मध्य प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

बाढ़ सुरक्षा

बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में निवास करने वाले व्यक्ति निम्नलिखित सुझावों के अनुरूप कार्य करके स्वयं एवं अपनी सम्पत्ति को बचा सकते है:--

बाढ़ की पूर्व तैयारी

- सुनिश्चित करें कि समुदाय के साथ–साथ आपके परिवार के सभी सदस्य बाढ़ से उत्पन्न हो सकने वाले खतरों को भली–भॉति समझते हैं।
- चेतावनी सूचक संकेतों को समझें और अपने क्षेत्र विशेष के सन्दर्भ में इन संकेतों को रूपान्तरिक करते हुये बाढ़ के सम्भावित स्तर को ध्यान में रखें।
- अत्यधिक वर्षा होने की स्थिति में स्थानीय प्रशासन व सूचना माध्यमों द्वारा प्रसारित चेतावनियों को ध्यानपूर्वक सुनें और इनका अक्षरसः अनुपालन करें।
- निकासी की स्थिति उत्पन्न होने पर परिवार के प्रत्येक सदस्य के लिये पूर्व में स्पष्ट उत्तरदायित्वों व निर्देशों का होना आवश्यक है।
- समुदाय के पास नौकायें उपलब्ध होने पर यह सुनिश्चित करें कि उनका उचित रख–रखाव किया गया है और वह पेड़ या अन्य स्थिर वस्तु से दृढ़ता से बॉधी गयी है।
- जल आपूर्ति स्त्रोत्रों का संरक्षरण करें।
- निकासी मार्गो व घरों का निरीक्षण करें। संशय होने पर बाढ़ के पानी से सुरक्षा हेतु बालू से भरे बोरों से सुरक्षा दीवार बनायें।
- जल स्तर पर लागातार नजर रखें जाने के लिये दल बनायें और चेतावनी के समुदाय में त्वरित प्रसारण हेतु परस्पर विचार–विमर्श करें।

- समुदाय के अन्तर्गत खोज एवं बचाव दल का गठन करें। बाढ़ की स्थिति में अलग–थलग पड़ सकने वाले क्षेत्रों के चिन्हित करें व स्पष्ट खोज एवं बचाव कार्ययोजना/नणनीति विकसित करें।
- समुदाय के अन्तर्गत प्राथमिक चिकित्सा दल का गठन करें व सुनिश्चित करें कि इस दल के पास आवश्यक चिकित्सकीय आपूर्तियॉ उपलब्ध है।
- बाढ़ की अवधि में और उसके एकदम बाद जीवन यापन के लिये परिवार स्तर पर कुछ आपातकालीन आपूर्तियों का होना अत्यन्त आवश्यक हैं। बाढ़ संभावित क्षेत्र में इन वस्तुओं को रखें:

- बैटरी चलित छोटा रेडियो व टार्च।
- नयी बैटरी।
- मोमबत्ती व दियासलाई।
- पीने के पानी व खाद्य सामग्री की यथोचित आपूर्ति।
- सर्दी, खॉसी, पेचिस, सिरदर्द व बुखार की आम दवायें।
- मजबूत जूते और यदि सम्भव हो तो रबर के दस्तानें।
- अभिलेखाों, बहुमूल्य वस्तुओं व कपड़ों को सुरक्षित रखने के लिये जलरोधी थैला।

- साफ पानी की नियमित आपूर्ति सुनिश्चित होने तक पीने योग्य पानी एकत्रित करने के लिये प्लास्टिक की बाल्टी।
- आपके आपातकालीन सम्पर्को के दूरभाष व पते (जिन्हें आपात स्थिति में सूचित किया जाना हो)।

बाढ़ की चेतावनी मिलने पर क्या करें ?

बाढ़ की चेतावनी का प्रसारण बाढ़ की सम्भावना को दर्शाता है। इस समय आपको मौसम का पूर्वानुमान प्रसारित करने वाले एवं आपके क्षेत्र से सम्बन्धित जानकारियॉ देने वाले रेडिया व टेलीविजन कार्यक्रमों को देखना–सुनना चाहिये एवं त्वरित बाढ़ के प्रति सतर्क रहते हुये किसी भी क्षण घर छोड़ने के लिये मानसिक रूप से तैयार रहना चाहिये। त्वरित बाढ़ की आशंका/पूर्वानुमान होने पर या चेतावनी मिलने पर स्वयं को बचाने के लिये तत्परता दिखायें।

घर छोड़ने की सलाह दिये जाने पर

सामुदायिक नेतृत्व या स्थानीय प्रशासन द्वारा घर छोड़ कर सुरक्षित स्थानों पर चले जाने का परामर्श दिये जाने की स्थिति में समुदाय द्वारा पूर्व में बनायी गयी कार्ययोजना के अनुरूप प्रतिक्रिया की जानी चाहिये।

घर छोड़ने की स्थिति में निम्नलिखित कार्य अवश्य करें:

- अपनी बहुमूल्य वस्तुओ, अभिलेखों व अन्य को इकट्ठरा कर सुरक्षित स्थान पर रखें।
- फर्नीचर व अन्य निजी वस्तुओं को बाढ़ के संभावित स्तर से ऊपर रखें।
- रसोई गैस, बिजली व पानी की आपूर्ति स्त्रोत्र से बन्द कर दें।
- घर के सभी दरवाजें व खिड़कियॉ मजबूती से बन्द करें।
- समस्त विद्युतीय उपकरणों को बाढ़ के संभावित स्तर से ऊपर सुरक्षित स्थान पर रखें।

- रेफ्रिजरेटर व फ्रीजर खाली कर दें। इन उपकरणों की विद्युत आपूर्ति विच्छेदित कर दें व इनका दरवाजा खुला रहने दें।
- आपातकालीन आपूर्ति साथ जे जाना न भूलें।

- निकासी के लिये सुझाये गये सुरक्षित मार्ग का ही उपयोग करे।
- अपनी आपातकालीन आपूर्तियों को सुरक्षित व सूखा रखें।
- बाढ़ के पानी के सम्पर्क में आयी खाद्य सामग्रियों का उपयोग न करें। इसमें विकसति हो रहे जीवाणु आपके स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकते हैं।मृत पशु–पक्षियों के मॉस को भोजन के रूप में उपयोग न करें।
- साफ पानी की आपूर्ति प्राप्त होने तक बरसात का पानी एकत्रित करें और उबालने के बाद ही पीने के लिये उपयोग में लाये। जब तक अन्य जल स्त्रोत्रों को सुरक्षित घोषित न कर दिया जाये जल आपूर्ति का यही सर्वाधिक सुरक्षित स्त्रोत है।
- औपचारिक रूप से सुरक्षित घोषित किये जाने तक कुओं का पानी उपयोग न करें।

- विषैले प्राणियों जैसे सॉप, बिच्छू आदि के प्रति सतर्क रहें। सूखे एवं सुरक्षित स्थान की खोज में यह आपके पास आ सकते है।
- बाढ़ का पानी संक्रमित व प्रदूषित हो सकता है; इसके सम्पर्क में आने से बचें। पानी में उतरना अनिवार्य होने की स्थिति में उपयुक्त जूते पहने।
- वाहन द्वारा कहीं भी बाहर जाने से पहले सुरक्षित मार्गो से सम्बन्धित सूचनाओं के लिये पुलिस व स्थानीय प्रशासन से सम्पर्क करें। पानी की गहराई व वेग का आंकलन किये बिना पानी में कदापि न उतरें।
- पैदल होने पर पानी के बीच से कभी न जायें ओर नजदीकी ऊँचे स्थान में आश्रय लें।
- बाढ़ प्रभावित क्षेत्र में नदी तटों से दूर रहें। बाढ से कमजोर हुये तट प्रायः धंस जाते हैं।
- बाढ़ के पानी में फॅस जाने की स्थिति में वाहन को छोड़ दें और ऊँचे स्थान में शरण ले लें।
- स्थानीय समाचार प्रसारणों के सम्पर्क में रहें और प्रसारित की जा रही चेतावनियों व सलाहों पर अमल करें।
- बाढ़ का खतरा पूर्णतः समाप्त हो जाने तक स्थिति के विषय में प्रशासन, सामुदायिक नेतृत्व व समाज के साथ विचार–विमर्श करें।

पानी में डूबे व्यक्ति की सहायता

पानी में डूबने से फेफड़ों में पानी भर जाता है और कई बार श्वास नलिका, मिट्टी, पौधों के कारण अवरूद्ध हो जाती है। अधिक समय तक ठंडे पानी के सम्पर्क में रहने से पीड़ित व्यक्ति अतिशीत का शिकार हो सकता है।

- पानी में डूब रहे व्यक्ति के ज्यादा पास न जायें।
- डूब रहे व्यक्ति को रस्सी, लकड़ी आदि पकड़ने को दें।
- प्रशिक्षित होने पर ही तैर कर डूबते व्यक्ति को बचाने का प्रयास करें।
- पीड़ित व्यक्ति के मुँह व श्वास नलिका को अवरोध मुक्त करें।
- पीड़ित व्यक्ति को कृत्रिम श्वास दें।
- सॉस लेना आरम्भ करने पर पीड़ित को पुनः प्राप्ति की स्थिति में रखें।
- गीले कपड़े निकाल दें।
- पीड़ित को गर्म रखें व उसका अतिशीत के लिये उपचार करें।
- चिकित्सकीय परामर्श लें।

बाढ़ के बाद

याद रहे कि आपका घर बाढ़ से प्रभावित हुआ था। बाढ़ का पानी कम होने के बाद भी आपको कई खतरों के प्रति सावधान रहना आवश्यक है। बाढ़ के बाद निम्नलिखित बिन्दुओं को ध्यान में रखें:–

- कई सड़कें अभी भी अवरूद्ध हो सकती हैं। मार्ग में चेतावनी सूचक संकेत दिखायी देने पर अन्य वैकल्पिक मार्ग का उपयोग करें।
- समाचार प्रसारणों के माध्यम से ताजा स्थिति से स्वयं को अवगत रखें। फिर से बाढ़ या त्वरित बाढ़ की संभावना हो सकती है।
- बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में आपातकालीन कार्यो के लिये उत्तरदायी व्यक्ति स्थानीय लोगों को सहायता पहुंचाने के कार्य में लगे हो सकते हैं। सुनिश्चित करें कि उन्हें आपसे सहायता मिलें।
- बाढ़ प्रभावित क्षेत्र में भ्रमण न करें। बाढ़ के कारण आपकी जानी पहचानी स्थलाकृति में परिवर्तन हो सकता हैं; हो सकता है कि सड़कें टूट गयी हो फुटपाथ पानी में बह गया हो।
- बाढ़ द्वारा पीछे छोड़ गये मलबे में खतरनाक जन्तुश शरण ले सकते हैं व इसमें स्थित कॉच व बाढ़ग्रस्त क्षेत्र में भ्रमण किया जाना आवश्यक होने पर यथासम्भव सूखी व स्थिर जमीन पर बने नुकीली, धारदार वस्तुओं से चोट लग सकती है।
- नदी के किनारों, भूस्खलन संभावित क्षेत्रों व सुरक्षा की दृष्टि से खाली कराये गये क्षेत्रों से दूर रहें।
- बाढ़ प्रभावित घर में विद्युत आपूर्ति तंत्र की सुरक्षा सुनिश्चित होने एवं घर के कुछ समय तक सूख जाने तक विद्युत आपूर्ति आरम्भ न करें।

मध्य प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

बाढ़ के बाद सामान्य जीवन की ओर

बाढ़ के कारण शारीरिक व मानिसिक तनाव का होना सामान्य है। संक्रमण की इस अवधि में आपको व आपके परिवारजनों को अतिरिक्त देखभाल व आराम की आवश्यकता होगी। घर को पूर्व की स्थिति में आने में निश्चित ही कुछ समय लगेगा। निम्न बिन्दु आपके परिवार के सामान्य जीवन की ओर वापस लौटने में सहायक हो सकते है–:

- घर में प्रवेश करने से पहले प्रशिक्षित व्यक्ति से विद्युत, जल व गैस आपूर्ति की सुरक्षा के सम्बन्ध में परामर्श करें व आवश्यकतानुसार मरम्मत की जानी सुनिश्चित करें।
- सफाई का कार्य आरम्भ करने से पहले पर्याप्त आराम कर लें। सुनिश्चित कर ले कि निकट भविष्य में फिर से बाढ़ का खतरा नहीं है।
- अतिरिक्त पानी के बह जाने के उपरान्त घर को सुखायें व गन्दगी साफ करें।
- सम्भव हो तो बाढ़ से गीली हो गयी प्रत्येक वस्तु को बहार निकालें।
- बरसात न होने पर सभी दस्तावेज–खिड़कियॉ खुली रखें और बरसात होने पर खिड़कियों को हलका खुला छोड़ें।
- घर में उपयुक्त वायु प्रवाह सुनिश्चित करें। इससे घर जल्दी सूखेगा।
- शौचालयों की मरम्मत करायें व सभी जल स्त्रोत्रों को जीवाणुमुक्त किया जाना सुनिश्चित करें।
- सुनिश्चित करें कि दीवार के छिद्रों में कीचड़ या पानी नहीं रूका है। किसी भी प्रकार का रिसाव, बुनियाद का नुकसान, दीवारों में दरारें व अन्य की स्थिति में प्रशिक्षित व्यक्ति से भवन का निरीक्षण करवायें व उसके परामर्श के अनुसार मरम्मत करवायें।

पानी से क्षतिग्रस्त सामान की सुरक्षा के लिये उपाय

क्षति को सीमित करें:

- पानी के स्त्रोत्र को बन्द करने का प्रयास करें।
- पुस्ताकों व कागजों को पानी से बचायें। पानी के ऊपर से गिरने की स्थिति में कागजों को प्लास्टिक की चादर से सुरक्षा प्रदान करें या अन्यत्र स्थानान्तरित करें।
- सतह पर फैल रहे पानी को रोकने के लिये बालू और बोरों की उपलब्धता होने पर बालू से भरे बोरों से अवरोध बनाया जा सकता है।

तापमान एवं आर्द्रता नियंत्रित करें

- वायु प्रवाह में निरन्तरता लायें।
- पंखे व वातानुकूल यंत्र का उपोग करें।

- पानी हटाने के लिये पोछा लगायें।

भविष्य में बाढ़ व इसके प्रभावों से स्वयं को सुरक्षित करें

- बाढ़ के समय और उसके बाद की घटनाओं की विवेचना के लिये समुदाय में चर्चा करें व इस हेतु बैठक आयोजित करें। गलतियों पर चर्चा करें व इनसे सीखने का प्रयास करें। विवेचना करें कि कहॉ, क्या गलत हुआ, क्या परेशानियॉ उत्पन्न हुई एवं कहॉ और कैसे सफलता मिली अगली बाढ़ का सामना करने के लिये बनायी जा रही कार्ययोजना में सभी सुझावों का समावेश करें।
- समुदाय के सभी व्यक्तियों को पास–पड़ोस की सफाई में हाथ बॅटाने के लिये प्रोत्साहित करें।
- भूमि के कटाव को कम करने के लिये सार्वजनिक स्थानों व घरों के आस–पास उपयुक्त प्रजाति के वृक्ष लगायें।
- पेड़ काटे जाने पर सामुदायिक प्रतिबन्ध लगाये व लोगों को वृक्षारोपण के लिये प्रेरित करें। पेड़ बाढ़ से प्राकृतिक रूप से सुरक्षा प्रदान करते हैं।
- जंगलों में आग न लगायें और दूसरों को भी ऐसा न करें दें। लोगों को समझायें कि आग के बाद अच्छी घास का होना एक गलत धारणा है। आग से होने वाले नुकसानों को प्रचारित करें।
- कूड़ा करकट व मलबा नदी, नालों एवं नहरों में न फेंकें।
- प्लास्टिक पदार्थो व थैलियों का निस्तारण जलधाराओं में न करें। इनसे प्राकृतिक जल प्रवाह प्रभावित होता है।
- जलधाराओं में अतिक्रमण न करें।
- समुदाय द्वारा बाढ़ के प्रभावों को कम करने के प्रयासों में सहयोग करें।