

ఉరుములు, మెరుపులు: చేయదగినవి మరియు చేయకూడనివి

ఆరుబయట ఉన్నప్పుడు:

చేయదగినవి మరియు చేయకూడనివి

- ఆరుబయట ఉన్నప్పుడు మెరుపులు రాకుండా ఉండటానికి, సురక్షితంగా ఉంచడానికి మరియు

ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి కొన్ని చిట్కాలు:

- బహిరంగ కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనే ముందు వాతావరణ సూచనను తనిఖీ చేయండి. సూచన ఉరుములతో కూడిన వర్షం కురిస్తే, మీ పర్యటన లేదా కార్యచరణను వాయిదా వేయండి.
- ఉరుములు గర్జిస్తున్నప్పుడు, ఇంటి లోపలికి వెళ్లండి - అంటే మెటల్ షీటింగ్ తో లోహ నిర్మాణాలు మరియు నిర్మాణాలను నివారించడానికి వెంటనే సురక్షితమైన ఆశ్రయానికి వెళ్లండి. సురక్షితమైన ఆశ్రయాలలో పుక్కా హోమ్, పుక్కా భవనం లేదా కిటికీలతో చుట్టబడిన హార్డ్ టాప్ వాహనాలు ఉన్నాయి.
- 30/30 మెరుపు భద్రతా నియమాన్ని గుర్తుంచుకోండి: మెరుపు చూసిన తర్వాత, ఉరుము వినడానికి ముందు మీరు 30 కి లెక్కించలేరు. ఉరుము యొక్క చివరి చప్పులు వినడం తర్వాత 30 నిమిషాలు ఇంట్లో ఉండండి.
- మీరు సమీపంలో సురక్షితమైన ఆశ్రయం లేకుండా బయట పట్టుబడితే, వెంటనే కొండలు, పర్వత చీలికలు లేదా శిఖరాలు వంటి ఎత్తైన ప్రాంతాల నుండి బయటపడండి. ఆశ్రయం కోసం ఎప్పుడూ కొండ లేదా రాతి ఓవర్హాంగ్ ను ఉపయోగించవద్దు.
- వెంటనే చెరువులు, సరస్సులు మరియు ఇతర నీటి వస్తువుల నుండి బయటపడండి. బహిరంగ నీటి ప్రదేశంలో (ఉదా. వరి మార్పిడి) పనిచేస్తుంటే, వెంటనే పొలం నుండి పొడి ప్రాంతానికి (కనీసం క్షేత్ర సరిహద్దుకు) వెళ్లండి.
- ఆదర్శవంతంగా, లోతట్టు ప్రాంతంలో ఒక ఆశ్రయాన్ని కనుగొని, ఎంచుకున్న ప్రదేశం వరదలకు అవకాశం లేదని నిర్ధారించుకోండి.
- నేలమీద చదునుగా ఉండకండి, ఎందుకంటే ఇది పెద్ద లక్ష్యాన్ని చేస్తుంది.
- ఆశ్రయం అందుబాటులో లేనట్లయితే, వెంటనే మెరుపు గుంటలోకి ప్రవేశించండి: (గట్టిగా బంతిలో కూర్చోండి లేదా కూర్చోండి, చేతులు మీ కాళ్ళకు చుట్టి ఉంటాయి. మీ పాదాలను కలిపి ఉంచండి (తాకడం), తల తగ్గించడం, చెవులు కప్పడం మరియు కళ్ళు మూసుకోవడం. ఇది మిమ్మల్ని చేస్తుంది సాధ్యమైనంత చిన్న లక్ష్యం.
- మీ మెడ వెనుక భాగంలో జుట్టు నిలబడి మెరుపు ఆసన్నమైందని సూచిస్తుంది.
- విద్యుత్తును (ఫోన్, పవర్, మెటల్ కంచెలు, విండీ మిల్లులు మొదలైనవి) నిర్వహించే అన్ని యుటిలిటీ లైన్లు మరియు వస్తువులకు దూరంగా ఉండండి. తుఫాను రాకముందే ఏదైనా ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలను అన్‌ప్లగ్ చేయండి.
- మీ ఉపకరణాలను రక్షించడానికి ఇంటి మొత్తాన్ని ఉప్పొంగే రక్షకులతో ఇంటిని సిద్ధం చేయండి.
- చెట్ల కింద మరియు ముఖ్యంగా వివిక్త చెట్లు కింద ఆశ్రయం పొందవద్దు, ఎందుకంటే ఇవి విద్యుత్తును నిర్వహిస్తాయి.
- రబ్బరు-సోల్డ్ బూట్లు మరియు కారు టైర్లు మెరుపు నుండి రక్షణను ఇవ్వవు.
- చెదరగొట్టే లేదా నష్టాన్ని కలిగించే బహిరంగ వస్తువులను సురక్షితంగా ఉంచండి.
- మీకు ఫోమ్ ప్యాడ్ లేదా పొడి, లోహ రహిత బట్టల వంటి ఇన్సులేషన్ ఉంటే, దాన్ని మీ కింద ఉంచండి.
- మీరు ఉరుములతో కూడిన సమాహంలో ఉంటే, ఒకదానికొకటి వేరు. మెరుపు భూమిపైకి వస్తే ఇది గాయాల సంఖ్యను తగ్గిస్తుంది.
- రోడ్డు లేదా సమాజంలోని కొన్ని ప్రాంతాలకు ప్రాప్యత లేని రోడ్లను దాటివదిలించడం, నవీకరించబడిన సమాచారం లేదా సూచనల కోసం స్థానిక రేడియో మరియు టెలివిజన్ స్టేషన్లను వినడం కొనసాగించండి.
- శిశువులు, పిల్లలు మరియు వృద్ధులు లేదా ప్రాప్యత లేని రోడ్లకు అవసరాలు ఉన్నవారికి ప్రత్యేక సహాయం అవసరమయ్యే వ్యక్తులకు సహాయం చేయండి.
- కూలిపోయిన విద్యుత్ లైన్ల నుండి దూరంగా ఉండండి మరియు వాటిని వెంటనే నివేదించండి.
- మీ జంతువులను దగ్గరగా చూడండి. వాటిని మీ ప్రత్యక్ష నియంత్రణలో ఉంచండి.

ఇంట్లో లేదా ఇండోర్లో ఉంటే

మెరుపు తుఫాను సమయంలో మీ ఇళ్ళు, కార్యాలయాలు, షాపింగ్ కేంద్రాలు మొదలైనవి సురక్షితమైనవిగా పరిగణించబడుతున్నప్పటికీ, ఒక వ్యక్తి ఇంకా ప్రమాదంలో పడవచ్చు. సురక్షితంగా ఉంచడానికి మరియు ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి:

చీకటి ఆకాశం మరియు పెరిగిన గాలి కోసం చూడండి.

మీరు ఉరుము విన్నట్లయితే, మీరు మెరుపులతో కొట్టేంత దగ్గరగా ఉన్నారు. 30/30 మెరుపు భద్రతా నియమాన్ని గుర్తుంచుకోండి: మెరుపు చూసిన తర్వాత, ఉరుము వినడానికి ముందు మీరు 30 కి లెక్కించలేరు. ఉరుము యొక్క చివరి చప్పట్లు విన్న తర్వాత 30 నిమిషాలు ఇంట్లో ఉండండి.

వివిధ రకాల కమ్యూనికేషన్ల ద్వారా నవీకరణలు మరియు హెచ్చరిక సూచనల కోసం స్థానిక మీడియాను పర్యవేక్షించండి.

ఇంటి లోపల ఉండండి మరియు వీలైతే ప్రయాణానికి దూరంగా ఉండండి.

విండోస్ మరియు తలుపులు, విండో బ్లైండ్స్, షేడ్స్ లేదా కర్టెన్లను మూసివేయండి. మీ ఇంటి వెలుపల సురక్షితమైన వస్తువులు (ఉదా. ఫర్నిచర్, డబ్బాలు మొదలైనవి). ఎగిరే ప్రమాదానికి కారణమయ్యే చెట్ల కలప లేదా ఇతర శిథిలాలను తొలగించండి.

పిల్లలు మరియు పెంపుడు జంతువులు లోపల ఉన్నాయని నిర్ధారించుకోండి.

కంప్యూటర్లు, ల్యాప్టాప్లు, గేమ్ సిస్టమ్స్, దుస్తులను ఉతికే యంత్రాలు, డ్రైయర్లు, స్టవ్లు, రిఫ్రిజిరేటర్లు, సెలిబ్రేషన్, ఎయిర్ కండిషనర్లు లేదా ఎలక్ట్రికల్ అవుట్లెట్కు అనుసంధానించబడిన ఏదైనా ఎలక్ట్రికల్ / ఎలక్ట్రానిక్ ఉపకరణాలను అన్ప్లగ్ చేయండి, మెరుపు తుఫాను సమయంలో విద్యుత్ ఉప్పెనను నిర్వహించే ప్రధాన విద్యుత్ సరఫరా.

స్నానం లేదా స్నానం చేయడం మానుకోండి, వంటలు కడగడం లేదా నీటితో మరేదైనా సంబంధం కలిగి ఉండండి మరియు నీటితో దూరంగా ఉండండి. భవనం యొక్క ఫ్లంబింగ్ మరియు మెటల్ పైపుల ద్వారా మెరుపు ప్రయాణించగలదు.

కార్టెడ్ ఫోన్లు మరియు కాంక్రీట్ గోడలు లేదా ఫ్లోరింగ్లో ఏదైనా మెటల్ వైర్లు లేదా బార్లతో సహా విద్యుత్ / ఎలక్ట్రానిక్ ఉపకరణాలను ఉపయోగించవద్దు. అయితే, తుఫాను సమయంలో కార్టెల్స్ లేదా సెల్యులార్ ఫోన్లను ఉపయోగించడం సురక్షితం.

తలుపులు, కిటికీలు, పోర్ట్లు మరియు కాంక్రీట్ అంతస్తులు, నిప్పు గూళ్లు, పొయ్యిలు, స్నానపు తొట్టెలు లేదా ఇతర విద్యుత్ కండక్టర్ల నుండి ఉరుములతో కూడిన సమయంలో దూరంగా ఉండండి.

పోర్ట్లు, గెజిట్లు, క్రిడా రంగాలు (గోల్ఫ్ కోర్సులు, పార్కులు మరియు ఆట స్థలాలు వంటివి), చెరువులు, సరస్సులు, ఈత కొలనులు మరియు బీచ్లు వంటి బహిరంగ నిర్మాణాలు / ప్రదేశాలను నివారించండి.

కాంక్రీట్ అంతస్తులలో పడుకోండి మరియు కాంక్రీట్ గోడలపై మొగ్గు చూపవద్దు.

ప్రయాణిస్తుంటే - చేయవల్సినవి మరియు చేయకూడనివి

- బహిరంగ కార్యకలాపాలకు ముందు వాతావరణ సూచనను తనిఖీ చేయండి. ఉరుములతో కూడిన హెచ్చరిక ఉంటే, ఉరుములతో కూడిన ముగింపు కోసం మీ ప్రయాణం లేదా యాత్ర లేదా కార్యచరణను వాయిదా వేయండి.
- ఉరుములతో కూడిన సమయంలో, కన్వర్జిబుల్స్, మోటారు సైకిళ్ళు మరియు గోల్ప్ బండ్లు వంటి బహిరంగ వాహనాలను నివారించండి. పోర్స్, గెజిబోస్, బేస్ బాల్ డగ్ బాట్స్ మరియు స్పోర్ట్స్ అరేనాస్ వంటి బహిరంగ నిర్మాణాలను నివారించండి. మరియు గోల్ప్ కోర్సులు, ఉద్యానవనాలు, ఆట స్థలాలు, చెరువులు, సరస్సులు, ఈత కొలనులు మరియు బీచ్లు వంటి బహిరంగ ప్రదేశాలకు దూరంగా ఉండండి.
- మెరుపులను ఆకర్షించే సైకిళ్ళు, మోటారు సైకిళ్ళు లేదా వ్యవసాయ వాహనాల నుండి బయటపడండి.
- బోటింగ్ లేదా ఈత ఉంటే, వీలైనంత త్వరగా నీటి నుండి బయటపడి ఆశ్రయం పొందండి.
- ఉరుములు గర్జిస్తున్నప్పుడు, ఇంటి లోపలికి వెళ్ళండి - అంటే మెటల్ పీటింగ్తో లోహ నిర్మాణాలు మరియు నిర్మాణాలను నివారించడానికి వెంటనే సురక్షితమైన ఆశ్రయానికి వెళ్ళండి. సురక్షితమైన ఆశ్రయాలలో పుక్కా హోమ్, పుక్కా భవనం లేదా కిటికీలతో చుట్టబడిన హార్డ్ టాప్ వాహనాలు ఉన్నాయి.
- ఆశ్రయం అందుబాటులో లేనట్లయితే, వెంటనే మెరుపు గుంటలోకి ప్రవేశించండి: (గట్టిగా బంతిలో కూర్చోండి లేదా కూర్చోండి, చేతులు మీ కాళ్ళకు చుట్టి ఉంటాయి. మీ పాదాలను కలిపి ఉంచండి (తాకడం), తల తగ్గించడం, చెవులు కప్పడం మరియు కళ్ళు మూసుకోవడం. ఇది మిమ్మల్ని చేస్తుంది సాధ్యమైనంత చిన్న లక్ష్యం.
- తుఫాను సమయంలో, సహాయం వచ్చే వరకు లేదా తుఫాను గడిచే వరకు మీ వాహనంలో ఉండండి (మీరు లోహాన్ని తాకకపోతే లోహపు పైకప్పు రక్షణ కల్పిస్తుంది); కిటికీలు పైకి ఉండాలి; చెట్లు మరియు విద్యుత్ లైన్ల నుండి దూరంగా ఉండండి.
- అటవీ ప్రాంతం నుండి (ముఖ్యంగా పైన్ అడవులు) స్పష్టమైన భూమి వైపుకు వెళ్ళండి. మెరుపు సమ్మే కారణంగా అటవీ మంటలు ప్రారంభమయ్యే అవకాశం ఉంది.

మెరుపు: ప్రథమ చికిత్స చికిత్స

- వృత్తిపరమైన వైద్య సహాయం కోసం ఎదురుచూస్తున్నప్పుడు మెరుపు సమ్మే బాధితులకు ప్రథమ చికిత్స వారి ప్రాంతాలను కాపాడుతుంది. మెరుపు సమ్మే బాధితుడిని తాకడం సురక్షితం. వీలైతే, ప్రాథమిక ప్రథమ చికిత్స ఇవ్వండి.
- బాధితుడు ఊపిరి పిరి పీల్చుకుంటున్నాడా మరియు హృదయ స్పందన ఉందో లేదో తనిఖీ చేయండి. పల్స్ కోసం తనిఖీ చేయడానికి ఉత్తమమైన ప్రదేశం కరోటిడ్ ధమని, ఇది మీ మెడపై నేరుగా మీ దవడ కొరింద కనిపిస్తుంది.
- బాధితుడు ఊపిరి పిరి తీసుకోకపోతే, వెంటనే నోటి నుండి నోటికి పునరుజ్జీవం ప్రారంభించండి. బాధితుడికి పల్స్ లేకపోతే, కార్డియాక్ కంప్రెషన్లను కూడా ప్రారంభించండి (సిపిఆర్).
- పతనానికి గురైన లేదా ఎక్కువ దూరం విసిరితే తప్ప పక్షవాతం లేదా పెద్ద రక్తస్రావం సమస్యలకు కారణమయ్యే పెద్ద విరిగిన ఎముకలు ఉన్నాయని సమ్మే నుండి బయటపడిన బాధితుడిని తనిఖీ చేయండి.

- బాధితుడు మరియు రక్షకుడు రెండింటికీ కొనసాగుతున్న మెరుపు ప్రమాదం గురించి తెలుసుకోండి. బాధితుడు ఉన్న ప్రాంతం అధిక ప్రమాదం ఉంటే, బాధితుడిని వెంటనే సురక్షితమైన ప్రదేశానికి తరలించండి.
- మెరుపుతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు విద్యుత్ ఛార్జీని కలిగి ఉండరు మరియు సురక్షితంగా నిర్వహించగలరు.
- విరిగిన ఎముకలు, వినికిడి లోపం మరియు కంటి చూపు కోసం తనిఖీ చేయండి.
- మెరుపు సమ్మెకు గురైన బాధితుడు వివిధ రకాల బర్న్, షాక్ మరియు కొన్నిసార్లు మొద్దుబారిన గాయాలతో బాధపడవచ్చు. ఇంపాక్ట్ పాయింట్‌ను తనిఖీ చేయండి మరియు గాయం గుర్తుల కోసం విద్యుత్తు శరీరాన్ని ఎక్కడ వదిలివేసింది.

వ్యవసాయం చేస్తున్నప్పుడు పొలంలో లో ఉరుములు, మెరుపులు వస్తే చేయవలసినవి :

- హెల్ప్‌లైన్ నంబర్ 1078 కు కాల్ చేయండి మరియు సమ్మె బాధితుడు (ల) గురించి ఖచ్చితమైన స్థానం మరియు సమాచారానికి సూచనలు ఇవ్వండి. మెరుపుతో కొట్టిన వ్యక్తిని ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్ళండి
- గాలులతో కూడిన ఉరుములతో కూడిన ఉరుములతో, పండ్ల తోటలకు యాంతరిక సహాయాన్ని అందించండి, కూరగాయలలో దొరుకుతుంది.
- రైతులు పొలంలో ఉంటే మరియు ఎటువంటి ఆశ్రయం కనుగొనలేకపోతే, ఈ ప్రాంతంలోని ఎత్తైన వస్తువును నివారించండి. వివిక్త చెట్లు మాత్రమే సమీపంలో ఉంటే, బహిరంగ ప్రదేశంలో వంగడం ఉత్తమ రక్షణ.
- జంతువులను బహిరంగ నీరు, చెరువు లేదా నది నుండి దూరంగా ఉంచండి.
- జంతువులను ట్రాక్టర్లు మరియు ఇతర లోహ వ్యవసాయ పరికరాల నుండి దూరంగా ఉంచండి.
- పంటల నుండి అదనపు నీటిని తీసివేయండి.
- పండించిన ఉత్పత్తులను (పొలంలో ఉంటే) పాలిథిన్ షీట్లో కప్పండి.

చేయకూడనివి

విద్యుత్ పరికరాలు లేదా తీరాడులతో సంబంధాన్ని నివారించండి.

ట్రాక్టర్లు, వ్యవసాయ పరికరాలు మరియు సైకిళ్ళు - ఏదైనా లోహంతో సంబంధాన్ని దూరంగా ఉంచండి. విద్యుత్తును నిర్వహించే లోహం లేదా ఇతర ఉపరితలాలుగా.

మీ జంతువులను చెట్ల కొరింద కలపడానికి అనుమతించవద్దు. మీ జంతువులను దగ్గరగా చూడండి మరియు వాటిని మీ ప్రత్యక్ష నియంత్రణలో ఉంచడానికి ప్రయత్నించండి.

గమనిక: రాష్ట్రాలు వారి స్థానిక అనుభవాలు మరియు ఉత్తమ అభ్యాసాలను బట్టి వారి స్వంత ఉపయోగం కోసం చేయవలసినవి మరియు చేయకూడని విషయాలను అనుకూలీకరించవచ్చు. తదుపరి చర్యలను ఆయా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు చేపట్టాల్సిన అవసరం ఉంది.