರಿನ ಮೂಲವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ಮನೆಯ ಯಾವುದೇ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಯ ಮೇಲಿನ ಇತರ ರಚನೆಗಳನ್ನು ತಲುಪುವಷ್ಟು ಉದ್ದವಾದ ತೋಟದ ಕೊಳವೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.
- ಮನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಯ ಇತರ ರಚನೆಗಳ ಬಳಿ ಫೀಜ್-ಪ್ರೂಫ್ ಬಾಹ್ಯ ನೀರಿನ ಮಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ. ಮನೆಯಿಂದ ಕನಿಷ್ಠ 50 ಅಡಿ ದೂರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ.
- ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪೋರ್ಟಲ್ ಗ್ಯಾಸೋಲಿನ್ ಚಾಲಿತ ಪಂಪ್ ಅನ್ನು ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನ ನಂತರ

- ಬೆಂಕಿಯ ನಂತರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನವು ಮಾರ್ಗ ಸೂಚಿಗಳಾಗಿವೆ:
- ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವುದು ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ ನಿಯೋಜಿತ

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ.

- ನೀವು ಸುಟ್ಟ ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದರೆ, ಅಥವಾ ನೀವೇ ಸುಟ್ಟ ಸಂತ್ರಸ್ತರಾಗಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ; ಮತ್ತಷ್ಟು ಗಾಯ ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ತಂಪಾದ ಮತ್ತು ಕವರ್ ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳು.
- ನೀವು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರೆ, ಬೆಂಕಿ ಅಪಾಯ ಹಾದುಹೋದ ತಕ್ಷಣ ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಯಾವುದೇ ಛಾವಣಿಯ ಬೆಂಕಿ, ಕಿಡಿಗಳು ಅಥವಾ ಬೆಂಕಿಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ. ಗುಪ್ತ ಸುಡುವ ಕಿಡಿಗಳಿಗಾಗಿ ಅಟ್ಟಣೆಗೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ಬೆಂಕಿಯ ನಂತರ ಹಲವಾರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ, "ಫೈರ್ ವಾಚ್" ಅನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಮನೆಯಾದ್ಯಂತ ಹೋಗಿ ಮತ್ತು ಕಿಡಿಗಳಿಗಾಗಿ ಮರು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ನೀವು ಸ್ಥಳಾಂತರಗೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಅದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವವರೆಗೂ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಡಿ.
- ಕಟ್ಟಡ ಇನ್ಸ್ ಪೆಕ್ಟರ್ ಮನೆಯ ಮೇಲೆ ಬಣ್ಣ-ಕೋಡ್ ಮಾಡಿದ ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ಇರಿಸಿದ್ದರೆ, ಚಿಹ್ನೆಯ ಅರ್ಥವೇನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವೇ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ, ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವವರೆಗೆ ಅದನ್ನು ನಮೂದಿಸಬೇಡಿ.
- ಕಟ್ಟಡವು ಅಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕಟ್ಟಡ ಇನ್ಸ್ ಪೆಕ್ಟರ್ ಹೇಳುವದರಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ನೀವು ನಂಬುವ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೇಳಿ.
- ಸುಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವಾಗ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ ಏಕೆಂದರೆ ಅಪಾಯಗಳು ಇನ್ನೂ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರಬಹುದು, ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟ್ ಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ, ಇದು ಯಾವುದೇ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಭುಗಿಲೇಳಬಹುದು.
- ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವಾಗ ಶಾಖ ಅಥವಾ ಹೊಗೆಯನ್ನು ನೀವು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ.
- ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಥವಾ ಬಲವಾದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಇದು ಹಲವಾರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ತೀವ್ರ ಶಾಖವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ತಣ್ಣಗಾಗುವ ಮೊದಲು ಬಾಗಿಲು ತೆರೆದರೆ, ವಸ್ತುಗಳು ಬೆಂಕಿಗೆ ಸಿಡಿಯಬಹುದು.
- ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಅಥವಾ ಬಿದ್ದ ವಿದ್ಯುತ್ ತಂತಿಗಳು, ಕಂಬಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದ ತಂತಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಬೂದಿ ಗುಂಡಿಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಗುಂಡಿಗಳನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸುವಂತೆ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿ.
- ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನೇರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲ ಇರಿಸಿ.
- ಗುಪ್ತ ಬೆಂಕಿ ಮತ್ತು ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟ್ ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳ ಪಾದಗಳು ಅಥವಾ ಗೊರಸುಗಳನ್ನು ಸುಡಬಹುದು.
- ಬೆಂಕಿಯ ಬೂದಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮುಖವಾಡಗಳ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ಉಸಿರಾಟದ ಧೂಳಿನ ಕಣಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಒದ್ದೆ ಅವಶೇಷಗಳು ಕೆಳಗೆ.
- ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಚರ್ಮದ ಕೈಗವಸುಗಳು ಮತ್ತು ಭಾರವಾದ ಸೋಲ್ಡೋ ಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ಅಪಾಯವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ಪೇಂಟ್, ಬ್ಯಾಟರಿಗಳು ಮತ್ತು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಇಂಧನ ಕಂಟೇನರ್ ಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ.
- ಶಾಖ, ಹೊಗೆ ಅಥವಾ ಮಸಿಗೆ ಒಡ್ಡಿದ ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ.

- ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಲು, ಹಲ್ಲುಜ್ಜಲು, ಆಹಾರವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು, ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಲು, ಐಸ್ ತಯಾರಿಸಲು ಅಥವಾ ಮಗುವಿನ ಸೂತ್ರವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಕಲುಷಿತವಾಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುವ ನೀರನ್ನು ಬಳಸ ಬೇಡಿ.
- ಶಾಂತವಾಗಿರಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ವೇಗಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಇತರ ಜನರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಜನರು ನಿಮಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ, ಮತ್ತು ಮೊದಲು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ನಿಭಾಯಿಸಿ.

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ

- ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ವಿಪತ್ತು ಸರಬರಾಜು ಕಿಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಯ ಅಪಾಯದಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
- ಬೆಂಕಿ ಮತ್ತು ಹೊಗೆಯ ವೇಗ ಮತ್ತು ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.
- ನೀವು ಯಾವಾಗ ಹೊರಟಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಹೇಳಿ.
- ನೀವು ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ನೋಡಿದರೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಆದೇಶಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸದಿದ್ದರೆ, 101 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ಈಗಾಗಲೇ ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಕರೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಡಿ. ಬೆಂಕಿಯ ಸ್ಥಳವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಮತ್ತು ಡಿಸ್ಟಾಚರ್ ಕೇಳಿದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ.
- ನೀವು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಆದೇಶಿಸದಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಸಮಯವಿದ್ದರೆ, ಅರಣ್ಯ ಇಲಾಖೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತದೆ:
- ಹೊರಗಿನ ಸ್ನೇಹಿತ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ವಸತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿ
- ನೀವು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆದರಿಕೆಯ ಪ್ರದೇಶ.
- ಹೊರಗೆ ಇದ್ದಾಗ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ - ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಬೂಟುಗಳು, ಹತ್ತಿ ಅಥವಾ ಉಣ್ಣೆಬಟ್ಟೆಗಳು, ಉದ್ದ ಪ್ಯಾಂಟ್ ಗಳು, ಉದ್ದ ತೋಳಿನ ಶರ್ಟ್, ಕೈಗವಸುಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಕರವಸ್ತ್ರ.
- ರೇಕ್, ಕೊಡಲಿ, ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸಾ ಅಥವಾ ಬೈನ್, ಬಕೆಟ್ ಮತ್ತು ಸಲಿಕೆಯಂತಹ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
- ಅಟ್ಟದ ಹೊರಗೆ, ಈವಳು ಮತ್ತು ನೆಲಮಾಳಿಗೆಯ ವೆಂಟ್ ಗಳು, ಕಿಟಕಿಗಳು, ಬಾಗಿಲುಗಳು, ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ಉರಿಯುವ ಡ್ರೇಪ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಪರದೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ಕಾಂತಿಯುತ ಶಾಖವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಎಲ್ಲಾ ಶರ್ಟ್ ಗಳು, ಬೈಂಡ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಭಾರವಾದ ದಹನಶೀಲವಲ್ಲದ ಕಿಟಕಿ ಹೊದಿಕೆಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಅನ್ನು ತಡೆಯಲು ಮನೆಯ ಒಳಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ನಿಮ್ಮ ಬೆಂಕಿಗೂಡಿನ ಮೇಲೆ ಡಾಂಪರ್ ತೆರೆಯಿರಿ, ಆದರೆ ಬೆಂಕಿಗೂಡು ಪರದೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅನಿಲ, ಪ್ರೊಪೇನ್ ಅಥವಾ ಇಂಧನ ತೈಲ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಸ್ಥಗಿತಗೊಳಿಸಿ.
- ಉದ್ಯಾನದ ಕೊಳವೆಗಳನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಕೊಳಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಕೊಳಗಳು, ಹಾಟ್ ಟಬ್ ಗಳು, ಕಸದ ಡಬ್ಬಗಳು, ಟಬ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ದೊಡ್ಡ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತುಂಬಿಸಿ.
- ಭಾವಣಿಯ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ನೆಲದ ಮೇಲಿನ ಇಂಧನ ಟ್ಯಾಂಕ್ ಗಳ ಬಳಿ ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿನ ಸ್ಪ್ರಿಂಕ್ಲರ್ ಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ. ಸ್ಪ್ರಿಂಕ್ಲರ್ ಗಳನ್ನು ಬಿಡಿ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕಾಲ ಈ ರಚನೆಗಳನ್ನು ಡೌಸಿಂಗ್ ಮಾಡಿ.
- ನೀವು ನೀರಿಗೆ ಅನಿಲ ಚಾಲಿತ ಪಂಪ್ ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅವು ಇಂಧನ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- ಸ್ವಪ್ನ ನೋಟದಲ್ಲಿ ಮನೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಏಣಿಯನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ಯಾವುದೇ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಗ್ಯಾರೇಜ್ ಬಾಗಿಲು ಓಪನರ್ ಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಕಡಿತಗೊಳಿಸಿ, ಇದರಿಂದ ವಿದ್ಯುತ್ ಹೊರಗೆ ಹೋದರೆ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಕೈಯಿಂದ ತೆರೆಯಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಗ್ಯಾರೇಜ್ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ಬೆಲೆಬಾಳುವ ಕಾಗದಪತ್ರಗಳು, ಸ್ಮರಣಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು "ನೀವು ಇಲ್ಲದೆ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ" ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಗ್ಯಾರೇಜ್ ನಲ್ಲಿ ಕಾರಿನೊಳಗೆ ಇರಿಸಿ, ತ್ವರಿತ ನಿರ್ಗಮನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿ. ಇನ್ನೂ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಯಾವುದೇ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು.
- ನೀರಿನಿಂದ ಹಾನಿಯಾಗದ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೊಳಲಥವಾ ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.
- ಕಿಟಕಿಗಳು ಮತ್ತು ಜಾರುವ ಗಾಜಿನ ಬಾಗಿಲುಗಳಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿ ದಹನಕಾರಿ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ನಿವಾಸದ ಮಧ್ಯಭಾಗಕ್ಕೆ ಸರಿಸಿ.
- ಹೊರಗಿನ ದೀಪಗಳನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಭಾರವಾದ ಹೊಗೆಯಲ್ಲಿ ಮನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಗೋಚರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರತಿ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಬಿಡಿ.

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ನಿಯಂತ್ರಣ ತಂತ್ರಗಳು

1. ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆ

ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚು ನಿಗ್ರಹ ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಗಳ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಬೆಂಕಿ ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಬಳಸುವ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತಗಡಿಗಳು. ಕಲ್ಲಿನ ಏಣು ಅಥವಾ ನದಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು, ಅಥವಾ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ವಿಸ್ತೃತಕುಂಚದ ರೇಖೆಯನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಬಹುದು. ತಡೆಗೋಡೆಯನ್ನು "ಖನಿಜ ಮಣ್ಣಿಗೆ" ಸ್ಟ್ರಾಪ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಬೆಂಕಿಯರೇಖೆಯು ಅವಸರದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ರೇಖೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರದೇಶವು ಜ್ವಾಲೆಯ ರಿಟಾರ್ಡಂಟ್ ಅಥವಾ ನೀರನ್ನು ಹಚ್ಚಿದಾಗ ಒದ್ದೆಯಾದ ರೇಖೆಯಾಗಿದೆ. ಬೆಂಕಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತಡೆಗೋಡೆಯನ್ನು ಜಿಗಿಯಬಹುದು; ಇದರರ್ಥ 100 ಪ್ರತಿಶತ ದಷ್ಟು ಬೆಂಕಿ ಯನ್ನು ಸಹ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು.



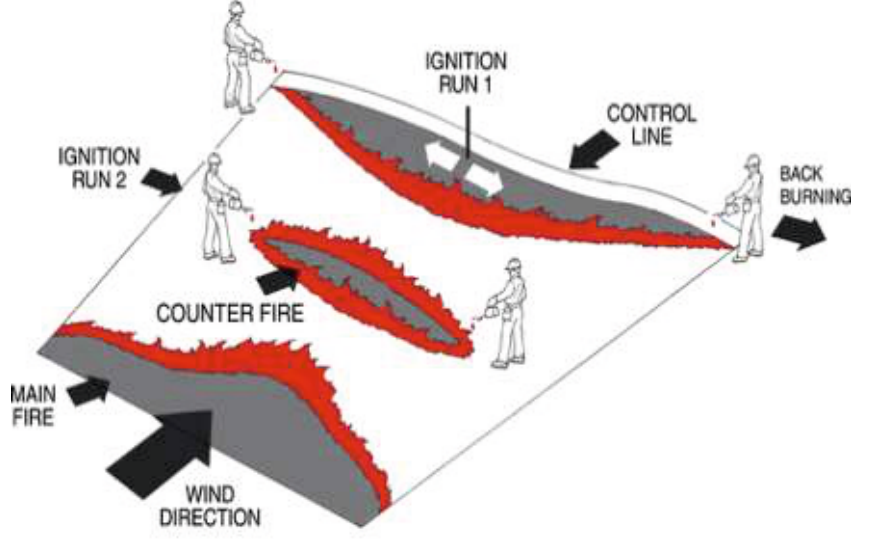
2. ಬರ್ನಿಂಗ್ ಟೆಕ್

ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವಾಗ, ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕಂದಕವನ್ನು ಅಗೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ, ಇಂಧನ-ಮುಕ್ತ ತಡೆಗೋಡೆಯನ್ನು ರಚಿಸಲು, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯ ಒಳಗೆ ಬ್ರಷ್ ಅನ್ನು ಸುಡಲು ಸಣ್ಣ ಟಾರ್ಚ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಸ್ಥಾಪಿತ ಗಡಿಗಳಿಂದ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ತಡೆಯಲು ಬರ್ನಿಂಗ್ ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ.



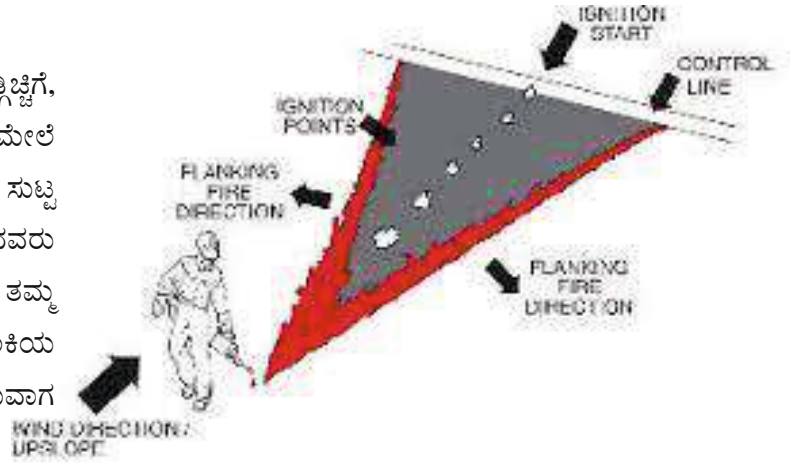
3. ಬ್ಯಾಕ್ ಬರ್ನ್

ಬ್ಯಾಕ್ ಬರ್ನ್ ಬರ್ನಿಂಗ್ ಗೆ ಹೋಲುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚು ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ನಂತರ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ಬೆಂಕಿಯ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಜ್ವಾಲೆಯನ್ನು ಕೆಳಗಿಳಿಸಬಹುದು. ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ನಂತರ ಹೊಸಜ್ವಾಲೆಯನ್ನು ಮುಖ್ಯ ಬೆಂಕಿಯ ಕಡೆಗೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಬೆಂಕಿ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯ ನಡುವೆ ಇರುವ ಎಲ್ಲಾ ಇಂಧನವನ್ನು ಸುಡುತ್ತಾರೆ.



4. ಪಾರ್ಟ್

ನೇರ ದಾಳಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸಣ್ಣ ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿಗೆ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಹಿಂದಿನಿಂದ ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ದಾಳಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಈಗಾಗಲೇ ಸುಟ್ಟ ಭೂಮಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೆಂಕಿಯ ಅಂಚಿನ ಸುತ್ತಲೂ ತಮ್ಮ ದಾರಿಯನ್ನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಅವರುಬೆಂಕಿಯ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪರಿಧಿಯ ಸುತ್ತಲೂ ಹೋಗುವಾಗ ಜ್ವಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಿಂಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.



5. ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟಿಂಗ್

ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟಿಂಗ್ ಎಂಬುದು ಕಾಡ್ಗಿಚ್ಚಿನ ಅತ್ಯಂತ ಸಕ್ರಿಯ ಮತ್ತು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಗಮನವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಬಳಸುವ ಪದವಾಗಿದೆ. ಬೆಂಕಿಯ ಗಾತ್ರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಬೆಂಕಿಯ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಹರಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟಿಂಗ್ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮಾನವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಂಕಿಯ ಅತ್ಯಂತ ಬಿಸಿಯಾದ ಭಾಗದಿಂದ ಬೀಸುವ ಅಥವಾ ಸ್ಫೋಟಿಸುವ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸುವುದು ಸಹಜವಾಗೊಂಡಿರಬಹುದು.



6. ನಾಕ್ ಡೌನ್

ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟಿಂಗ್ ಬೆಂಕಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಹೊಡೆದುರುಳಿಸುವುದು ಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಾಟ್ ಸ್ಪಾಟಿಂಗ್ ಅನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ನಿಗ್ರಹಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ನಿರ್ಧರಿಸಿದಾಗ ನಾಕ್ ಡೌನ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತುಂಬಾ ಬಿಸಿಯಾಗಿ, ತುಂಬಾ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾದ ಬೆಂಕಿಯ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು, ಹೋರಾಟಗಾರರು ನೇರವಾಗಿ ಕೊಳೆ, ನೀರು ಅಥವಾ ರಿಟಾರ್ಡಂಟ್ ನ ಕೆಲವು ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಆ ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತಾರೆ.



7. ಕೋಲ್ಡ್ ಟ್ರೇಲಿಂಗ್

ಮುಂಭಾಗ ಅಥವಾ ಬದಿಯಿಂದ ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಇತರ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಶೀತದ ಹಿಂದೆ ಭಾಗಿಯಾಗಿರಬಹುದು, ಚಲಿಸುವ ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚಿನ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಸುಟ್ಟ ನೆಲದ ಮೂಲಕ ಬಾಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಕೆಲಸ. ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಬಿಸಿ ಅಥವಾ ಹೊಳೆಯುವ ಬೆಂಕಿಗಳು ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಉಳಿದ ಕಲ್ಲಿದ್ದಲುಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಲೂ ಸ್ಫೋಟಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಮತ್ತೆ ಜ್ವಾಲೆಮಾಡಬಹುದು.



8. ವೈಮಾನಿಕ ದಾಳಿ

ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಒಡ್ಡಿದ ನೀರಿನ ಮೂಲಗಳು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ವಿಮಾನಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಲಿಕಾಪ್ಟರ್ ಗಳು ಬಕೆಟ್ ಗಳನ್ನು ನೀರನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ಬೀಳಿಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಾಗಿಸಬಹುದು. ನೀರನ್ನು ಬೀಳಿಸುವ ಮೊದಲು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೊರೆ ರಿಟಾರ್ಡಂಟ್ ನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೊರೆಯ ನೀರು ಬೆಂಕಿಯ ಹರಡುವಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ತಡೆಗೋಡೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಉರಿಯದ ಇಂಧನವನ್ನು ಸಹ ಇನ್ನಲೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



9. ಫೈರ್ ಲೈನ್ ಸ್ಫೋಟಕಗಳು

ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಗಳು ಅಥವಾ ಬೆಂಕಿ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸುವಾಗ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ದಟ್ಟವಾದ ಬ್ರಷ್ ಮತ್ತು ಬಿದ್ದ ಮರಗಳನ್ನು ಒಡೆಯಲು ಸ್ಫೋಟಕಗಳನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು. ಸ್ಫೋಟಕಗಳನ್ನು ಮರಗಳನ್ನು ಬೀಳಿಸಲು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು, ಅವುಗಳ ಹರಡುವಿಕೆಯು ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯಾದ್ಯಂತ ಬೆಂಕಿ ಜಿಗಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ದೊಡ್ಡ ಅಥವಾ ವೇಗವಾಗಿ ಚಲಿಸುವ ಬೆಂಕಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸ್ಫೋಟಕಗಳನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ದಕ್ಷತೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕಾದ ಅಮೂಲ್ಯ ಸಮಯವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು.



10. ಮಾಪ್-ಅಪ್

ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದವರು ಹಿಂತಿರುಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡ ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಇದನ್ನು ಮಾಪ್-ಅಪ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾಪ್-ಅಪ್ ಯಾವುದೇ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಂದಿಸುವ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹಾದುಹೋಗುವ ಸ್ಪಾಟ್ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಬರ್ನಾಟ್ ಬಳಸಿ (ಅವು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದ್ದರೆ) ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಇನ್ನೂ ದುರ್ಬಲ ಇಂಧನಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.



ರಾಸಾಯನಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು

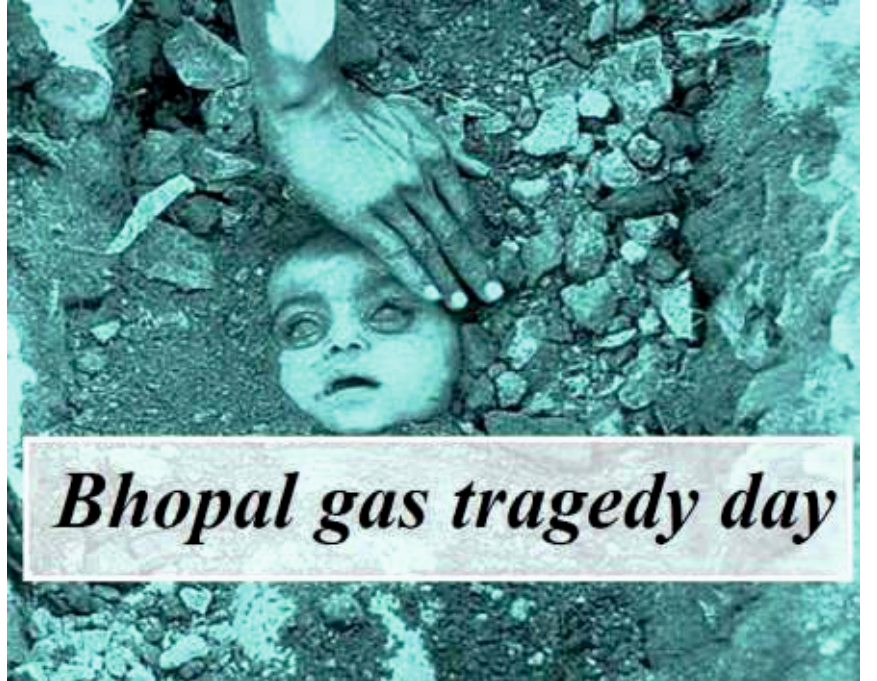
ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ರಾಸಾಯನಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಕಾರಣಗಳು.
- » ರಾಸಾಯನಿಕ ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು.
- » ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಾಸಾಯನಿಕದ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ.

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಕಳೆದ ಹಲವಾರು ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಕೈಗಾರಿಕಾ ವಿಪತ್ತುಗಳ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅಪಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಅಧಿಕೃತ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳು, ಸಮೂಹ ಮಾಧ್ಯಮ ವರದಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಹೊಸ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ನೋಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಕೈಗಾರಿಕಾ ಅಪಘಾತ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕಂಪನಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಕೈಗಾರಿಕಾ ಅಪಾಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಮೇಲೆ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಹೂಬಿಡುವಿಕೆಯು ಅದೇ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಇತರ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿವೆ.



ಕೈಗಾರಿಕಾ ಅಪಾಯಗಳು ಸರಕು ಮತ್ತು ಸೇವೆಗಳ ಸಾಮೂಹಿಕ ಉತ್ಪಾದನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಜನರು ಮತ್ತು ಜೀವನ-ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಬೆದರಿಕೆಗಳಾಗಿವೆ. ಈ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಮಾನವನ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮೀರಿದಾಗ, ಅವು ಕೈಗಾರಿಕಾ ವಿಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಹೊರತೆಗೆಯುವಿಕೆ, ಸಂಸ್ಕರಣೆ, ತಯಾರಿಕೆ, ಸಾಗಣೆ, ಸಂಗ್ರಹಣೆ, ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ವಿಲೇವಾರಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಉತ್ಪಾದನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಅಪಾಯಗಳು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಘಟನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು, ವಿಕಿರಣಶೀಲತೆ, ಅನುವಂಶಿಕ ವಸ್ತುಗಳು) ಅಥವಾ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಉಪಕರಣಗಳಿಂದ

ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿಯ ಹಾನಿ ಮಟ್ಟಗಳು. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ಫೋಟಗಳು, ಬೆಂಕಿ, ಸೋರಿಕೆಗಳು, ಸೋರಿಕೆಗಳು ಅಥವಾ ತ್ಯಾಜ್ಯಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಧುನಿಕ ಕೈಗಾರಿಕಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು, ಸರ್ಕಾರಿ, ಖಾಸಗಿ ವಲಯ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದೊಳಗೆ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾದ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿವೆ. ರಾಸಾಯನಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಮಾನವರ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಆಘಾತಕಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಾವುನೋವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸಬಹುದು. ರಾಸಾಯನಿಕ ದುರಂತದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವ ವಿಭಾಗಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಘಟಕ, ಅದರ ಉದ್ಯೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಮಿಕರು, ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ವಾಹನಗಳು, ಹತ್ತಿರದ ವಸಾಹತುಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳು, ಪಕ್ಕದ ಕಟ್ಟಡಗಳು, ನಿವಾಸಿಗಳು ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ.

ರಾಸಾಯನಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಈ ರೀತಿಯ ಹಲವಾರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು:-

- » ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ವೈಫಲ್ಯಗಳು
- » ಮಾನವ ದೋಷಗಳು
- » ತಾಂತ್ರಿಕ ದೋಷಗಳು
- » ನಿರ್ವಹಣೆ ದೋಷಗಳು
- » ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳ ನಂತರಪರಿಣಾಮಗಳು
- » ಸಾರಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಪಘಾತಗಳು
- » ಅಪಾಯಕಾರಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಸಂಸ್ಕರಣೆ/ ವಿಲೇವಾರಿ
- » ಭಯೋತ್ಪಾದಕ ದಾಳಿ/ ಅಶಾಂತಿ ವಿಧ್ವಂಸಕಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ

ರಾಸಾಯನಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?



ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ:

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಮತ್ತು ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಉಪಕರಣಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಹೊಗೆ ಮೋಡ, ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಬೆಂಕಿ, ಹರಿಯುವ ಮೂಗು ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನೀವು ರಾಸಾಯನಿಕಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಮಾನಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ವಸ್ತುವು ಅಪಾಯಕಾರಿಯೇ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲು, ಉತ್ಪನ್ನದ ಕಂಟೇನರ್ ಲೇಬಲ್ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಪೂರೈಕೆದಾರನಿಂದ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸುರಕ್ಷತಾ ಡೇಟಾ ಶೀಟ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

ರಾಸಾಯನಿಕ ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು:

ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಬಾಹ್ಯವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೀವು ನೋಡಬಹುದು. ಅವು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಳೆಯಬಹುದು. ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೇನುಗೂಡುಗಳು, ಉಬ್ಬುವಿಕೆ, ಸೀನುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಅವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಮೂಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದಾಗ ದೂರ ಹೋಗಬಹುದು ಆದರೆ ಅವು ಶಾಶ್ವತ ಹಾನಿಯನ್ನು ಸಹ ಮಾಡಬಹುದು.

ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಆಂತರಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬರಿಗಣ್ಣಿಗೆ ಗೋಚರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರಾಸಾಯನಿಕಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಇದರಲ್ಲಿ ನೋವು, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಚಿಹ್ನೆಯು ರೋಗಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವಾಂತಿಯು ಯಾರಿಗಾದರೂ ವಾಕರಿಕೆ (ರೋಗಲಕ್ಷಣ) ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುವುದು ಒಂದು ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.

ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಸ್ವಭಾವ, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕತೆ ಮತ್ತು ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಭಿನ್ನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು/ಲಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅನೇಕ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿವೆ, ಆದರೆ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಯುಕ್ತಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಓಸ್ಮಿಯಂ ಟೆಟ್ರಾಕ್ಸೈಡ್ ಆವಿಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಕಾರ್ನಿಯಾವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ, ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕಠಿಣವಾಗಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನೀವು ಸಂಭಾವ್ಯವಾಗಿ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಇತರ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಚರ್ಮದ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ (ಸ್ಕಿನ್ ಅಬ್ಸರ್ಪ್ಷನ್):

- ತುರಿಕೆ
- ಕೆಂಪಾಗುವಿಕೆ
- ಬರ್ನ್
- ಗುಳ್ಳೆಗಳು
- ದದ್ದು ಮತ್ತು ತುರುಚಿ ದದ್ದು



ಸೇವನೆ (ಐನ್ವಿಷನ್)

- ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು
- ವಾಕರಿಕೆ
- ವಾಂತಿ
- ಅತಿಸಾರ
- ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸಂವೇದನೆ (ಹ್ಯಾಲೋಜೆನೇಟೆಡ್ ಹೈಡ್ರೋಕಾರ್ಬನ್ ಗಳು)
- ಗಾಢ ಬಣ್ಣದ (ಕಪ್ಪು ನೀರು) ಮೂತ್ರ (ಆರ್ಸೆನಿಕ್)
- ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ

ಉಸಿರಾಡುವಿಕೆ (ಇನ್ವೆಲೇಷನ್)

- ಮಂಪರು
- ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ/ವರ್ತಿಗೋ
- ತಲೆನೋವು
- ಗೊಂದಲ/ಆಲಸ್ಯ
- ಮೂಗಿನಿಂದ ನೀರಿನ ವಿಸರ್ಜನೆ
- ಕೆಮ್ಮು
- ಡ್ರೈ/ಗೀಚುವಿಕೆ/ಗಂಟಲು ಸುಡುವುದು
- ಮಸುಕಾದ ದೃಷ್ಟಿ
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ
- ತ್ವರಿತ ಉಸಿರಾಟ (ಟಾಕಿಪ್ನೋಯಾ)
- ಕ್ಷಿಪ್ರ ಹೃದಯ ಬಡಿತ (ಟಾಕಿಕಾರ್ಡಿಯಾ)

ಕಣ್ಣಿನ ಸಂಪರ್ಕ

- ಕಣ್ಣುಗಳ ಕೆಂಪಾಗುವಿಕೆ
- ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಸಂವೇದನೆ
- ನಿರಂತರ ಕಣ್ಣೀರು ಬರುವುದು
- ಕಣ್ಣೀರಿನ ನಾಳಗಳಿಂದ ಲೋಳೆಯ ವಿಸರ್ಜನೆ
- ಮಸುಕಾದ ದೃಷ್ಟಿ / ಕುರುಡುತನ (ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ)

ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಾಸಾಯನಿಕದ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ:

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನ (PPE) ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆಯ ಕೊನೆಯ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಣಾಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ನೀವು ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೂ ಸಹ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ರಾಸಾಯನಿಕ ಸ್ಕ್ವಾಲ್ ಗಳು ಆಕಸ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದ್ದ ಪಿಪಿಇ ಅನೇಕರನ್ನು

- ಉಳಿಸಿದ ಜನರು ತಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಾಶ್ವತ ಹಾನಿ ಅಥವಾ ದೃಷ್ಟಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ. ಪಿಪಿಇ ಕಲುಷಿತವಾದಾಗ ಅದನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ಮುಖ್ಯವೆಂದರೆ ಅನೇಕ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಪಿಪಿಇಯನ್ನು ಭೇದಿಸಬಹುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಕನಿಷ್ಠ ಪಿಪಿಇ ಲ್ಯಾಬ್ ಕೋಟ್ (ಅಥವಾ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಬಟ್ಟೆ ಕವರ್), ಕೈಗವಸುಗಳು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಿನ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು.
- ಎಲ್ಲಾ ಪಿಪಿಇ ಒಂದೇ ಮಟ್ಟದ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ರಾಸಾಯನಿಕಕ್ಕಾಗಿ ಬರೆಯಲಾದ ಎಸ್ ಒಪಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪಿಪಿಇಯ ನಿಖರವಾದ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ರಾಸಾಯನಿಕ ಒಡ್ಡುವಿಕೆ (ಕೆಮಿಕಲ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೋಷರ್):

- a) ಮೂಲವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ರಾಸಾಯನಿಕ ಸೋರಿಕೆ, ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಕಣಗಳು ಅಥವಾ ಹೊಗೆಯ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಸಂತ್ರಸ್ತವರನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ...
- b) ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಿ. ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ತಾಜಾ ಗಾಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ ...
- c) ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ. ಬಾಧಿತ ಕಣ್ಣನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೀರಿನಿಂದ ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ.
- d) ಚರ್ಮವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ.
- e) ಕೆಲವು ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇತರವುಗಳನ್ನು ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಮೂಲಕ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಇದು ಗುಪ್ತ ಹಾನಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರಾಸಾಯನಿಕದ ವಸ್ತು ಸುರಕ್ಷತಾ ಡೇಟಾ ಹಾಳೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಅಥವಾ ಸಲಹೆಗಾಗಿ ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ; ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ:

ಹಂತ 1. ಮೂಲವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸು

- ರಾಸಾಯನಿಕ ಸೋರಿಕೆ, ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಕಣಗಳು ಅಥವಾ ಹೊಗೆಯ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಸಂತ್ರಸ್ತವರನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. (ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಅಥವಾ ರಾಸಾಯನಿಕಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಇತರ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.)
- ರಾಸಾಯನಿಕದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಅಥವಾ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಶಾಖದ ಸುಟ್ಟಗಾಯಗಳಂತೆಯೇ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗಾಯಗಳು, ಮೂಲವು ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವವರೆಗೂ ಹದಗೆಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ಹಂತ 2. ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಿ

- ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ತಾಜಾ ಗಾಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ. ಇದರರ್ಥ ಮತ್ತೊಂದು ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ಅಥವಾ ಕಟ್ಟಡ ಅಥವಾ ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಬಿಡುವುದು.
- ಪಲ್ಸ್ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟವು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಎದೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.



ಹಂತ 3. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ

- ಬಾಧಿತ ಕಣ್ಣನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೀರಿನಿಂದ ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ. ನೀರು ತಂಪಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಅಬಾಧಿತ ಕಣ್ಣಿಗೆ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಗಾಯಗೊಂಡ ಕಣ್ಣು ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಹಾಗೆ ತಲೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಮೂಗಿನಿಂದ ಕೆಳಮುಖವಾಗಿ ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ



ಹಂತ 4. ಚರ್ಮವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ

- ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವ ಬದಲು ಚರ್ಮದಿಂದ ಸುಣ್ಣದಂತಹ ನೀರನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿ. ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಕಣಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು.
- ರಾಸಾಯನಿಕವು ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿದ್ದರೆ, ಬಾಧಿತ ಚರ್ಮವನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ತಂಪಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಫ್ಲಶ್ ಮಾಡಿ. ನೀರಿನ ಹರಿವು ನೋವು ಉಂಟುಮಾಡುವಷ್ಟು ಅಥವಾ ಗುಳ್ಳೆಗಳನ್ನು ಒಡೆಯುವಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಬರಿಗೈಯಿಂದ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಬೇಡಿ.



ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆ ನೀಡುಗರನ್ನು ಯಾವಾಗ ಕರೆಯಬೇಕು

- ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ದೇಹದ ಹೊರಭಾಗಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಒಳಭಾಗಕ್ಕೂ ಗಂಭೀರ ಹಾನಿ ಉಂಟು ಮಾಡ ಬಹುದು. ರಕ್ತಪ್ರವಾಹದಲ್ಲಿ ಹೀರಿಕೊಂಡರೆ, ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳು ಅಥವಾ ಯಕೃತ್ತಿನ ಮೇಲೆ ಮೌನ ದಾಳಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ನೀವು ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಅಗತ್ಯ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಂತ್ರಸ್ತರುಗಳನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸುವುದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಯಾವುದೇ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ನಿಜವಾಗಿದ್ದರೆ ಈಗಿನಿಂದಲೇ ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆ ಪೂರೈಕೆದಾರರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ:

- ಒಂದು ರಾಸಾಯನಿಕವು ಕಣ್ಣುಗಳು, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಬಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ.
- ಮೆಟೀರಿಯಲ್ ಸೇಫ್ಟಿ ಡೇಟಾ ಶೀಟ್ (MSDS) ರಾಸಾಯನಿಕ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಥವಾ ಹಾನಿಗುಣಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ಕಂಟೇನರ್ ಲೇಬಲ್ ನಾಶಕಾರಿ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಚರ್ಮವನ್ನು ಸವೆಸಬಹುದು.
- ರಾಸಾಯನಿಕವು ದೊಡ್ಡ ಸುಟ್ಟಗಾಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒಡ್ಡಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಉಸಿರಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ತುರ್ತು ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ

ಸಂತ್ರಸ್ತರನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಕೂಡಲೇ 112 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ:

- ಆಘಾತದ ಲಕ್ಷಣಗಳು
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ
- ಮೈ ತುಂಬಾ ಉರಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ

ನೀವು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವಾಗ

- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬಬೇಕು.
- ಆ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಗಾಳಿಯಾಡಿ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ತಾಜಾ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಅನುಮತಿಸಿ.

ಮಾಡಬೇಕಾದವುಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದವುಗಳು

ರಾಸಾಯನಿಕ (ಕೈಗಾರಿಕಾ) ಅಪಘಾತಗಳು ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು, ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು:

- ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ, ಶಾಂತವಾಗಿ ಮತ್ತು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಗಾಳಿಯ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಲಂಬವಾಗಿ / ಗೊತ್ತುಪಡಿಸಿದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗದ ಮೂಲಕ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ
- ಸ್ಥಳಾಂತರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒದ್ದೆಕರವಸ್ತ್ರ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆ/ ಸೀರೆಯ ತುಂಡನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
- ರೋಗಿಗಳು, ವೃದ್ಧರು, ದುರ್ಬಲರು, ಅಂಗವಿಕಲರು ಮತ್ತು ಮನೆಯೊಳಗೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಇತರ ಜನರನ್ನು ಇರಿಸಿಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನುಬಿಗಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ.
- ಗಾಳಿಗೆ ತೆರೆದಿರುವ ಆಹಾರ/ ನೀರು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ, ಬಾಟಲಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಕುಡಿಯಿರಿ
- ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳ/ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ತಲುಪಿದ ನಂತರ ತಾಜಾ ಬಟ್ಟೆಯಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಿ, ಮತ್ತು ಕೈಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸೇವೆಗಳು, ಪೊಲೀಸ್ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ 101, 100 ಮತ್ತು 108 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳದಿಂದ ತಿಳಿಸಿ.
- ಜಿಲ್ಲಾಡಳಿತ/ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ/ಆರೋಗ್ಯ/ಪೊಲೀಸ್ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳ ಸಲಹೆಗಾಗಿ ಸ್ಥಾವರ/ ಕಾರ್ಖಾನೆಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವಿಳಾಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ರೇಡಿಯೋ/ ಟಿವಿ ಚಾನೆಲ್ ಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಿ

- ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮತ್ತು ನಿಖರವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿ.
- ದುರ್ಘಟನೆ ಸಂಭವಿಸಿದ ಜಾಗ ಶಾಲೆ, ಶಾಪಿಂಗ್ ಸೆಂಟರ್, ಥಿಯೇಟರ್ ಮುಂತಾದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಭೆ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ.
- ವದಂತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಡಿ ಮತ್ತು ವದಂತಿಗಳನ್ನು ಹರಡಬೇಡಿ.
- ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದಾಗ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿ.
- ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ಮಾಡಿ.
- ಸಮಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳಾಂತರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವ ಚೆಕ್ ಲಿಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಸರಬರಾಜುಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ.
- ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದಂತೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ನಿರ್ದೇಶನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವಲ್ಲಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಪ್ರತಿ ಪ್ರದೇಶದ ಬೆದರಿಕೆ ಮಟ್ಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು

- ಗುರುತಿಸಲಾದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ, ಬೆಂಕಿ ಅಥವಾ ಕಿಡಿಯನ್ನು ಹಚ್ಚಬೇಡಿ.
- ಕೈಗಾರಿಕಾ ಘಟಕಗಳ ಬಳಿ ವಾಸಿಸುವ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಸಂವೇದನಾಶೀಲಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೈಗಾರಿಕಾ ಘಟಕಗಳ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ಅಪಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.
- ನೀವು ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು ಇರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಬಳಸುತ್ತಿರುವ/ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸೋರಿಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.
- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ರಾಸಾಯನಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯಿಲ್ಲದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಅಗತ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಬದಲು ತೊಡಕುಗಳು/ ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.
- ತುರ್ತು ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಹತ್ತಿರದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಉದ್ಯಮ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ತಾಣ, ಪೊಲೀಸ್ ತಾಣ, ನಿಯಂತ್ರಣ ಕೊಠಡಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕೊಠಡಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ.
- ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಕರಿಸುವ ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳ ಬಳಿ ವಸತಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಸರ್ಕಾರ/ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆ/ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಘಟಕಗಳು ಆಯೋಜಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವರ್ಧನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ.
- ಸಮುದಾಯಕ್ಕಾಗಿ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಸುಲಭ ಪ್ರವೇಶ ಮಾರ್ಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
- ಕುಟುಂಬ ವಿಪತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
- ವಿವಿಧ ವಿಷಕಾರಿ/ ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಮೂಲಭೂತ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪ್ರಥಮಚಿಕಿತ್ಸಾ ಬಗ್ಗೆ ಕುಟುಂಬ/ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು.
- ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಖ್ಯೆಯ ವೈಯಕ್ತಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಲಭ್ಯಗೊಳಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧಿಗಳು, ದಾಖಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಸ್ತುಗಳ ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.

ಜೈವಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- » ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:
- » ಜೈವಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಯಾವುವು?
- » ಜೈವಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಸಾವಯವ ಮೂಲದ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಜೈವಿಕ ವಾಹಕಗಳಿಂದ ಹರಡಬಹುದು, ಇದು ರೋಗಕಾರಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳು, ವಿಷಗಳು ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಸಕ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜೀವಹಾನಿ, ಗಾಯ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ಇತರ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು, ಜೀವನೋಪಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಸೇವೆಗಳ ನಷ್ಟ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಅಡಚಣೆ, ಅಥವಾ ಪರಿಸರ ಹಾನಿ. ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು, ಸಸ್ಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ, ಕೀಟಗಳ ಸೋಂಕು ಸೇರಿವೆ.

ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಈ ಮುಂದಿನ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗ

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನಸಂಖ್ಯೆ, ಸಮುದಾಯ ಅಥವಾ ಪ್ರದೇಶದೊಳಗೆ ಅಸಮಾನವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಉದಾ. ಕಾಲರಾ, ಪ್ಲೇಗ್, ಜಪಾನೀಸ್ ಎನ್ಸೆಫಾಲಿಟಿಸ್ (ಜೆಇ)/ ಅಕ್ಯೂಟ್ ಎನ್ಸೆಫಾಲಿಟಿಸ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ (AES) ಇತ್ಯಾದಿ.

ಪಿಡುಗು

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗವು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗವಾಗಿದೆ, ಅಂದರೆ, ಒಂದು ಖಂಡ, ಅಥವಾ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ, ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿರುವ ಅಥವಾ ಮತ್ತೆ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿರುವ ರೋಗಗಳು ಮತ್ತು ಪೀಡೆ,

ಉದಾ. ಇನ್ ಫ್ಲುಯೆಂಜಾ H1N1 (ಹಂದಿ ಜ್ವರ), ಸಾರ್ಸ್ ಕೋವಿಡ್, ಎಬೋಲಾ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸುವ ಮೊದಲು

ಕುಟುಂಬ ಜೈವಿಕ ವಿಪತ್ತು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ.

ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಸಿದ್ಧರಾಗಿ: -

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆ - ದೈನಂದಿನ ಸ್ನಾನ, ಉದ್ದವಾದ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಧರಿಸಬೇಡಿ
- ಬಟ್ಟೆಗಳು.
- ಕೈ ನೈರ್ಮಲ್ಯ (ಕೈ ತೊಳೆಯುವ ಹಂತಗಳು - ಆಹಾರವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ತಿನ್ನುವ ಮೊದಲು, ಮಲ, ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಸೀನುವಿಕೆಯ ನಂತರ ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ).



- ಪೌಷ್ಟಿಕ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- ರೋಗ ನಿರೋಧಕತೆಯು ನವೀಕೃತವಾಗಿರಬೇಕು.
- ಜನದಟ್ಟಣೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ.
- ಸರಿಯಾದ ವಾತಾಯನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ವಿಪರೀತ ಬಿಸಿ ಮತ್ತು ಶೀತ ಹವಾಮಾನದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ.
- ನೆರೆಹೊರೆಯ ಯಾವುದೇ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವವನಾಗಿರಬೇಕು.
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಗೆ ಚಂದಾದಾರರಾಗಿ.
- ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಡಿಯೋ-ಪಲ್ಮನರಿ ರಿಸ್ಪೆಕ್ಟಿವ್ (CPR) ತರಬೇತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಕಾಲರಾ ಸೇರಿದಂತೆ ರೋಗಗಳ ಅತಿಸಾರ ಗುಂಪು

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಯಾವಾಗಲೂ ಕೈಗಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕ (ಕ್ಲೋರಿನೇಟೆಡ್) ಸುರಕ್ಷಿತ ಮೂಲ ಅಥವಾ ನೀರಿನಿಂದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ನಿಯಮಿತ ಮಧ್ಯಂತರಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಮುದಾಯ ಬಾವಿಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ಸೇರಿಸಿ. ಗ್ರಾಮ/ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರೆ, ಕೈ ಪಂಪ್ ಗಳಿಂದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಕನಿಷ್ಠ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕುದಿಸಿದ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಅದೇ ದಿನ ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- ಕಿರಿದಾದ ಬಾಯಿಯ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಶೇಖರಣೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಿ.
- ಆಹಾರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಾಂಸ, ಕೋಳಿ, ಮೊಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರಾಹಾರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ ಮತ್ತು ಬಿಸಿಯಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಅದನ್ನು ತಿನ್ನಿ.

- ಬೇಯಿಸಿದ ಮಾಂಸ ಮತ್ತು ಕೋಳಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮಾಂಸದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವು ಬಣ್ಣಗೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ದುರ್ವಾಸನೆ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ, ಅಥವಾ ಮೊಟ್ಟೆಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಅವುಗಳ ಚಿಪ್ಪುಗಳು ಬಿರುಕು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಆಹಾರವನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ, ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಬಡಿಸುವ ಮೊದಲು ಬಿಸಿಯಾಗುವವರೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ.
- ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಿ.
- ಅತಿಸಾರ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ತಕ್ಷಣ ದ್ರವಸೇವನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ORS ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಕುಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಟೇಬಲ್ ಸಾಲ್ಟ್ 5ಗ್ರಾಂ (1 ಟೀ ಚಮಚ) ಮತ್ತು 20 ಗ್ರಾಂ (4 ಟೀ ಚಮಚ) ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು 1 ಲೀಟರ್ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಯಾರಿಸಿ.
- ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಮ್ ಒದಗಿಸುವ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
- ಮಕ್ಕಳು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವಾಗ ಅವರಿಗೆ ಹಾಲುಣಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿಗೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.
- ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅತಿಸಾರ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ಹತ್ತಿರದ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿ: ಮಗುವು ಸಿಡುಕು, ಚಂಚಲತೆ, ಆಲಸ್ಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನವಾಗಿದ್ದರೆ: ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನುವುದು ಅಥವಾ ಕುಡಿಯುವುದು; ಮಗುವಿಗೆ ಅತಿಬಾಯಾರಿಕೆ ಮಗುವಿಗೆ ಜ್ವರ ಅಥವಾ ಮಲದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಮೂಲಗಳಿಂದ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಡಿ.
- ಬೇಯಿಸದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ.
- ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೋಣೆಯ ತಾಪಮಾನದಲ್ಲಿ 2 ಗಂಟೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಮಾರಾಟಗಾರರಿಂದ ಮೊದಲೇ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ.
- ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬಾರದು.
- ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಲಿಗಳು ಮತ್ತು ಹೌಸ್ ಫ್ಲೈಗಳನ್ನು ಅನುಮತಿಸಬೇಡಿ.

ಕ್ಷಯ, ಇನ್ ಫ್ಲೂಯೆಂಜಾ, ಚಿಕನ್ ಪಾಕ್ಸ್, ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್ ನಂತರ ರೋಗಗಳ ಉಸಿರಾಟದ ಗುಂಪು

1. ಉಸಿರಾಟದ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ ಜನರೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
2. ರೋಗಗ್ರಸ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮನೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕು, ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಪರಿಹರಿಸಿದ ನಂತರ ಕನಿಷ್ಠ 24 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಸಮುದಾಯ, ಶಾಲೆ / ಕಚೇರಿ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.
3. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಪೀಡಿತವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಇತರರಿಂದ ಅಂತರವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
4. ಉಸಿರಾಟದ ನೈರ್ಮಲ್ಯ / ಕೆಮ್ಮು ಶಿಷ್ಟಾಚಾರ: -
 - ಕೆಮ್ಮುವಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನುವಾಗ ಮೂಗು/ಬಾಯಿಯನ್ನು ಕರವಸ್ತ್ರ/ ಟಶ್ಚು ಪೇಪರ್ ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ, ಅದನ್ನು ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಬೇಕು;
 - ಕೈನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು (ಉದಾ. ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೈ ತೊಳೆಯುವುದು, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಆಧಾರಿತ ಸ್ಯಾನಿಟೈಸರ್ ಗಳು, ಅಥವಾ ಆಂಟಿಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ವಾಶ್) ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಉಸಿರಾಟದ ಸ್ರವಿಸುವಿಕೆಯ ಮತ್ತು ಕಲುಷಿತ ವಸ್ತುಗಳು / ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವ ನಂತರ ಬಳಸಿ ಬಿಸಾಡಬಹುದಾದ ಅಂಗಾಂಶ/ ಕಾಗದ/ ಟವೆಲ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವುದು.
5. ಪ್ರಮಾಣಿತ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಮೇಕ್ ನ ಟ್ರಿಪಲ್ ಲೇಯರ್ ಸರ್ಜಿಕಲ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಅನ್ನು ಇನ್ ಫ್ಲೂಯೆನ್ಸಾದ ಶಂಕಿತ/ ಸಂಭವನೀಯ/

- ದೃಢೀಕರಿಸಿದ ಪ್ರಕರಣಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಮನೆ ಆರೈಕೆ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ ಒದಗಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಮನೆ ಆರೈಕೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಅಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳ ನಿಕಟ ಕುಟುಂಬ ಸಂಪರ್ಕ ಇರುವವರು ಧರಿಸಬೇಕು.
- 6. ಸಾಕಷ್ಟು ನಿರ್ದೇಶನ ಮಾಡಿ, ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರಿ, ನಿಮ್ಮ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ಸಾಕಷ್ಟು ದ್ರವಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- 7. ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- 8. ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು.
- 9. ಅನಾರೋಗ್ಯಪೀಡಿತವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ (ಉದಾ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು), ಆಗ ಅವರು ಫೇಸ್ ಮಾರ್ಕ್ಸ್ ಧರಿಸಬೇಕು ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಸೀನುವಿಕೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಕರವಸ್ತ್ರ ಅಥವಾ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು, ಇದರಿಂದ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- 10. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪ್ರಕಾರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಸ್ಥಿತಿಯು ನವೀಕೃತವಾಗಿರಬೇಕು.

ಸೊಳ್ಳೆಯಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳಾದ ಮಲೇರಿಯಾ, ಡೆಂಗ್ಯೂ, ಫೈಲೀರಿಯಾ, ಚಿಕೂನ್ ಗುನ್ಯ

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು

- "ಸನ್-ಡೌನ್ ಸ್ಲೀವ್ಸ್-ಡೌನ್" ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ತೋಳು ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ
- ಮಲೇರಿಯಾ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ನೆಲ ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಕೊಳಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ.
- ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ನೀರಿನ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಖಾಲಿ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಕೂಲರ್‌ಗಳಿಂದ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.
- ಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಟ್ಯಾಂಕ್ ಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಸೀಲ್ ಮಾಡಿ.
- ಸೊಳ್ಳೆ ಪರದೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಕೀಟನಾಶಕ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಬೆಡ್ ನೆಟ್ ಗಳು (ಐಟಿಬಿಎನ್).
- ಸೊಳ್ಳೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡಲು ಮಲಗುವಾಗ ಕೀಟ ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಿ.
- ದದ್ದುಗಳು, ಮಾನಸಿಕ ಕಿರಿಕಿರಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನತೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಶಾರ್ಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಅರ್ಧ ತೋಳಿನ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಡಿ.
- ನೀರು ಸ್ಥಗಿತಗೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಡಿ.
- ಟೈರ್ ಗಳು, ಟ್ಯೂಬ್ ಗಳು, ಖಾಲಿ ತೆಂಗಿನ ಚಿಪ್ಪುಗಳು, ಗೃಹೋಪಯೋಗಿ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳಂತಹ ತ್ಯಜಿಸಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆರೆದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ರಾಶಿ ಮಾಡಲು ಅನುಮತಿಸಬೇಡಿ, ಇದರಲ್ಲಿ ನೀರು ಸಂಗ್ರಹವಾಗಬಹುದು.
- ಜಾನುವಾರುಗಳು ಸಹ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವ ಹಳ್ಳಿಯಕೊಳಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ.

ಜೈವಿಕ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗಾಗಿ ತುರ್ತು ಕಿಟ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ: -

ಓರಲ್ ರೀಹೈಡ್ರೇಶನ್ ಸೊಲ್ಯೂಷನ್ (ORS) ಸ್ಯಾಕೆಗಳು.

ಪ್ಯಾರೆಸಿಟಮಾಲ್ ಮಾತ್ರೆಗಳು .

ಅತಿಸಾರದ ಮಾತ್ರೆಗಳು.

ಆಂಟಿಸ್ಟಾಪ್ಲೋಡಿಕ ಮಾತ್ರೆಗಳು.

ವಿಕಿರಣಶಾಸ್ತ್ರ (ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್) ಮತ್ತು ಪರಮಾಣು (ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯರ್) ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ವಿಷಯದ ಭಾಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು:

- » ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಎಂದರೇನು?
- » ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

ವಿಷಯ ಪರಿಚಯ

ಹಿರೋಷಿಮಾ ನಾಗಸಾಕಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಮಾಣು ಶಸ್ತ್ರಾಸ್ತ್ರಗಳ ಬಳಕೆಯ ದುಃಖದ ನೆನಪುಗಳು ಮತ್ತು USA ನ ಶ್ರೀ ಮೈಲ್ ಐಲ್ಯಾಂಡ್ (TMI) ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ USSR ನ ಚೆರ್ನೋಬಿಲ್‌ನಲ್ಲಿನ ರಿಯಾಕ್ಟರ್ ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ನೀಡಿದ ವ್ಯಾಪಕ ಪ್ರಚಾರವು ಯಾವುದೇ ಪರಮಾಣು ಅಥವಾ ವಿಕಿರಣಶಾಸ್ತ್ರದ ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿಸಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈ ನೆನಪುಗಳು ಈ ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತಪ್ಪಾಗಿ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದ ಪರಮಾಣು/ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಒಬ್ಬರು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಂತಹ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಘಟನೆಯ ಪರಿಣಾಮವು ಇಂದು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನಸಾಂದ್ರತೆ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಸಮೃದ್ಧಿಯಿಂದಾಗಿ ವರ್ಧಿತ ನಗರ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯವು ವರ್ಧನೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಘಟನೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯವು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಸಂವಹನ, ಸಾರಿಗೆ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬೆಂಬಲ.

ಶಾಂತಿಯುತ ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಪರಮಾಣು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣದ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. DAE ಈಗಾಗಲೇ ಮುದ್ರಣ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುನ್ಮಾನ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸಕ್ರಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಪರಮಾಣು ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಬಳಸುವಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತತೆಯ ಕಡೆಗೆ AERB ಪಾತ್ರದ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು, ಸಂಘಟಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರರು ಆಯೋಜಿಸುವ ಅಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಮಾನವ ಮತ್ತು ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ಪರಮಾಣು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣದ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಸಂದರ್ಶಕರಿಗೆ ತನ್ನ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲವನ್ನು ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ.

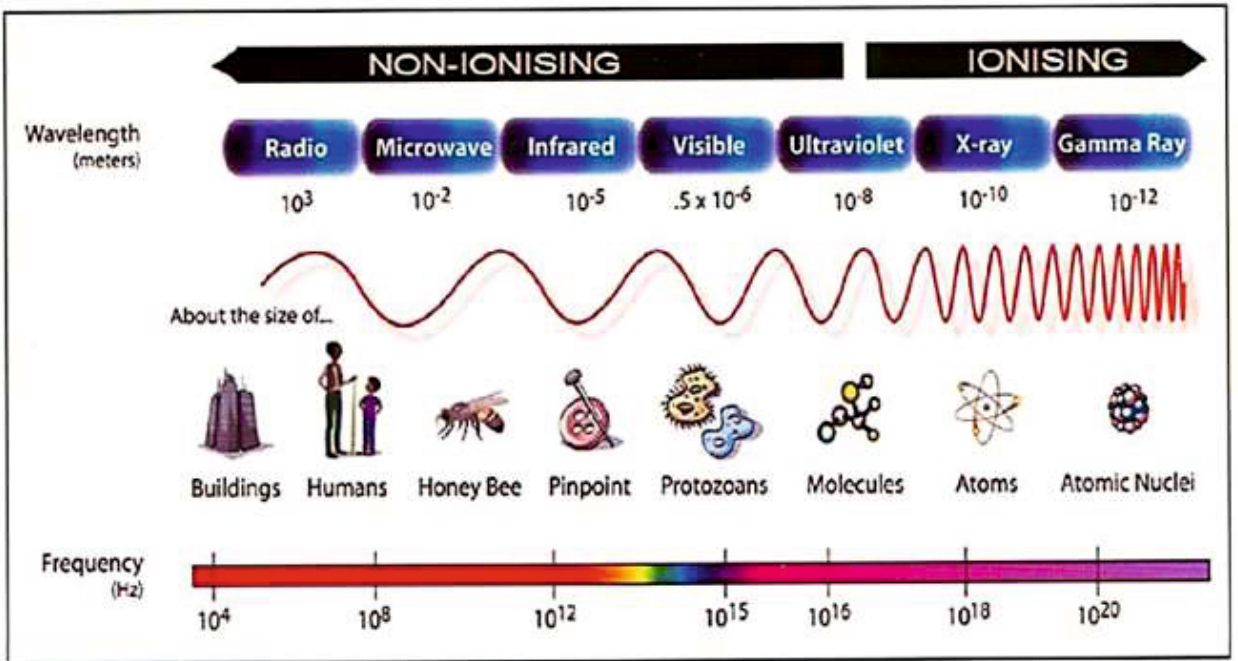
ವಿಕಿರಣವು ಚಲನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ವಿಕಿರಣದ ಸರಳ ಮತ್ತು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಉದಾಹರಣೆಯೆಂದರೆ ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕು ಅಥವಾ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತು. ಈ ಬೆಳಕಿನ ತೀವ್ರತೆಯು ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ) ಇದು ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಿತಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ ಅದು ಹಿತವಾದ ಮತ್ತು ನಿರುಪದ್ರವವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ, ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಬರುವ ಬೆಳಕಿನ (ವಿಕಿರಣ) ತೀವ್ರತೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಅದರಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ವಿಕಿರಣವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಿಸಿಮಾಡಲು ನಾವು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ವಿಕಿರಣವು ಔಷಧಿಯನ್ನು ಹೋಲುತ್ತದೆ, ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಹಾನಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ

ವಿಕಿರಣವು ಅಯಾನೀಕರಿಸುವ ಅಥವಾ ಅಯಾನೀಕರಿಸದ ಸ್ವಭಾವದ್ದಾಗಿರಬಹುದು:

ಅಯಾನೀಕರಣರಹಿತ ವಿಕಿರಣವು ಪರಮಾಣುವಿನಿಂದ (ಉದಾ, ರೇಡಿಯೋ ತರಂಗಗಳು, ಮೈಕ್ರೋವೇವ್ ಗಳು, ಇನ್ಫ್ರಾರೆಡ್ ವಿಕಿರಣ, ಗೋಚರ ಬೆಳಕು, ಲೇಸರ್ ಗಳು, ನೇರಳಾತೀತ ಬೆಳಕು, ರಾಡಾರ್ ಇತ್ಯಾದಿ) ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್ (ಅಯಾನೀಕರಿಸಲು) ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರದ ವಿಕಿರಣವಾಗಿದೆ.

ಅಯಾನೈಸಿಂಗ್ ವಿಕಿರಣವು ಪರಮಾಣುಗಳಿಂದ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್ ಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಿಕಿರಣವಾಗಿದೆ, ಅಂದರೆ ಪರಮಾಣುಗಳನ್ನು ಅಯಾನೈಸ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ (ಉದಾ, ಆಲ್ಫಾ ಕಣಗಳು, ಬೀಟಾ ಕಣಗಳು, ನ್ಯೂಟ್ರಾನ್ ಗಳು, ಗಾಮಾ ಕಿರಣಗಳು ಮತ್ತು ಎಕ್ಸ್-ರೇಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ). ವಿದ್ಯುತ್ಕಾಂತೀಯ ವಿಕಿರಣದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.

The Electromagnetic Spectrum



ಪರಮಾಣು ಮತ್ತು ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಸ್ಥಾವರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಮಾಣು ಸೌಲಭ್ಯದಲ್ಲಿ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು, ಇದು ಸ್ಥಾವರ/ ಸ್ಥಳದ ತುರ್ತು ಅಥವಾ ಆಫ್ ಸೈಟ್ ತುರ್ತುಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವು ಸೌಲಭ್ಯದ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ದಾಟಿ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟಕರ.

ನಷ್ಟ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ನಿಯೋಜನೆಯಿಂದಾಗಿ ಅಥವಾ ದೋಷಪೂರಿತ ನಿರ್ವಹಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಆಸ್ತುಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು, ಕೃಷಿಅಥವಾ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಿರಣ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಸಹ ಇದು ನಡೆಯಬಹುದು.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಡೊಮೇನ್ ನಲ್ಲಿ ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯರ್ ಅಥವಾ ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ಇತರ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಕಿರಣಶೀಲ/ಪರಮಾಣು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಾಗಿಸುವವಾಹನದ ಅಪಘಾತ, ಇತರೆ ಮೂಲದಿಂದಾಗಿ, ಅಂದರೆ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಮೂಲ ಅಥವಾ ದುಷ್ಪಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಿರಣಮೂಲ/ ವಿಕಿರಣ ಶೀಲವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದಾಗಿ.

ಯಾವುದೇ ವಿಕಿರಣ ಘಟನೆಯು ಆಯಾ ಅನುಮತಿಸಬಹುದಾದ ಮಿತಿಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೆಲಸಗಾರರು ಅಥವಾ ಸಾರ್ವಜನಿಕರನ್ನು ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು / ಅಥವಾ ಮಾಲಿನ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಅಥವಾ ಸಂಭಾವ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಯಾವುದೇ ವಿಕಿರಣ ಘಟನೆಯು ಪರಮಾಣು/ ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.



ಹಿನ್ನೆಲೆ ವಿಕಿರಣ

ಹಿನ್ನೆಲೆ ವಿಕಿರಣ ಎಂದರೇನು ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ಎಷ್ಟು ವಿಕಿರಣವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು:

ನಾವು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ವಿಕಿರಣದ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ, ಅದು ಭೂಮಿಯ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಅಥವಾ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಫಿಲ್ಟರ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶೇಕಡಾವಾರು ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಐಹಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಗೋಡೆಗಳು / ರಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಹಾರಿದರೆ, ನಾವು ಅದೇ ಮೂಲದಿಂದ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪಡೆಯುವ ವಿಕಿರಣಕ್ಕಿಂತ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಮೂಲದಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಕಿರಣವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

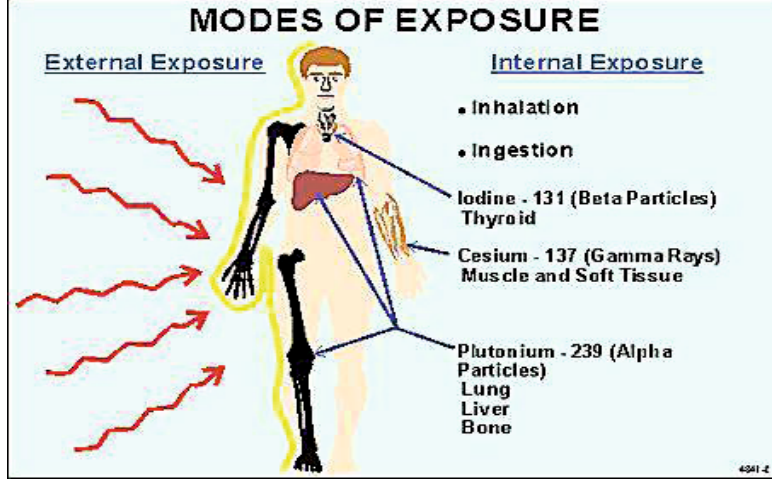
ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳು ಇರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿದ್ದರೆ (ಕೆಲವು ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಚ್ ಮರಳಿನ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ತೆರೆದ ಗಣಿಗಳಂತಹವು) ಅಂತಹ ವಸ್ತುಗಳು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಿನ್ನೆಲೆ ವಿಕಿರಣವನ್ನು ನಾವು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮೇಲ್ಮೈ

ಸಾಮಾನ್ಯ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ವಿಕಿರಣದಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಠೇವಣಿಯಾಗುವ ಶಕ್ತಿಯು ಸುಮಾರು 2.4 mSv/ ವರ್ಷದಷ್ಟಿರುತ್ತದೆ (2400µSv/ವರ್ಷ). ನಾವು ಈ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ವಿಕಿರಣದ ಪ್ರಮಾಣದೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ, ಒಂದು NPP ಯ ಹೊರಗಿಡುವ ಗಡಿಯಲ್ಲಿ (1.0 ಕಿಮೀ - 1.6 ಕಿಮೀ ದೂರದಲ್ಲಿ ರಿಯಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು) ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು, ಅದು ಕೇವಲ 0.015 mSv/ ವರ್ಷ (15µSv/ವರ್ಷ) ಎಂದು ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗಿಂತ ತೀರಾ ಕಡಿಮೆ.

ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ರೇಡಿಯೋನ್ಯೂಕ್ಲೈಡ್ ಗಳಿಂದ ಹೊರಸೂಸುವ ವಿಕಿರಣವು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ (ಅಂದರೆ ಆಲ್ಫಾ, ಬೀಟಾ ಅಥವಾ ಗಾಮಾ ವಿಕಿರಣ) ಹೊರಸೂಸುವ ವಿಕಿರಣದಂತಲೇ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಹೊರಸೂಸುವ ವಿಕಿರಣವನ್ನು ಪರಮಾಣು ಇಂಧನ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ವಿಕಿರಣದಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಧಾತುಗಳು ವಿಕಿರಣಶೀಲ ರೂಪವನ್ನು (ರೇಡಿಯೋಐಸೋಟೋಪ್) ಹೊಂದಿವೆ ಮತ್ತು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸುತ್ತುವರೆದಿದ್ದೇವೆ, ಮತ್ತು ಬಂಡೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ, ಕಟ್ಟಡ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು, ಆಕಾಶ (ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ), ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡ ವಿಕಿರಣದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಹಿನ್ನೆಲೆಮಟ್ಟದ ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯು ವರ್ಷಕ್ಕೆ 2.4 ಮಿಲಿಸಿವರ್ಟ್ (mSv/y). ನಿಯಮಗಳು ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ವಿಕಿರಣದಿಂದ (ಔಷಧವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ) ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ 1mSv/y ಮತ್ತು ಸರಾಸರಿ 20mSv/yಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಔದ್ಯೋಗಿಕ ಒಡ್ಡುವಿಕೆ. ಕೆಲವರು ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅದು ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.



ವಿಕಿರಣದ ಅನ್ವಯಗಳು

ವೈದ್ಯಕೀಯ- ರೋಗನಿರ್ಣಯ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಕೈಗಾರಿಕೆ- ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕರಣೆ, ರೇಡಿಯೋಗ್ರಫಿ, ಗೇಜ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಅಳತೆ

ಸಂಶೋಧನೆ - ಮಾದರಿಗಳ ವಿಕಿರಣ, ಮಾಪನಾಂಕ ನಿರ್ಣಯ ಮೂಲಗಳು, ಟ್ರೇಸರ್ ಗಳು

ಕೃಷಿ- ಟ್ರೇಸರ್ ಅಧ್ಯಯನಗಳು

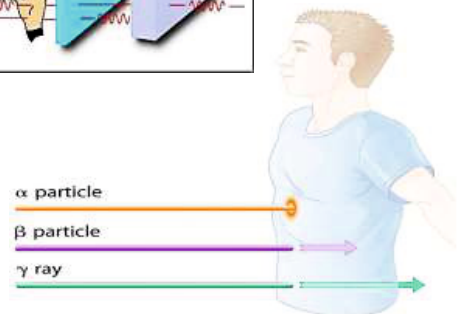
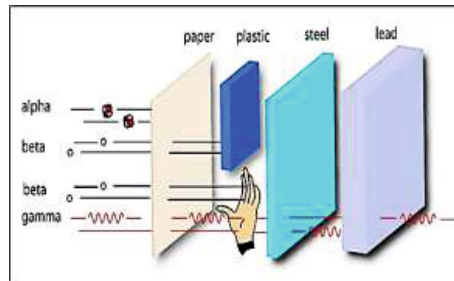
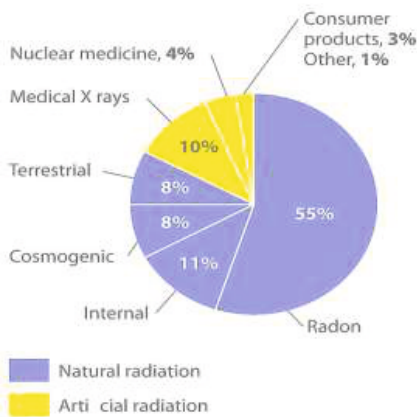
ವಿಕಿರಣದ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಅವು ಎರಡು ರೀತಿಯ ಜೈವಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದಾದ ಕಾರಣ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು: -

1. ದೈಹಿಕ (ಸೋಮಾಟಿಕ್) ಪರಿಣಾಮ - ಎಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.
2. ಅನುವಂಶಿಕ (ಜೆನೆಟಿಕ್) ಪರಿಣಾಮ - ಇದು ಒಡ್ಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ವಂಶಸ್ಥರಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಕಿರಣದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಡೋಸ್ ನ ವಾರ್ಷಿಕ ಸರಾಸರಿ ಮೌಲ್ಯಗಳು: -

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಒಡ್ಡುವಿಕೆಯ ಅಂಶಗಳು (ಎಲಿಮೆಂಟ್ಸ್ ಆಫ್ ಎಕ್ಸ್ಪೋಷರ್)	ವಾರ್ಷಿಕ ಡೋಸ್ mSv.Y-1
01	ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಕಿರಣಗಳು	0.4
02	ಟೆರೆಸ್ಟ್ರಿಯಲ್ ಗಾಮಾ ಕಿರಣಗಳು	0.5
03	ಆಂತರಿಕ ವಿಕಿರಣ	0.3
04	ರೇಡಾನ್ ಮತ್ತು ಅದರ ಕ್ಷಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು	1.2
	ಒಟ್ಟು	2.4



ನಾವು ಈ ಮುಂದಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು -

- ವಿಕಿರಣವು ಯಾವಾಗಲೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಿಸರದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ.
- ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳು ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಭಾವ್ಯ ಹಾನಿಕಾರಕ ಏಜೆಂಟ್ ಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಮುಂದುವರಿದಿವೆ.
- ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಿರಣ ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣಶೀಲ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಮೀರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪರಮಾಣು/ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಸನ್ನದ್ಧತೆ:

ಪರಮಾಣು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಪರಮಾಣು ಸೌಲಭ್ಯದ ವಿವಿಧ ಸೇವಾ ಗುಂಪುಗಳ ನಡುವೆ ಸಮನ್ವಯದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಂಭಾವ್ಯ ರೇಡಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಮೂರು ಹಂತಗಳ, ಅಂದರೆ ಜಿಲ್ಲೆ, ರಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲು ಆಫ್ ಸೈಟ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಮಾಡಬೇಕಾದವುಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದವುಗಳು

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಮನೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗಿ. ಒಳಗೆ ಇರಿ.
- ರೇಡಿಯೋ/ ಅನ್ನು ಸ್ವಿಚ್ ಆನ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದಿಂದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ.
- ಬಾಗಿಲುಗಳು/ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.
- ಎಲ್ಲಾ ಆಹಾರ, ನೀರನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಒಳಗಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಿ.
- ಬಯಲಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಒದ್ದೆ ಕರವಸ್ತ್ರ, ಟವೆಲ್, ಧೋತಿ ಅಥವಾ ಸೀರೆಯಿಂದ ಮುಖ ಮತ್ತು ದೇಹವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ, ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸಿ/ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಶ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ತಾಜಾ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕು
- ಔಷಧಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಪರಮಾಣುವಿಕಿರಣ ಅಪಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ವಿಕಿರಣದ ಭಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಪರಮಾಣು ವಿಕಿರಣ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು

- ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ.
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಬಾಯಿಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗುವ ವದಂತಿಗಳನ್ನು ನಂಬಬೇಡಿ.
- ಹೊರಗೆ ಇರಬೇಡಿ/ ಅಥವಾ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ.
- ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು, ತೆರೆದ ಬಾವಿಗಳ/ ಕೊಳಗಳ ನೀರನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ; ಒಡ್ಡಿದ ಬೆಳೆಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳು; ಹೊರಗಿನಿಂದ ತಂದ ಆಹಾರ, ನೀರು, ಹಾಲು ತ್ಯಜಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಸ್ತಿಯ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮ ಕೈಲಾದಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಜಿಲ್ಲಾ ಅಥವಾ ನಾಗರಿಕ ರಕ್ಷಣಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಯಾವುದೇ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಬೇಡಿ.

