

बिहार सरकार
आपदा प्रबंधन विभाग

आमजनों को वज्रपात (ठनका) से बचाव के उपाय हेतु सुझाव

बरसात के दिनों में प्रायः आसमान में बिजली कड़कती/चमकती है तथा आसमानी बिजली गिरने से आमजन प्रभावित होते हैं। इससे बचने हेतु आमजनों के हित में निम्न सुझाव पर अमल करने का परामर्श दिया जाता है।

क्या करें	क्या न करें
<ul style="list-style-type: none">• किसी पक्के मकान में आश्रय लेना बेहतर है। सफर के दौरान अपने वाहन में ही बने रहें। मजबूत छत वाले वाहन में रहें, खुली छत वाले वाहन की सवारी न करें।	<ul style="list-style-type: none">• बिजली से संचालित उपकरणों से दूर रहें, तार वाले टेलीफोन का उपयोग न करें।
<ul style="list-style-type: none">• बिजली के उपकरणों या तार के साथ सम्पर्क से बचें व बिजली के उपकरणों को बिजली के सम्पर्क से हटा दें।	<ul style="list-style-type: none">• खिड़कियाँ, दरवाजे, बरामदे एवं छत से दूर रहें।
<ul style="list-style-type: none">• तालाब और जलाशयों से दूर रहें, यदि आप पानी के भीतर हैं अथवा किसी नाव में हैं तो तुरंत बाहर आ जाएं।	<ul style="list-style-type: none">• ऐसी वस्तुएँ जो बिजली की सुचालक हैं, उनसे दूर रहें, धातु से बने पाईप, नल, फब्वारा, वॉशबेसिन आदि के सम्पर्क से दूर रहें।
<ul style="list-style-type: none">• यदि आपके सिर के बाल खड़े हो जाएं, त्वचा में झुनझुनी होने लगे तो फौरन नीचे झुक कर कान बंद कर लें, क्योंकि यह इस बात का सूचक है कि आपके आसपास बिजली गिरने वाली है। जमीन पर न लेटें और न ही हाथ टिकाएं।	<ul style="list-style-type: none">• ऊँचे वृक्ष आसमानी बिजली को आकर्षित करते हैं, कृपया उनके नीचे न खड़े रहें। ऊँची इमारतों वाले क्षेत्र में आश्रय न ले। समूह में न खड़े रहें, बल्कि अलग-अलग हो जाएं।
	<ul style="list-style-type: none">• बाहर रहने पर धातु से बनी वस्तुओं का उपयोग न करें। बाइक, बिजली या टेलीफोन का खंभा, तार की बाढ़, मशीन आदि से दूर रहें।

नोट – आसमानी बिजली के झटके से घायल होने पर जरूरत के अनुसार व्यक्ति को सीपीआर (कार्डियो पल्मोनरी रिससिटेशन) यानी कृत्रिम श्वास देनी चाहिए एवं उन्हें तत्काल नजदीकी प्राथमिक चिकित्सा केन्द्र ले जाने की व्यवस्था की जानी चाहिए।

प्रधान सचिव
आपदा प्रबंधन विभाग