دووکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی

پەڕەی زانیاری تایبەت بە کۆمەڵگا

Department of Health and Human Services ئەم زانیارییە گشتییەی دابین کردووە بۆ ئەوەی بزانیت چی بکەیت بۆ پارێزگاری لە تەندروستی خۆت و تەندروستی کەسێک کە چاودێری دەکەیت و لەوانەیە بکەوێتە بەر خۆڵەمێش لە کاتی ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەییدا.

بۆ بەدەستهێنانی زانیاری زیاتر سەبارەت بە ڕووداوی ئاگرکەوتنەوە یان بارودۆخی فریاگوزاری تایبەت، گوێ بگرە لە وێستگەی ڕادیۆیی ناوچەی خۆت بۆئەوەی کۆتا زانیاری وەربگریت یان سەردانی www.emergency.vic.gov.au بکە.

گەر لە شوێنی بارودۆخی فریاگوزاری دابوویت، بەردەوام ڕەچاوی فەرمانی خزمەتگوزاری فریاگوزاری بکە وەک بەرپرسی ئەمبولانس(ئۆتۆمبیلی فریاگوزاری) و خزمەتگوازاری ئاگرکوژێنەوە.

خاڵە گرنگەکان دەربارەی دووکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە ڤیکتۆریادا

- کاتێک کە کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی دەسووتێت وخۆڵەمێش بەرهەم دەهێنێت، خۆڵەمێش ئۆکسیدی کالسیۆم، پۆتاسیۆم، سۆدیۆم، ئاسن، مەگنیسیۆم و لە هەندێجاردا ئۆکسیدی گوگردی تێدایە.
- گەردیلەی خۆڵەمێش لە شوێنەکانی نزیک بە ئاگر لە دوکەڵ دەکەوێتە دەرەوە. خۆڵەمێش تۆزێکی نەرمە کە لەوانەیە لەسەر ئاستەکان ببینرێت.
- گەرچی گەردیلەی خۆڵەمێش ئەوەندە گەورەیە کە بە هەناسەکێشان ناچێتە ناو سیەکانت، بەڵام لەوانەیە ببێتە هۆی هەژاندنی چاو و لووت یان قورگ. پێویستە ئەم گاریگەریانە زۆر زوو چارەسەر بکرێن. گەر وا نەبوو، پەیوەندی بکە بە NURSE-ON-CALL بە ژمارەی 24 60 60 1300 یان سەردانی پزیشک بکە.

خاڵە گرنگەکان دەربارەی دووکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە ڤیکتۆریادا

- دوکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی پێکهاتووە لە گەردیلەی ورد، هەڵمی ئاو، گازەکان وەک مۆنۆکسیدی کاربۆن، دی ئۆکسیدی کاربۆن ئۆکسیدی نیترۆجین.
- ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە دەرەوەی دۆڵی لاتروب (Latrobe Valley) ئۆکسیدی گوگردیشی تێدایە.
- بۆ بەدەستهێنانی نوێترین زانیاری دەربارەی ئەو کارانەی کە دەبێ بکەیت، گوێ بگرە لە وێستگەی ڕادیۆیی ناوچەی خۆت بۆئەوەی کۆتا زانیاری وەرگریت یان سەردانی www.emergency.vic.gov.au بکە.
- ئەو کەسانەی نەخۆشی دڵ یان سییەیان هەیە، بۆ نموونە ڕەبۆ(تەنگە نەفەسی)، منداڵان (تاکوو تەمەنی 14 ساڵ)، ژنانی دووگیان و کەسانی سەرووی تەمەنی 65 ساڵ هەناسەکێشانیان لە ئاست کاریگەری دووکەڵ هەستیارترە.
- گەر نەخۆشی دڵ یان سییەت هەیە، دەرمانی خۆت بەپێی ڕاسپاردەی پزیشک بەکار بێنە. کەسانی دووچاربوو بە ڕەبۆ(تەنگە نەفەسی) پێویستە پلانی تاکەکەسی تەنگەنەفەسی خۆیان پەیڕەو بکەن و دەرمانی هێمنکرەوەی خۆیان لەبەر دەست بێت.
- گەر خۆت یان کەسێک کە بەرپرسی چاودێری ئەویت کەوتە بەردەمی نیشانەی دووکەڵ، پەیوەندی NURSE-ON-CALL بکە بە ژمارەی 1300 60 60 24 یان ڕاسپاردەی پزیشکی وەرگرە.
- گەر کەسێک کە دووچاری گرفتی هەناسەدان، خیزە خیزی سنگ یان تەنگی لە قەفەزەی سنگدا هات پێویستە خێرا داوای یارمەتی پزیشکی بکات – لەڕێگەی ژمارەی 000.

دەربارەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە ڤیکتۆریا

خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە کەوتنە سەر یەکدی توێژاڵەکانی گیایی بەدی دێت لە ماوەی زیاتر لە هەزاران ساڵدا.

خەڵووزی بەردینی قاوەیی ڤیکتۆریا بەگشتی داگری ڕێژەیەکی زۆر ئاو، ڕێژەیەکی کەم گوگرد و ئاستێکی کەم ئالوودەییە.

خەڵووزی بەردینی قاوەیی کاتێک کە دەسووتێت، خۆڵەمێشێکی کەمتر بەرهەم دێنێت لە ئاست خەڵووزە بەردینەکانی تردا.

خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە دەرەوەی دۆڵی لاتروب (Latrobe Valley) ئۆکسیدی گوگردی زۆر کەم تێدایە (کێشی وشک کەمتر لە 0.5%) خەڵووزی بەردینی قاوەیی **ئانجل سی** (Anglesea) و باخوس مارش (Bacchus Marsh) گوگرد (کێشی وشک 4%)ی تێدایە .

دووکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی چ شتێکی تێدایە؟

ئاگرکەوتن لە هەر کانی خەڵووزی بەردینی بەپێی ڕێژە، ماوەی سووتان و ڕێژەی دووکەڵ و خۆڵەمێشی بەرهەمهاتوو جیاوازە.

ڕێژەی دووکەڵ یان خۆڵەمێشی خەڵووزی بەردینی لە شوێنی نیشتەجێبوونی کەسەکانیش پەیوەستە بە بارودۆخی کەش و هەوا و ڕادەی نزیکی شوێنی ئاگرەکە بە شوێنی ژیان یان کاری کەسەکانەوە.

دووکەڵی بەدیهاتوو لە سووتانی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەییدا:

- دەتوانێت کوالیتی هەوا دابەزێنێت و کاریگەری دابنێت لەسەر تەندروستی خەڵک.
- داگری گەردیلەی ورد، هەڵمی ئاو، گازی وەک، مۆنۆکسیدی کاربۆن و دی ئۆکسیدی کاربۆن و ئۆکسیدی نیترۆجینە و لەوانەیە داگری پێکهاتەی گۆگردی بۆگەنیش بێت.
- گەردیلەی خۆڵەمێشی تێدایە کە زۆر گەورەترە لە گەردیلەی وردی دووکەڵ.

خۆڵەمێشی خەڵووزی بەردینی قاوەیی چی تێدایە؟

خۆڵەمێشی بەدیهاتوو لە خەڵووزی بەردینی :

- بەگشتی دوکەڵی لەگەڵە
- گەردیلەی گەورەی تێدایە کە بەتەواوەتی نەسووتاون و وەک تۆزی نەرم لە هەواوە لەسەر ئاستەکە دەنیشێت.
- بەگشتی ئۆکسیدی کالسیۆم، ئەلەمنیۆم، پۆتاسیۆم، سۆدیۆم، ئاسن و مەگنەسیۆمی تێدایە.
- هاوشێوەی خۆڵەمێشی ناو ئاگردان.

لە ماوەی ئاگرکەوتنی خەڵووزی بەردینی قاوەییدا، دووکەڵ چ کاریگەرییەکی لەسەر تەندروستی من دەبێت؟

چۆنیەتی کاریگەری دووکەڵ لەسەر تەندروستی تۆ پەیوەندی هەیە بە تەمەنی تۆ، و ئەوەیکە ئاخۆ نەخۆشی تایبەتیت هەیە یان نا، ڕێژەی چالاکیت لە ناو دووکەڵدا و ئەوەیکە چەندە لە ناو دووکەڵدا بوویت.

کەسانی تووشبوو بە نەخۆشی دڵ یان سییە، بۆ نموونە ئاستیما(تەنگە نەفەسی)، منداڵان (تاکوو تەمەنی 14 ساڵ)، ژنانی دووگیان و کەسانی سەرووی تەمەنی 65 ساڵ بە هۆی هەناسەکێشانیان لە ئاست کاریگەری دووکەڵ هەستیارترن.

گەر نەخۆشی دڵ یان سییەت هەیە، دەرمانی خۆت بەپێی ڕاسپاردەی پزیشک بەکار بێنە.

کەسانی دووچاربوو بە ڕەبۆ(تەنگە نەفەسی) پێویستە پلانی تاکەکەسی تەنگەنەفەسی خۆیان پەیرەو بکەن و دەرمانی هێمنکرەوەی خۆیان لەبەر دەست بێت.

گەر خۆت یان کەسێک کە بەرپرسی چاودێری ئەوی، کەوتە بەردەمی دووکەڵ، پەیوەندی بکە بە NURSE-ON-CALL بە ژمارەی 60 1300 60 24 یان ڕاسپاردەی پزیشکی وەرگرە.

گەر هەست بە تەنگە نەفەسی، خیزە خیزی سنگ یان تەنگی لە قەفەزەی سنگدا دەکەیت پەیوەندی بکە بە ژمارەی 000.

لە کاتی ئاگرکەوتنی خەڵووزی بەردینی قاوەییدا، خۆڵەمێش چ کاریگەرییەکی دەبێت لەسەر تەندروستی؟

ئاگرکەوتنی کانی خەڵووزی بەردین دووکەڵ و خۆڵەمش بەرهەم دێنێت.

گەرچی گەردیلەی خۆڵەمێش ئەوەندە گەورەیە کە بە هەناسەکێشان ناچێتە ناو سیەکانت، بەڵام لەوانەیە ببێتە هۆی هەژاندنی چاو و لووت یان قورگ.

گەرکاتێک لە شوێنەکە دوورکەوتییەوە لەسەر تەندروستی تۆ ئەم کاریگەریانە زوو چارەسەر نەبوو سەردانی پزیشک بکە.

دەتوانم چی بکەم بۆ پاراستنی تەندروستی خۆم لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەییدا؟

خۆڵەمێش

گەر پێستت پەیوەندی هەبوو بە خۆڵەمێشەوە، بەڕێژەی پێویست دەست و دەموچاو و گەرنت بشۆرەوە. گەر ڕۆیشتبێتە ناو چاوت بە ئارامی بە ئاوی خاوێن بیشۆرەوە.

بە باشی ڕەچاوی تەندروستی بکە – ئاستەکە بە ئاو و سابوون بشۆرەوە.

دووکەڵ

گوێ بگرە بۆ وێستگە ڕادیۆیی ناچەیی خۆت یان سەردانی www.emergency.vic.gov.au بکە بۆئەوەی لەسەر کوالیتی هەوا و ئەوەی دەبێ بکەیت نوێترین زانیاری بەدەست بێنیت.

گەر هەوا پڕە لە دووکەڵ، وەرزش یان چالاکی قورس مەکە. کەسانی دووچار بە نەخۆشی دڵ یان سییە ئەوەندەی دەکرێت دەبێ پشوو بدەن.

گەر ئاگرکەوتنەوە بۆت وەک هەڕەشەیەک نییە، لەماڵەوە و دوور لە دووکەڵ بمێنەوە. درگا و پەنجەرەکان داخە.

گەر هەوا گەرمە و دەتوانێت هەوا گۆڕەکە داگیرسێنێت، هەواگۆڕ لەسەر "خولانەوەی دووبارە" یان "بەکارهێنانەوەی دووبارەی هەوا" دابنێ. ئەم کارە ڕێژەی گەردیلەی دووکەڵاوی بۆ ناوەوە سنووردار دەکات.

گەر بارودۆخی ماڵەکەت گونجاو نییە و مەترسییەکیش نییە بۆ ماوەیەک لە دووکەڵ دوور بەوە. بڕۆ بۆ ناوچەیەک کە دووکەڵاوی نییە یان بڕۆ بۆ بینایەکی ناوچەیی کە هەواگۆڕی هەبێت وەک کتێبخانە، ناوەندی کۆمەڵایەتی یان ناوەندی بازارکردن.

سەردانی دراوسێ بەتەمەنەکان و کەسانی تر بکە کە پێت وایە لەوانەیە پێویستیان بە یارمەتی زیاتر بێت، بە مەرجێک کە مەترسیدار نەبێت.

بەکارهێنانی دەمامک(ڕووبەند)ی دەموچاو چی؟

باشترە لە ناو بینادا دوور لە دووکەڵ بمێنیتەوە، مەگەر ئەوەیکە ناچار بیت لە دەرەوەی بینا ئیش بکەیت.

دەمامکی ئاسایی کاغەزی بۆ تەپ و تۆز، دەسرەسڕ یان سەربەست(سرکەیی) پارێزگاریت لێناکات لە ئاست گەردیلەی ورد یان گازی دووکەڵدا.

دەمامکی تایبەت بە دەموچاو (دەمامکی P2) پارێزەرێکی باشتر بەدی دێنێت لە ئاست هەناسەکێشانی گەردیلەی وردی دووکەڵ.

بەر لە بڕیاردان بۆ بەکارهێنانی دەمامکی P2، تێبینی بکە کە:

- ڕەنگە بەکارهێنانی ئەو ئازارهێنەر بێت و ببێتە هۆی گەرما و دژوارتربوونی هەناسەکێشان
- کەسێک کە نەخۆشی دڵ یان سییەی هەیە پێویستە بەر لە بەکارهێنانیان داخوازی ڕاسپاردەی پزیشکی بکات.

- گەر کەسێک ڕدێنی هەبێت، لەکاتی بەکارهێنانی دەمامکدا هەندێ کون بەدی دێت.
- بۆ دەموچاوی منداڵ دیزاین نەکراوە
- لە ئاست گازەکانی وەک مۆنۆکسیددا پارێزگاریت لێناکات.

ئاخۆ پاش ئاگرکەوتنەوەی خەڵووزی بەردینی قاوەیی، خۆڵەمێشەکە کاریگەری دەبێت لەسەر تەندروستی؟

کاتێک ئاگرەکە دەکوژێتەوە، لەوانەیە توزێکی خۆڵەمێشی لەسەر ئاستی نزیک بە شوێنی ئاگرەکە ببینرێت.

خۆڵەمێشی خەڵووزی بەردینی قاوەیی بەگشتی زۆر مەترسیدار نییە، لەگەڵ ئەوەشدا گرنگە کە هەر جۆرە خۆڵەمێشی بەجێماوە خاوێن بکرێتەوە بۆئەوەی بەرگری بکرێت لە پەیوەندی لەگەڵ پێست و چاو و ئیلتیهابی ئیحتیمالی.

خاوێنکردنەوەی خۆڵەمێش

بە باشی ڕەچاوی تەندروستی بکە –ئاست و ڕووبەری بینا بە ئاو و سابوون بشۆرەوە. ئەگەر توێژاڵێکی ناسک لەسەر ئاستەکە دەبینرێت، بە ئاو و سابوون بیشۆرەوە.

تاکوو ئەو کاتەی ناوچەکە خاوێن دەکرێتەوە مەهێڵە منداڵان لە نزیک خۆڵەمێش یاری بکەن.

زانیاری زیاتر بەدەست بێنە دەربارەی چۆنیەتی خاوێنکردنەوە لە ئەنجومەنی ناوچەیی خۆتدا.

من پەرۆشی تەندوستی ئاژەڵەکانی ناوماڵی خۆمم. پێویستە چی بکەم؟

کاتێک هەوا پرە لە دووکەڵ، گەر بکرێت ئاژەڵی ناوماڵەکەت بەرە ژوورەوەی ماڵەکەت.

گەر سەبارەت بە تەندروستی ئاژەڵی ناوماڵەکەت پەرۆشیت، لەگەڵ ڤێتەرنەری ناوچەیی خۆتدا ڕاوێژ بکە.

من پەرۆشی تەندوستی چوارپێیەکانی خۆمم. پێویستە چی بکەم؟

گەر سەبارەت بە تەندروستی ئاژەڵی ناوماڵەکەت پەرۆشیت، پەیوەندی بکە بە ڤێتەرنێری ، یان Department of Environment, Land, Water and Planning Customer Service Centre، ناوەندی خزمەتگوزاری مشتەری بە ژمارەی 136 186.

دەتوانم لە ئاوی خەزانی باران، ئاو بخۆمەوە؟

گەر ئاوی خەزانی ئاوی باران، تام و ڕەنگەکەی نائاساییە، بۆ خواردنەوە، حەمامکردن یان بۆ ئاژەڵی ماڵەوە بەکاری مەهێنە.

بۆ بەدەست هێنانی زانیاری زیاتر پەیوەندی بکە بە بەرپرسی تەندروستی ناوچە لە ئەنجومەنی شاری خۆت یان Department of Health and Human Services.

ئاخۆ خۆڵەمێشی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی کانی خەڵووزی بەردین کاریگەری دادەنێت لەسەر گژ و گیای باخچەکەدا؟

ئەگەرچی بە گشتی خۆڵەمێش بۆ باخچە باشە، کۆبوونەوەی خۆڵەمێشی چڕ لەوانەیە ببێتە هۆی خنکانی گژ و گیاکان و سنووردارببوونی گەشەی مانەویان.

ئاخۆ دەتوانم سەوزی، میوە و یان گژ و گیای ناوباخچەکە بەکاربێنم کە خۆڵەمێشیان لەسەر نیشتووە؟

هەمیشە لە کاتی بڕیاردان دەربارەی ئەوەیکە چ خواردەمەنییەک تەندروستە یان نا هەست و هۆشی خۆت بەکار بێنە. پێویستە بەر لە کوڵاندن یان خواردن سەوزی و میوە و گیا بە تەواوەتی بشۆردرێنەوە.

ئەگەر ناتهەوێت بەرهەمەکانی خۆت بخۆیت، دەتوانیت ئاو گژ و گیایانەی کە خۆڵەمێش کاریگەری لەسەر داناوە بکەیت بە پەین.

ماڵەکەم بۆنی دووکەڵی لێدێت دەبێ چی بکەم؟

گەر پاش کۆتایی ئاگرکەوتنەکە بۆنی دووکەڵ لە ماڵەکەت دێت:

- درگا و پەنجەرەکە بکەوە ڕێگە بدە تیشکی خۆر و هەوای تازە بێتە ژوورەوە
- کەلوپەلەکان بخە بەر خۆرەتاو
- کەلوپەلی ناو بینا بە ئاو بشۆرەوە. گەر توێژاڵێکی ناسک لەسەر ئاستەکە دەبینرێت، بە ئاو و سابوون بیشۆرەوە.

سەبارەت بەو جلانەی کە لە دەرەوەی ماڵەوە ماوەتەوە چی بکەم؟

گەر لە کاتی بوونی دوکەڵ لە هەوادا، جلەکان لەسەر تەنافی جل بوون بۆ لەناوبردنی هەرجۆرە بۆنی دووکەڵ و خۆڵەمێشی ئیحتیمالی کە لەوانەیە ببێتە هۆی هەڵاندنی پێستە هەستیارەکان دیسان بیانشۆرەوە. گەر دووکەڵ هەروا هەبوو، جلەکان لەناوەوە یان بە بەکارهێنانی وشککەرەوە وشک بکەوە.

زانیاری زیاتر

Vic Emergency

بۆ بەدەستهێنانی زانیاری زیاتر دەربارەی ڕووداو و بارودۆخی فریاگوزاری تایبەت سەردانی: www.emergency.vic.gov.au بکە.

وێستگەی ڕادیۆیی فریاگوزاری ناوچەیی

بۆ بەدەستهێنانی نوێترین زانیاری زیاتر دەربارەی ڕووداو و بارودۆخی فریاگوزاری تایبەت، گوێ بگرە بۆ وێستگەی ڕادیۆیی فریاگوزاری ناوچەیی خۆت.

NURSE-ON-CALL

بۆ بەدەستهێنانی ڕاسپاردەی تەندروستی خێرا لەلایەن پەرستارێکی شارەزاوە، لە 24 کاتژمێری شەوانە و ڕۆژانە و 7 ڕۆژی هەفتە پەیوەندی بکە بە ژمارە 1300 60 60 24.

Department of Health and Human Services

بۆ بەدەستهێنانی زانیاری دەربارەی کاریگەری تەندروستی دووکەڵی بەدیهاتوو لە ئاگرکەوتنەوەی خەڵووزی بەردینی قاوەیی ، یان کوالیتی خەزانی ئاوی باران، لە ماوەی کاتی دایرەیی (کاتی کارکردن)دا پەیوەندی بکە بە ژمارە 1300 761 874.

Environment Protection Authority Victoria

زانیاری تایبەت بە کوالیتی هەوا و کاریگەرییەکانی تری ئەم جۆرە ئاگرکەوتنەوە لەسەر ژینگە یان سیستەمی گواستنەوە و فرێدانی خۆڵەمێشی بەدیهاتوو بەهۆی ئاگرکەوتنی کانی خەڵووزی بەردینی قاوەیی لە ڕێگەی EPA Victoria وە بە ژمارەی 1300 372 842 بەردەستە.

حکومەتی خۆجێیی

بۆ بەدەستهێنانی زانیاری زیاتر دەربارەی چۆنیەتی خاوێنکردنەوە و یان ڕاوێژ دەربارەی کوالیتی ئاوی خەزانی باران پەیوەندی بکە بە ئەنجومەنی ناوچەیی خۆت.

بۆ وەرگرتنی ئەم بڵاڤۆکە لە چوارچێوەیەکی گونجاودا پەیوەندی بکە بە ژمارە 1300 761 874 ، گەر پێویست بکات National Relay Service بەکار بێنە بە ژمارە 13 36 77 یان ئیمەیڵ بنێرە بۆ environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au.

خاوەن مۆڵەت و بڵاوکراوە لەلایەن حکومەتی ڤیکتۆریا، 1 Treasury Place, Melbourne.

© ڤیلایەتی ڤیکتۆریا، Department of Health and Human Services نۆڤەمبەری 2016.