भूकंप

भूकम्प आने के पहले कोई चेतावनी नहीं देती है ।

भूकंप आने के पहले :-

यह बिलकुल सही समय है जब आप अपने व अपने परिवार के लिए सुरक्षा योजना बनाएं । भूकंप के आने का इंतजार ना करें, अन्यथा बहुत देर हो जाएगी ।

- निम्नलिखित वस्तुओं को हमेशा किसी निश्चित और आसानी से मिलने वाली जगह पर रखें :- पानी का बोतल, वैसा भोजन जो जल्दी खराब ना हो जैसे - चूडा, गुड़, आदि , प्राथमिक उपचार बॉक्स, टार्च, बैटारी, व बैटरी से चलने वाली रेडियो
- सभी सदस्य को बिजली और गैस बंद करना सिखाएँ ।
- घर में ऐसी जगहों को ढूंढे जो कि भूंकप के दौरान सुरक्षा प्रदान कर सकता हो ।
- भूंकप के दौरान लंबी दूरी का फोन/एस0 टी0 डी0 आसानी से लगा सकता हैं । एक ऐसे रिश्तेदार का चयन कर जो शहर से बाहर रहता हो और आपातकाल में आपकी मदद कर सके । अगर किसी कारणवश परिवार के सदस्य अलग बिछड़ जाते हैं तो वे इस रिश्तेदार का पता व फोन नंबर परिवार के सभी सदस्य के पास होना चाहिए ।

घर को सुरक्षित करें :-

- अपने घर की संरचना में भूकंप से सुरक्षित मापदण्डों को ध्यान में रख कर फेरबदल करें । नीवं व बनावट ढांचा को मजबूत बनाए । किसी काबिल ठेकेदार से सलाह मश्वरा कर के मकान के गठन में बदलाव ला सकते हैं ।
- कच्चे मकान भी कुछ आवश्यक फेरबदल कर के मजबूत बनाएँ जा सकते हैं ।

भूकंप के दौरान

- भूकंप कोई पूर्व संकेत नहीं देता है । कभी कभी कुछ सेकेण्ड पहले जोर की घरघराहट संकेत दे जाती है । ये कुछ सेकेण्ड आपको किसी सुरक्षित जगह पर पहुंचने की मौहलत देते है ।

भूकंप के दौरान क्या करें –

- टेबल, पंलग, या मजबूत व द्रढ़ फर्नीचर के नीचे चले जाए । फर्श के नजदीक रहे, बैठ जाए या लेट जाए ।संतुलन के लिए फर्नीचर को कसकर पकड़ लें । फर्नीचर के हिलने पर हिलने के लिए तैयार रहें ।
- अगर आस पास कोई मजबूत फर्नीचर ना हाो तो फर्श पर बैठ जाएॅ किसी मजबूत दिवार के पास अपने हाथों को फर्श पर रखें संतुलन के लिए ।
- दरवाजे के रास्ते में ना खड़े रहें क्योंकि हड़बड़ाहट में झटके से दरवाजा गिर सकता है । भूकंप के दौरान उड़ते हुए सामानों से भी चोट लग सकती हैं ।
- खिडकी, आइना, किताब, के तख्ते या अन्य किसी भारी वस्तु से दूर चलें जाएॅं ।
- अगर आप पलंग पर हैं तो वहीं रह और अपने आप को तकिया व कंबल से ढ़क लें ।
- अगर आप घर के अंदर हैं तो बाहर न जाए और लिफ्ट तो कतई इस्तेमाल ना करें ।
- अगर कच्चे मकान में रह रहें है तो तुरंत ऐसा खुले जगह में चले जाए जहां पेंड़ या बिजली या टेलीफोन के पोल ना हो ।

अगर आप बाहर हैं तो :-

- तुरंत खुले जगह पर चलें जाए बड़ी बिल्डिंग, बिजली के पोल बड़े पेड़ या बिजली या टेलीफोन के तार से दूर । जब तक भूकंप खत्म ना हो जाए खुले जगह में हीं रहें ।
- अगर भूकंप से आपका घर बुरी तरह टूट चुका है तो, पानी , सूखा खाना जरूरी दवा और कागजों कों लेंकर घर छोड़ दें ।
- उन जगहों से दूर ही रहें जहॉ बिजली के तार बिखरे हुए किसी भी मेटल को ना छूए, जो बिजली के तार के संपर्क में हैं , झटके लग सकते है ।
- दुबारा टूटे घर प्रवेश ना करें और किसी भी क्षतिग्रस्त इमारत से दूर रहें ।

अगर आप चलती गाड़ी :-

खाली जगह की तरह बढे बंड़ी इमारतो पेड़, पोल, तार, आदि से दूर रहें ।खाली व सुरक्षित जगह में पहुंचने है रूक जाए व गाड़ी के अन्दर ही बैठे रहें । भूकंप रूक जाए तो ध्यान से आगे बढ़े भूकंप के दौरान पुल से कभी ना जाएं हो सकता आगे टूटा हो ।

भूकंप के बाद :-

भूकंप के बाद की बर्ती सावधानियॉ अपनी निजी सुरक्षा के लिए अति आवश्यक हैं :-

- मलबे से बचाव के लिए जूता चप्पल पहनें ।
- पहले झटके के बाद और झटकों के लिए तैयार रहें ।हालाकि दूसरा-तीसरा झटका उतना प्रभावशाली नहीं होता हैं पर फिर भी टूटे हुए इमारत को क्षति पहुंचती हैं । बाद के झटके कभी भी आ सकते है घंटो, दिनों, हफ्तों या महिनों बाद कभी भी ।
- मोमबंत्ती या लालटेन की जगह टॉर्च के प्रयोग करें । अग्नि दुर्घटना की संभावना परखें और एहतियात बरतें ।

- अगर आप जिस मकान में है वो भूकंप के बाद सही सलामत है तो उसके अंदर हो रहें और रेडियो सुनें किसी सलाह के लिए अगर आपको घर के क्षति का अनुमान नहीं है तो तुरंत मकान छोड़ दे व पॉवर कतई ना छुए ।
- घायल व फंसे लोगों की मदद करें, जहॉ जरूरत हो प्राथमिक उपचार दें । बुरी तरह घायल को न हिलाए जब तक कि अति आवश्यक ना हो । मदद के लिए आवाज दें ।
- अपने पड़ोसियों की मदद करना ना भूलें, खास कर, बच्चे, बूढ़े व विकलांग की ।
- आपातकालीन सूचना के लिए बैटरी से चलनें वाली रेडियो सुनें ।
- क्षतिग्रस्त इमारत से दूर रहें ।
- घर तब ही वापस लौटे जब अधिकारी कहें ।घर साफ करें उस क्षेत्र में ना जाए जहॉ से किसी गैस या रसायन की महक आ रही हो ।दरवाजा या अलमारी को ध्यान से खोलें ।
- अगर गैस की महक आए या सिसकार सुनाई दें तो खिड़कियां खोल दें, गैस सिलेंडर बंद कर दे और तुरंत घर से बाहर निकल जाएं ।
- अगर तार जलने की बू आए या कोई चिनगारी दिखें तो मेन स्विच बंद कर दें । अगर मेन स्विच तक पहुचने के लिए पानी पार करना पड़ता है तो बिजली मिस्त्री के सलाह से सुरक्षा इंतजाम करें ।
- पानी के पाईप या लाईन में कोई क्षति हुई हैं या नहीं देखे अगर कोई क्षति हुई हो तो उस पानी को इस्तेमाल ना करें ।
- जरूरी फोन करने के लिए टेलिफोन का प्रयोग करे ।
- अगर भूकंप के दौरान परिवार के सदस्य बिछड़ गए है बड़े दफ्तर और बच्चे स्कूल तो कोई योजना पहले से बनाकर रखें कि कैसे और कहॉ दुबारा सब एक हों । किसी दुर के रिश्तेदार को परिवार के संपर्क का जरिया बना सकते हैं । और परिवार के हर सदस्य को उस को उस रिश्तेदार का फोन व पता मालूम होना चाहिए ।