

ಗುಡುಗು ಮತ್ತು ಮಿಂಚು: ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ - ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಮಿಂಚಿನಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಮೊದಲು ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಮುನ್ಸೂಚನೆಯು ಗುಡುಗು ಅಂತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸ ಅಥವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದೂಡಿ.

ಗುಡುಗು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಒಳಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ - ಅಂದರೆ ಲೋಹದ ವಿನ್ಯಾಸದ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಮತ್ತು ಲೋಹದ ತಗಡುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದ ನಿರ್ಮಾಣ ಹಂತದ ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ತಕ್ಷಣ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ. ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆ, ಕಟ್ಟಡ ಅಥವಾ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ವಾಹನಗಳು ಸೇರಿವೆ.

30/30 ಮಿಂಚಿನ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮವನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ: ಮಿಂಚನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ, ಗುಡುಗು ಕೇಳುವ ಮೊದಲು ನೀವು 30 ಎಣಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗಿ. ಗುಡುಗಿನ ಕೊನೆಯ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿದ ನಂತರ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಇರಿ.

ನೀವು ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ, ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯವಿಲ್ಲದೆ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ, ಬೆಟ್ಟಗಳು, ಪರ್ವತ ರೇಖೆಗಳು ಅಥವಾ ಶಿಖರಗಳಂತಹ ಎತ್ತರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ತಕ್ಷಣ ಹೊರಬನ್ನಿ. ಆಶ್ರಯಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ಬಂಡೆ ಅಥವಾ ಕಲ್ಲಿನ ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.

ತಕ್ಷಣವೇ ಕೊಳಗಳು, ಸರೋವರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ನೀರಿನ ಹೊಂಡಗಳ ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ. ಹೊರಾಂಗಣ ನೀರಿನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ (ಉದಾ: ಭತ್ತ ಕಸಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ), ತಕ್ಷಣ ಆ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಒಣ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ (ಕನಿಷ್ಠ ಆ ಪ್ರದೇಶದ ಗಡಿಗೇ) ತೆರಳಿ.

ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳವು ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಅಂಗಾತವಾಗಿ ಮಲಗಬೇಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಿಂದ ಅಪಾಯ ಜಾಸ್ತಿ.

ಯಾವುದೇ ಆಶ್ರಯ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕೈಗಳಿಂದ ಬಂಧಿಸಿ ಬಿಗಿಯಾದ ಚೆಂಡಿನಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಿಸಿ, ತಲೆ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ, ಕಿವಿ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಅಪಾಯ ಕಡಿಮೆ.

ನಿಮ್ಮ ಕತ್ತಿನ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೂದಲು ನಿಂತಿರುವುದು ಮಿಂಚು ಸನ್ನಿಹಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿದ್ಯುತ್ ವಾಹಕಗಳು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ (ಫೋನ್, ವಿದ್ಯುತ್, ಲೋಹದ ಬೆಲಿಗಳು, ಗಾಳಿ ಗಿರಣಿಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿ). ಗುಡುಗು ಬರುವ ಮೊದಲು ಯಾವುದೇ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ತಪ್ಪಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಂಚು ಬಂಧಕಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ.

ಮರಗಳ ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಒಂಟಿ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಆಶ್ರಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಹರಿಯುತ್ತದೆ.

ರಬ್ಬರ್-ಸೋಲ್ಡ್ ಶೂಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ ಟೈರ್ ಗಳು ಮಿಂಚಿನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಸ್ಪೋಟಿಸುವ ಅಥವಾ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಹೊರಾಂಗಣ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಿ.

ನೀವು ಫೋಮ್ ಪ್ಯಾಡ್ ಅಥವಾ ಒಣ ಬಟ್ಟೆಗಳಿರುವ ಲೋಹ ಮುಕ್ತ ಚೀಲದಂತಹ ನಿರೋಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಗುಡುಗು ಬಂದಾಗ ನೀವು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಪರಸ್ಪರ ದೂರ ಸರಿಯಿರಿ. ಮಿಂಚು ನೆಲಕ್ಕೆ ಬಡಿದಾಗ ಇದು ಗಾಯಾಳುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ರಸ್ತೆಗಳು ಅಥವಾ ಸಮುದಾಯದ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ, ನವೀಕರಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಸೂಚನೆಗಳಿಗಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಯ ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ಟೆಲಿವಿಷನ್ ನ ವಾರ್ತೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.

ಶಿಶುಗಳು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರಂತಹ ವಿಶೇಷ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

ಉರುಳಿಬಿದ್ದ ವಿದ್ಯುತ್ ಮಾರ್ಗಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನೇರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿದೆ.

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ

ಮಿಂಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗಳು, ಕಚೇರಿಗಳು, ಖರೀದಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮುಂತಾದ ಆಶ್ರಯಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೂ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬಹುದು. ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಕಪ್ಪಾದ ಆಕಾಶ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿದ ಗಾಳಿಯ ವೇಗದ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ.

ನೀವು ಗುಡುಗು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಮಿಂಚು ಹೊಡೆಯುವಷ್ಟು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ, 30/30 ಮಿಂಚಿನ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮವನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ: ಮಿಂಚನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ, ಗುಡುಗು ಕೇಳುವ ಮೊದಲು ನೀವು 30 ಎಣಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗಿ. ಗುಡುಗಿನ ಕೊನೆಯ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿದ ನಂತರ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಇರಿ.

ವಿವಿಧ ಸಂವಹನ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಬರುವ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಸೂಚನೆಗಳಿಗಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಿ.

ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲೆ ಇರಿ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಕಿಟಕಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ವಿಂಡೋ ಬ್ಲೈಂಡ್‌ಗಳು, ಅಥವಾ ಪರದೆಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಇರುವ (ಉದಾ. ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ತೊಟ್ಟಿಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿ) ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಿ. ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಮರದ ಅಥವಾ ಇತರ ಯಾವುದೇ ಅವಶೇಷಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ.

ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಸಾಕು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಒಳಗೆ ಇವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್, ಗೇಮ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ಸ್, ವಾಷರ್, ಡ್ರೈಯರ್, ಸ್ಲಾವ್, ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್, ಟೆಲಿವಿಷನ್, ಹವಾನಿಯಂತ್ರಣ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕವಿರುವ ಯಾವುದೇ ಉಪಕರಣಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ತಪ್ಪಿಸಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಮಿಂಚಿನ ಅವಗಡದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಪೊರೈಕೆಯು ಉಲ್ಕಾಣಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಸ್ನಾನ ಅಥವಾ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ, ಪಾತ್ರೆ ತೊಳೆಯುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ ಮತ್ತು ಹರಿಯುವ ನೀರಿನಿಂದ ದೂರವಿರಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಕಟ್ಟಡದ ಕೊಳಾಯಿ ಮತ್ತು ಲೋಹದ ಕೊಳವೆಗಳ ಮೂಲಕ ಮಿಂಚು ಚಲಿಸಬಹುದು.

ಫೋನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಲೋಹದ ತಂತಿಗಳು ಅಥವಾ ಕಂಬಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವಿದ್ಯುತ್ / ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ನೆಲದಲ್ಲಿ ಬಳಸಬೇಡಿ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಮಿಂಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡ್‌ಲೆಸ್ ಅಥವಾ ಸೆಲ್ಯುಲಾರ್ ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ.

ಬಾಗಿಲುಗಳು, ಕಿಟಕಿಗಳು, ಛಾವಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಮಹಡಿಗಳು, ಬೆಂಕಿಗೂಡುಗಳು, ಒಲೆಗಳು, ಸ್ನಾನದತೊಟ್ಟಿಗಳು ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ವಿದ್ಯುತ್ ವಾಹಕಗಳಿಂದ ಗುಡುಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೂರವಿರಿ.

ಮುಖ ಮಂಟಪಗಳು, ಕ್ರೀಡಾ ರಂಗಗಳು (ಗಾಲ್ಫ್ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳು, ಉದ್ಯಾನವನಗಳು ಮತ್ತು ಆಟದ ಮೈದಾನಗಳು), ಕೊಳಗಳು, ಸರೋವರಗಳು, ಈಜುಕೊಳಗಳು ಮತ್ತು ಕಡಲತೀರಗಳಂತಹ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಓಡಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಗೋಡೆಗಳಿಗೆ ಒರಗಿ ನಿಲ್ಲಬೇಡಿ.

ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ - ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೊದಲು ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ/ ಪ್ರವಾಸ ಅಥವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದೂಡಿ.

ಗುಡುಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತಕಗಳು, ಮೋಟಾರ್‌ಸೈಕಲ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಗಾಲ್ಫ್ ಬಂಡಿಗಳಂತಹ ತೆರೆದ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಓಡಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಮುಖಮಂಟಪಗಳು, ಬೇಸ್‌ಬಾಲ್ ಡಗ್ ಔಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ರಂಗಗಳಂತಹ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಮರೆಯದಿರಿ. ಗಾಲ್ಫ್ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳು, ಉದ್ಯಾನವನಗಳು, ಆಟದ ಮೈದಾನಗಳು, ಕೊಳಗಳು, ಸರೋವರಗಳು, ಈಜುಕೊಳಗಳು ಮತ್ತು ಕಡಲತೀರಗಳಂತಹ ತೆರೆದ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.

ಮಿಂಚನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಬಹುದಾದ ಬೈಸಿಕಲ್‌ಗಳು, ಮೋಟಾರ್‌ಸೈಕಲ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಕೃಷಿ ವಾಹನಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಡಿ.

ದೋಣಿ ವಿಹಾರ ಅಥವಾ ಈಜುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಗುಡುಗು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಒಳಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ - ಅಂದರೆ ಲೋಹದ ವಿನ್ಯಾಸದ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಮತ್ತು ಲೋಹದ ತಗಡುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದ ನಿರ್ಮಾಣ ಹಂತದ ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ತಕ್ಷಣ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ. ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆ, ಕಟ್ಟಡ ಅಥವಾ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ವಾಹನಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ಯಾವುದೇ ಆಶ್ರಯ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕೈಗಳಿಂದ ಬಂಧಿಸಿ ಬಿಗಿಯಾದ ಚೆಂಡಿನಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಿಸಿ, ತಲೆ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ, ಕಿವಿ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಅಪಾಯ ಕಡಿಮೆ.

ಮಿಂಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದು ಹಾದುಹೋಗುವವರೆಗೆ ಅಥವಾ ಸಹಾಯ ಬರುವವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ವಾಹನದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಿರಿ (ನೀವು ಒಳಗೆ ಲೋಹವನ್ನು ಮುಟ್ಟದಿದ್ದರೆ ಲೋಹದ ಮೇಲು ಛಾವಣಿಯು ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ); ಕಿಟಕಿಗಳು ತೆರೆದಿರಬೇಕು; ಮರಗಳು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.

ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪೈನ್ ಕಾಡುಗಳು) ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶಗಳ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗಿ. ಕಾಳ್ಳಿಚ್ಚು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

ಮಿಂಚು: ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ವೃತ್ತಿಪರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಿಂಚಿನ ಸಂತ್ರಸ್ತರಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಅವರ ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ಮಿಂಚಿನ ದಾಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾದವರನ್ನು ಸ್ವರ್ಣಿಸುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ.

ಮಿಂಚಿಗೆ ಬಲಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೇ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಬಡಿತವಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನಾಡಿಮಿಡಿತವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವೆಂದರೆ ಶೀರ್ಷಧಮನಿ ಅಪಧಮನಿ - ನಿಮ್ಮ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ದವಡೆಯ ಕೆಳಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಬಾಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ಪುನಶ್ಚೇತನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹೃದಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಸಹ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ (ಸಿಪಿಆರ್).

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಿಂಚಿನಿಂದ ಬದುಕುಳಿದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ದೂರ ಎಸೆಯಲ್ಪಟ್ಟು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಅಥವಾ ಅತಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿದ್ದರೆ ಎಲುಬುಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.

ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಗಾದವರಿಗೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತಣೆ ಮಾಡುವವರಿಗೂ ಕೂಡ ಮಿಂಚಿನ ಅಪಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಬೇಕು. ಅವರು ಇರುವ ಪ್ರದೇಶವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಬೇಕು. ಮಿಂಚಿನಿಂದ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದ ಜನರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಹರಿಯದಿದ್ದರೆ ಅವರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು. ಮುರಿದ ಮೂಳೆಗಳು, ಶ್ರವಣದೋಷ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

ಮಿಂಚಿನ ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದವರು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸುಟ್ಟಗಾಯ, ಆಘಾತ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತೀವ್ರವಾದ ದೈಹಿಕ ಆಘಾತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಗಾಯದ ಗುರುತುಗಳಿಗಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋದ ಪ್ರಭಾವದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

ಸಹಾಯವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ 1078 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಗಾಯಾಳುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಖರವಾದ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಗೆ ನಿರ್ದೇಶನಗಳನ್ನು ನೀಡಿ. ಮಿಂಚಿಗೆ ಬಲಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ.

ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಗುಡುಗು ಮತ್ತು ಮಿಂಚಿಗಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು

ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಗಾಳಿಯಿಂದ, ಹಣ್ಣಿನ ತೋಟಗಳಿಗೆ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡಿ, ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ. ರೈತರು ಹೊಲದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಶ್ರಯ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಆ ಪ್ರದೇಶದ ಅತಿ ಎತ್ತರದ ವಸ್ತುವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಬರೀ ಒಂಟಿ ಮರಗಳು ಮಾತ್ರ ಇದ್ದರೆ, ತೆರೆದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿದ್ದು ಉತ್ತಮ ರಕ್ಷಣೆ.

ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತೆರೆದ ನೀರು, ಕೊಳ ಅಥವಾ ನದಿಯಿಂದ ದೂರವಿಡಿ.

ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಟ್ರಾಕ್ಟರುಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಲೋಹದ ಕೃಷಿ ಸಾಧನಗಳಿಂದ ದೂರವಿಡಿ.

ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿರುವ ಬೆಳೆಗಳ ಜಾಗದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ನೀರನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ.

ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಿದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು (ಹೊಲದಲ್ಲಿದ್ದರೆ) ಪಾಲಿಥೀನ್ ಹಾಳೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ.

ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳು ಅಥವಾ ತಂತಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರವಹಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಲೋಹ - ಟ್ರಾಕ್ಟರುಗಳು, ಕೃಷಿ ಉಪಕರಣಗಳು ಮತ್ತು ಬೈಸಿಕಲ್‌ಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ದೂರವಿರಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಮರಗಳ ಕೆಳಗೆ ಒಟ್ಟಾಗಿರಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನೇರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಿ..

ಸೂಚನೆ: ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ, ರಾಜ್ಯಗಳು ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಮಾಡಬಾರದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಚಾಲ್ತಿಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯಾ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಗಳು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು.