

वायु प्रदूषण और आप अपनी सुरक्षा के लिए क्या कर सकते हैं

रसायन वायु प्रदूषण का सबसे संभावित स्रोत हैं। उदाहरण के लिए, किसी संयंत्र या कारखाने में दुर्घटना से या रेल दुर्घटना से बड़ी मात्रा में खतरनाक रसायन हवा में फैल सकता है। किसी आतंकवादी हमले के दौरान जहरीले रसायन या गैस को जानबूझकर छोड़ा जा सकता है।

जैव आतंक हमले में, एंथ्रेक्स, न्यूमोनिक प्लेग, चेचक या टुलारेमिया जैसी बीमारियाँ पैदा करने वाले बैक्टीरिया या वायरस एरोसोल के रूप में छोड़े जा सकते हैं। जो कोई भी इस पदार्थ को सूँघता है वह प्रभावित हो सकता है।

हालाँकि हवा रेडियोएक्टिव नहीं बनती है, लेकिन पर्यावरण में रेडिएशन के छूटने से रेडियोएक्टिव धूल और गंदगी (अवशेष) उत्पन्न हो सकती है जो हवा को असुरक्षित बना सकती है। एक 'गंदा बम' इस तरीके से काम कर सकता है, जो विस्फोट अपेक्षाकृत छोटा करता है लेकिन पर्यावरण में रेडियोएक्टिव सामग्री छोड़कर असली नुकसान करता है।

आप क्या कर सकते हैं

हवा में छोड़े गए खतरनाक पदार्थ से खुद को बचाने के लिए आप पहले ही ज्यादा कुछ नहीं कर सकते। यदि कोई जाहिर विस्फोट या कोई ज्ञात आतंकवादी हमला न हुआ हो तो हवा दूषित होने का तब किसी को पता नहीं चलता जब तक कि लोगों या जानवरों में लक्षण दिखाई न देने लगें।

अन्य संभावित आपात स्थितियों की तरह, पानी, भोजन, प्राथमिक चिकित्सा वस्तुओं, उपकरणों और अन्य आवश्यक सामग्री के साथ एक आपदा किट तैयार रखने में समझदारी है। आतंकवादी खतरों संबंधी चिंता ने कुछ लोगों को अपनी आपूर्तियों में निम्नलिखित वस्तुएं भी रखने पर विचार करने के लिए प्रेरित किया है:

- **मास्क।** मास्क कुछ संक्रमणों से बचने में मदद कर सकता है। लेकिन वह कई अन्य पदार्थों से रक्षा नहीं करेगा। गैस मास्क हवा में मौजूद कई जहरीली गैसों और अन्य हानिकारक पदार्थों से रक्षा कर सकता है। लेकिन गैस मास्क महंगे होते हैं और उनका उपयोग करना कठिन होता है। वे केवल तभी सहायक होते हैं यदि आप जानते हैं कि उनका उपयोग कैसे और कब करना है और क्या वे ठीक से फिट हुए हैं। आम जनता के लिए उनकी सिफारिश नहीं की जाती है। आपको किसी भी प्रकार का सुरक्षात्मक मास्क खरीदने या पहनने की आवश्यकता तब तक नहीं होती है, जब तक कि आपके क्षेत्र के नागरिक या स्वास्थ्य अधिकारी आपको ऐसा करने के लिए नहीं कहते हैं।
- **पोटेशियम आयोडाइड गोलिए।** पोटेशियम आयोडाइड, जिसे KI भी कहा जाता है, का उपयोग केवल तभी किया जाना चाहिए जब सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारी इसकी सिफारिश करें। KI आपकी थायरॉइड ग्रंथि को रेडियोएक्टिव आयोडीन के हानिकारक प्रभावों से बचाने में मदद करता है, जो किसी गंदे बम, परमाणु ऊर्जा संयंत्र में विस्फोट या किसी अन्य परमाणु घटना के परिणामस्वरूप छूट सकता है।



यदि कोई खतरनाक पदार्थ पर्यावरण में छोड़ा जाता है:

- यदि संभव हो तो उस क्षेत्र से बाहर निकल जाएं। यदि बाहर छूटा है, तो अंदर जाएं। यदि अंदर छूटा है, तो बाहर जाएं। निचले स्थानों से निकलकर ऊंचे स्थानों पर चले जाएं, क्योंकि पर्यावरण में छोड़े गए अधिकांश रसायन हवा से भारी होते हैं और डूब जाएंगे।
- सार्वजनिक स्वास्थ्य और आपातकालीन अधिकारियों के निर्देशों का पालन करें। सार्वजनिक स्वास्थ्य आपातकाल के दौरान सरकारी एजेंसियों के फ़ोन अत्यधिक व्यस्त रहने की संभावना होती है। इसलिए निर्देशों के लिए कॉल करने का प्रयास न करें। रिलीज के प्रकार के आधार पर, अधिकारी आपको किसी जगह पर आश्रय लेने या सिर्फ घर के अंदर रहने की सलाह दे सकते हैं। आपको अपना इलाका छोड़ने की आवश्यकता नहीं है जब तक कि स्थानीय अधिकारी आपको ऐसा करने के लिए न कहें।
- यदि आप रेडियोएक्टिव धूल, गंदगी या अन्य अवशेषों के सीधे संपर्क में आते हैं, तो अपनी त्वचा से पदार्थ को यथासंभव जल्दी और पूरी तरह से हटाने के लिए व्यक्तिगत शुद्धिकरण के चरणों का पालन करें।



नाजुक स्थितियों में समर्थन जब भी आपको इसकी आवश्यकता हो
अतिरिक्त नाजुक सहायता संसाधनों और जानकारी के लिए विजिट करें
optumwellbeing.com/criticalsupportcenter



इस कार्यक्रम का उपयोग आपातकालीन या तत्काल देखभाल आवश्यकताओं के लिए नहीं किया जाना चाहिए। किसी आपात स्थिति में, स्थानीय आपातकालीन सेवाओं के फ़ोन नंबर पर कॉल करें या निकटतम दुर्घटना एवं आपातकालीन विभाग में जाएं। यह कार्यक्रम किसी डॉक्टर या पेशेवर द्वारा की जाने वाली देखभाल की जगह नहीं ले सकती। हो सकता है कि यह कार्यक्रम और इसके भाग सभी स्थानों पर उपलब्ध न हो, और कवरेज अपवाद और सीमाएँ लागू हो सकती हैं।

© 2024 Optum, Inc. सर्वाधिकार सुरक्षित। WF12836817 143296-022024 OHC