

६. चट्याङबाट सुरक्षाका उपायहरू



चट्याङ आउनु अघि गर्नुपर्ने १० कामहरू

पूर्व सूचना र पूर्व तयारी

१. चट्याङ पर्ने संकेतहरू के के हुन्छन् थाहापाउने । बिजुली चम्कँदा घर भित्रै बस्ने । घर बाहिर हुँदा बिजुली चम्कँदा वा चट्याङ पर्दा आड लिन सकिने सम्भावित सुरक्षित स्थानको पहिचान गर्ने ।
२. सरकारी निकायले चट्याङका बारे गरेका सूचना प्रवाहमा ध्यान दिने, सतर्क हुने । पूर्व सूचनाको ख्याल गर्ने ।
३. अग्ला रुखहरू चट्याङका हिसावले जोखिम पूर्ण भएकाले अग्ला रुखहरू वा टाढा रहने ।



विद्युतीय सामग्री र सुरक्षा

१. घरका विद्युतीय सामानको अर्थिङ गर्ने । चट्याङबाट बच्न घरको बिजुली प्रवाह हुने 'वायरिङ'मा विशेष ध्यान दिने । अर्थिङले बिजुली चम्कँदा निस्केको करेन्ट र घरको करेन्ट जोडिन दिँदैन ।
२. घरमा विद्युतीय सामानसहित सम्पूर्ण भवनको चट्याङ प्रतिरक्षा प्रणाली जोड्ने ।
३. घरमा जडित सर्किटहरू बेला-बेला जाँच गरिरहने ।
४. घर र भवनमा विद्युतीय सुचालकको प्रयोग गरेर चट्याङलाई आकाश देखि जमिनसम्म सजिलो बाटो उपलब्ध गराउने । अग्ला टावरहरू चट्याङका धेरै जोखिमपूर्ण मानिने भएकाले ती टावरमा विशेष किसिमले 'अर्थिङ' जोड्ने ।
५. चट्याङ परेका बेला घरमा बिजुलीका उपकरणहरू नचलाउने ।
६. धाराको पानीबाट करेन्ट आउन सक्ने भएकाले धाराको पानी चलाउनु हुँदैन ।
७. अग्ला रुख तथा ठूला टावरहरू चट्याङका हिसावले जोखिमपूर्ण भएकाले त्यसको नजिक चट्याङ परेका बेला जानुहुँदैन ।

चट्याङ परेको बेला गर्नुपर्ने १० कामहरू

घरभित्र भएमा

१. चट्याङ परेको बेला भ्याल टोका बन्दा गरेर सुख्खा स्थानमा बस्ने । धाराको पानीमा करेन्ट आउनसक्ने भएकाले पानी नचलाउने, नुहाउने, लुगा धुने, भाँडा माज्ने काम नगर्ने र घरमा भएका विद्युतीय उपकरणहरू नजिक नबस्ने ।

घरबाहिर भएमा

१. चट्याङ पर्दा खुला ठाउँमा भए टुकुक्क बस्ने टाउको दुबै घुँडाको बीचमा राखेर दुबै हातले खुट्टा समाउने र खुट्टाको पन्जाले भूईँमा टेकेर दुबै कुरकुच्चा जोडेर बस्ने ।
२. बिजुली र फोनको खम्मा अग्ला भवन, अग्ला रुख तथा खुल्ला मैदानमा नजिक नबस्ने । घरबाहिर भए पसल वा घरभित्र छिर्ने ।

३. मानिसको भ्रुण्ड, समूह, मेला, हाटबजार, महोत्सवमा नबस्ने । घर बाहिर कुनै भेला, खेलकुदका कृयाकलाप भइरहेको छ भने तुरुन्त बन्द गर्ने ।
४. खुल्ला क्षेत्र वा जंगलमा भए अग्लो पहाड ढिस्को वा खुल्ला चउरमा नबसी होचो स्थानमा वा खाल्डो भित्र गएर बस्ने ।
५. पानीमा चट्याङबाट सिर्जना भएको करेन्ट प्रवाह हुने भएकाले पौडने, माछा मार्ने, च्याफिटङ्ग र पौडी जस्ता कार्य नगर्ने । पौडीखेल्लै गरेको वा डुङ्गा चलाउँदै गरेको भए तुरुन्त बाहिर आउने ।
६. मोटरसाइकल वा साइकलमा भए तुरुन्त किनारमा लगाउने । धातुको पर्खाल वा पाइपहरुबाट टाढा रहने ।

विद्युतीय सामग्रीको प्रयोगमा सचेतना

१. बिजुली चम्केका बेला विद्युतीय यन्त्रहरु प्रयोग नगर्ने । विद्युतीय सामग्री प्लगमा जोड्ने तथा ल्याण्डलाइन फोनमा कुरा गर्ने काम नगर्ने । घरमा भएका टीभी, रेडियो, फ्रिज, ओभन जस्ता सबै विद्युतिय विद्युतिय सामग्रीका तारहरु, केबल तथा एन्टेनाका तारहरु प्लगबाट छुटाउने ।

थप सावधानी

१. शरीरलाई जतिसक्दो निउराएर बस्ने । यसो गर्दा चट्याङले हिर्काउने सम्भावना कम हुन्छ । मेघ गर्जनबाट श्रवण शक्ति गुम्न नदिन दुवै हातले कान छोप्ने ।
२. जमिनमा पैतालाको अधिल्लो भागले थोरै सम्पर्क हुने गरी टेक्ने । यसो गर्दा जमिनबाट थोरै करेन्ट प्रवाह हुन्छ । साथै दुवै खुट्टाको कुर्कुचा जोड्ने । यसो गर्दा जमिनबाट एउटा खुट्टामा प्रवाहा भएको करेन्ट अर्को खुट्टा मार्फत फेरी जमिनमै जाने सम्भावना बढ्छ ।

चट्याङपछि गर्नुपर्ने १० कामहरु

१. चट्याङपछि कोही घाइते भएमा पीडितलाई प्राथमिक उपचार गर्दा श्वासप्रश्वास वा धड्कन रोकिएको भए मुखमा मुख राखेर श्वास दिने । जसले मानवीय क्षतिबाट जोगाउन सकिन्छ ।
२. यदि कसैमाथि चट्याङ परेको छ भने तत्काल डाक्टर बोलाई हाल्ने । वा घाइतेलाई प्राथमिक उपचार गरेर तुरुन्त अस्पताल लैजाने ।
३. सामान्य घाइते भएमा प्राथमिक उपचार गर्ने तर गम्भिर प्रकृतिको घाइतेलाई अस्पताल लैजाने ।
४. पीडितलाई छुँदा सुरक्षित हुन्छ, पीडितलाई छुँदा अरु मानिसलाई पनि करेन्टको झटका लाग्दैन ।
५. घाइतेको अवस्था र प्रकृती अवलोकन गर्ने ।
६. चट्याङ लागेका व्यक्तिको तत्काल नाडी छाम्ने र प्राथमिक उपचार दिने ज्ञान छ भने दिइहाल्ने ।
७. धेरैजसो टाउकोबाट करेन्ट प्रवेश गर्ने र खुट्टाबाट बाहिरिने हुनाले उनीहरुको टाउको र खुट्टा जलेका, हड्डी भाँच्चिएको, हेर्ने शक्ति रसुन्ने शक्ति समाप्त भएको हुन सक्ने भएकाले जाँच गर्ने ।
८. अन्तिम पटक बिजुली चम्केको तीस मिनेटसम्म पर्खने । काममा नफर्कने ।
९. छाता नखोल्ने र मोबाइल फोन प्रयोग नगर्ने किनभने यिनमा भएका धातुले करेन्टलाई शरिरतर्फ तान्न मद्दत पुराउन सक्छ ।
१०. आगलागी भएको अवस्थामा सकेसम्म नजिकको अग्नि नियन्त्रलाई खबर गर्नुपर्छ ।

यो सामग्री अमेरिकी अन्तर्राष्ट्रिय विकास नियोज (USAID/BHA) को सहयोगमा भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल (NSET) द्वारा सञ्चालित "मेरो सुरक्षित गाउँ" (My Resilient Village) कार्यक्रम अन्तर्गत तयार पारी प्रकाशन गरिएको हो ।

विस्तृत जानकारीको लागि

भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल

घर-६५, CR-१३, सैबु आवास, भैसेपाटी, ललितपुर

महानगरपालिका-२५, नेपाल, पो.ब. नं. १३७७५, काठमाडौं, नेपाल,

फोन नं.: (९७७-१) ५५९१०००, फ्याक्स नं.: (९७७-१) ५५९२६९२

इ-मेल: nset@nset.org.np, वेब साइट: www.nset.org.np