



नदियों/तालाबों/गड्डों में डूबने की बढ़ती घटनाओं को रोकने हेतु जिला प्रशासन एवं राज्य की जनता को जरूरी सलाह:



देश और राज्य में मानसून का आगमन हो गया है। मानसून की बारिश के कारण नदियाँ उफना गयी हैं। देखा जा रहा है कि उफनायी नदियों/तालाबों/गड्डों में स्नान करने एवं बर्तन धोने जैसे रोजाना के काम के दौरान बच्चों/किशोर/किशोरियों एवं अन्य व्यक्तियों की मृत्यु डूबने के कारण हो रही है। कई घरों के चिराग बुझ गये हैं। यह स्थिति संबंधित परिवारों के लिए त्रासद है। इन बहुमूल्य जिन्दगियों को बचाने के लिए निम्नलिखित बातों पर ध्यान दें –

- खतरनाक घाटों/तालाबों/गड्डों के किनारे न स्वयं जायें न ही बच्चों को जाने दें।
- बच्चों को पुल/तालाबों/गड्डों/तेज पानी के बहाव में स्नान करने से रोकें।
- बच्चों को पुल/पुलिया/उँचे टीलों से पानी में कूद कर स्नान करने से रोकें।
- यदि बहुत ही आवश्यक हो तो ही नदी के किनारे जायें, परंतु नदी में उतरते समय गहराई का ध्यान रखें।
- यदि तैरना जानते हों तभी नदियों/तालाबों/घाटों के किनारे जाएँ।
- डूबते हुए व्यक्ति को धोती, साड़ी रस्सी या बांस की सहायता से बचायें तथा तैरना नहीं जानते हों तो पानी में न जाएँ और सहायता के लिए पुकारें।
- गाँव/टोले में डूबने की घटना होने पर आस-पास के लोग आपस में एकत्रित होकर ऐसी दुःखद घटना की चर्चा अवश्य करें, कि किस कारण से इस तरह की घटना हुई और ऐसा क्या किया जाए कि, इस तरह की घटना फिर कभी न हो।

डूबे हुए व्यक्ति को पानी से निकाल कर तत्काल प्राथमिक उपचार निम्न प्रकार करें

- 1 सबसे पहले देख लें कि डूबे हुए व्यक्ति के मुँह व नाक में कुछ फंसा तो नहीं है, यदि है तो उसे निकालें।
- 2 नाक व मुँह पर उँगलियों के स्पर्श से जाँच कर लें कि डूबे हुए व्यक्ति की साँस चल रही है कि नहीं।
- 3 नब्ज़ की जाँच करने के लिए गले के किनारे के हिस्सों में उँगलियों से छूकर जानकारी प्राप्त करें कि नब्ज़ चल रही है कि नहीं।
- 4 नब्ज़ व साँस का नहीं पता चलने पर डूबे हुए व्यक्ति के मुँह से मुँह लगाकर दो बार भरपूर साँस दें व 30 बार छाती के बीच में दबाव दें तथा इस विधि को 3-4 बार दुहराएँ। ऐसा करने से धड़कन वापस आ सकती है व साँस चलना शुरू हो सकती है।
- 5 यदि डूबा हुआ व्यक्ति खाँस/बोल/साँस ले सकने कि स्थिति में है तो उसे ऐसा करने के लिए प्रोत्साहित करें।
- 6 देख लें कि डूबे हुए व्यक्ति का पेट यदि फूला हुआ है तो पूरी संभावना है कि उसने पानी पी लिया होगा, अतः नीचे दी गई विधि से पेट से पानी निकालने कि प्रक्रिया शुरू करें।
- 7 डूबे हुए व्यक्ति को पेट के बल सुलाएँ तथा पेट के नीचे तकिया या छोटा घड़ा जैसा बर्तन जो भी उपलब्ध हो सके लगा दें, अन्यथा चित्र के अनुसार किसी स्वस्थ व्यक्ति को पहले पेट के बल सुलाएँ तथा उसके ऊपर डूबे हुए व्यक्ति को इस तरह सुलाएँ कि उसका पेट नीचे सोये हुए व्यक्ति की पीठ पर पड़े। इसके बाद पीठ के निचले हिस्से पर धीरे-धीरे दबाकर पानी बाहर निकालें।
- 8 डूबे हुए व्यक्ति को पुनः उठाकर पीठ के सहारे सुलाएँ तथा आराम करने दें।
- 9 मूर्छा या बेहोशी आने पर पुनः साँस देने व छाती में दबाव देने की प्रक्रिया शुरू करें।
- 10 उपरोक्त प्रक्रिया के बाद बचाए गए व्यक्ति को अविलम्ब नज़दीकी डॉक्टर अथवा प्राथमिक चिकित्सा केन्द्र पर ले जाएँ।
- 11 डॉक्टर या प्राथमिक चिकित्सा केन्द्र पर ले जाने के लिए स्थानीय स्तर पर जो भी साधन उपलब्ध हो उसका प्रयोग करें या 108/102 पर फोन कर एम्बुलेन्स बुला लें।



जनहित में जारी

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें :

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (आपदा प्रबंधन विभाग, बिहार सरकार)

द्वितीय तल, पंत भवन, बेली रोड, पटना- 800 001, Tel. : +91 (612) 2522032, Fax. : +91 (612) 2532311
visit us : www.bsDMA.org; e-mail : info@bsDMA.org

जिला प्रशासन को सलाह
खतरनाक घाटों की पहचान कर उनपर
खतरनाक/चेतावनी का साईन बोर्ड लगाया जाए