

เตรียมพร้อม รู้ไว้ก่อน ภัยพิบัติมาเยือน(2)



ภัยจากน้ำท่วม



- ติดตามข่าวสาร และเชื่อฟังประกาศจากเจ้าหน้าที่
- สักด็อก่อนออกจากบ้าน และอพยพจากพื้นที่น้ำท่วมสูงทันที อย่าห่วงทรัพย์สิน ห่วงชีวิตและคนรอบข้างก่อน
- ไฟไหม้ 1669 หากพบผู้ถูกไฟดูด ให้ปฐมพยาบาลตามคำแนะนำ หากหัวใจหยุดเต้นให้รีบกดหน้าอกช่วยหายใจ (CPR)
- ห้ามลงเล่นน้ำ ระวังภัยจากสัตว์ปีศาจ และเชื้อโรคที่มากับน้ำ
- หากเดินลุยน้ำ หลังเข้าบ้านควรรีบล้างเท้าให้สะอาด และเช็ดให้แห้ง หากเท้ามีบาดแผลควรซ่อมด้วยน้ำยาเชื้อเพื่อป้องกันโรคน้ำกัดเท้า

ภัยจากน้ำท่วมเฉียบพลัน



- ติดตามข่าวสารอย่างใกล้ชิด และปฏิบัติตามคำแนะนำ
- สักด็อก่อนออกจากบ้าน และอพยพจากพื้นที่น้ำท่วมสูงทันที โดยเลือกเส้นทางที่สูง ช่องระบายน้ำ
- สูบมูกอยู่เสมอ ห้ามเดินฝ่ากระแสน้ำ และใช้มีปักดินคลำทาง เพื่อสังเกตว่าดินตื้นลึกแค่ไหน
- ห้ามขับรถฝ่ากระแสน้ำท่วม และถ้าหากน้ำขึ้นสูงรอบ ๆ รถ ให้รีบออกจากรถ
- อย่าเสี่ยงช่วยเหลือผู้อื่นหากอุปกรณ์ไม่พร้อม เพราะอาจไม่ปลอดภัย
- ไฟไหม้ 1669 หากพบผู้บาดเจ็บ

ภัยจากดินโคลนถล่ม



- หากฝนตกหนัก ให้สังเกตสัญญาณเตือนภัยของเหตุแผ่นดินถล่ม เช่น เสียงดันไม้ทักษิ้น ก้อนหินใหญ่ถล่มมา น้ำมีสีเขียว
- อพยพไปในพื้นที่สูง และมั่นคง ตามเส้นทางที่เตรียมการไว้ เมื่อได้รับสัญญาณเตือนภัย
- ตั้งสติ ท่องไว้ว่า “รักษาชีวิตก่อน ทรัพย์สินไว้ทีหลัง” ให้นำเฉพาะ ของใช้จำเป็นตัวไว้ไปเท่านั้น
- หากหลังถูกดินถล่ม หาดันไม้ใหญ่เกะไว้ แล้วรีบขึ้นจากน้ำให้ได้
- หากหนีไม่ทัน ให้ม้วนตัวเป็นครกกลมให้มากที่สุด เพื่อป้องกันศีรษะกระแทก

ภัยจากเหตุไฟไหม้



- ตั้งสติ โทร 199
- ใช้ถังดับเพลิงดับไฟ หากประเมินว่าเพลิงไม่ม้อยในวงแคบ และสามารถดับไฟได้
- อพยพผ่านทางหนีไฟ ก่อนเปิดประตูให้หัวหลังมีอัมพสปรตุ หรือลูกบิด หากพบว่าร้อน ห้ามเปิดและใช้เส้นทางอพยพอื่นแทน ห้ามใช้ลิฟต์โดยเด็ดขาด
- หมอบคลานตัว ใช้ผ้าชุบน้ำปิดจมูก เพื่อป้องกันควันไฟ
- หากติดอยู่ภายในอาคาร ให้ผ้าอุดตามช่องว่างรอบประตูหน้าต่าง เพื่อป้องกันควันไฟ และพยายามขอความช่วยเหลือ เช่น โบกมือ ใช้ไฟฉายส่องสัญญาณ

ภัยจากวัตถุต้องสังสัย



- ตั้งสติ และรีบออกจากพื้นที่เสี่ยงภัยทันที
- โทรแจ้ง 191 และห้ามแตะต้องหีบเครื่องเสียง
- ถ้ามีสายร้อยน็อตเก่า ใช้ยานร้อยน็อตเก่าของครอบครัวต้องสังสัย
- หากติดอยู่ภายในอาคาร ให้ใช้ผ้าชุบน้ำอุดช่องประตู เพื่อป้องกันแก๊สพิษ และหาที่กำบังที่มั่นคงแข็งแรง
- หลบอยู่เหนืออลปีดเครื่องปรับอากาศ และสวมเสื้อผ้ามีดีด เพื่อป้องกันอันตราย
- หากวัตถุนั้นเกิดประกายไฟหรือระเบิดให้หลบหลังที่กำบังที่แข็งแรง

ภัยจากสังคมและความขัดแย้ง



- ห้ามเข้าใกล้พื้นที่อันตราย หรือร่วมชุมนุม
- ตั้งสติ อย่าใช้อารมณ์ตัดสิน ใช้วิจารณญาณในการรับข้อมูลข่าวสาร
- จัดเริยมในชุมชนเพื่อเป็นทุบทรั้งภัย
- โทรแจ้ง 191 โดยด่วนหากพบวัตถุต้องสังสัยหรือผิดสังเกต
- เตรียมปัจจัยสี่ หรือเครื่องใช้ที่จำเป็น
- หากเหตุการณ์รุนแรงและไม่สามารถหนีออกจากพื้นที่ได้ ให้อพยพเข้าหลุมหลบภัย (ลึกอย่างน้อย 50 ซม.) หรืออพยพออกจากพื้นที่ชุมนุมหรือเสี่ยงภัย

รู้หรือไม่

เรทุกคนสามารถเตรียมความพร้อมรับภัยพิบัติด้วย ฯ ดังนี้

- เตรียมพร้อมก่อนน้ำยมา ศึกษาแผนฉุกเฉินน้ำท่วงหน้า เช่น ทางวิธีแจ้งเหตุ การกระจายข่าว เส้นทางอพยพ กำหนดจุดปลดภัย และประกาศให้ทราบโดยทั่วถัน
- เตรียมความพร้อมด้านร่างกาย ที่อยู่อาศัย และสัตว์เลี้ยง รวมถึงต้องซักซ้อมบ่อย ๆ ในการอพยพและการสื่อสาร
- เตรียมปัจจัยสี่ สำหรับผู้ที่อยู่อาศัยอย่างน้อย จัดเตรียมน้ำ ยาภัยไว้ และของใช้ที่จำเป็นให้สูงเป็นคุดเก็บไว้ที่ปลดภัย
- ติดตามฟังข่าวสารบ้านเมืองอยู่เสมอ รวมทั้งปฏิบัติตามคำแนะนำของทางราชการ หรือสื่อมวลชน เมื่อมีเหตุภัยพิบัติต่าง ๆ
- ช่วยกันเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ความรู้ที่ถูกต้องแก่สาธารณะ

เรียนรู้เรื่องข้อมูลจาก
• “คู่มืออาสาอุปกรณ์ชุมชน”, สถาบันการแพทย์อุปกรณ์แห่งชาติ.