

دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە

پەرە زانیاری تایبەت بە کۆمەڵگا

Department of Health and Human Services ئەم زانیارییە گشتییە دابین کردووە بۆ ئەوەیکە بزانییت چ کاریک بکەیت بۆ پارێزگاری لە تەندروستی خۆت و تەندروستی هەر کەسێک کە چاودێری دەکەیت و لەوانەیە بکەیت بەر دووکەلی ناگرکەوتنەوێ شونینی ناشتنی زبڵ.

بۆ بەدەستەننانی زانیاری زیاتر سەبارەت بە پرۆدای ناگرکەوتنەوێ یان بارودۆخی فریاگوزاری تایبەتدا، گۆن بگرە لە ویستگەیی رادیۆیی ناوچەیی خۆت بۆ ئەوەی کۆتا زانیاری وەر بگریت یان سەردانی www.emergency.vic.gov.au بکە.

گەر لە شونینی بارودۆخی فریاگوزاری دابیت، بەردەوام بچای فەرمانی خزمەتگوزاری فریاگوزاری بکە وەک بەرپرسی ئەمبولانس (ئۆتۆمبیلی فریاگوزاری) و خزمەتگوزاری ناگرکۆژینەو.

خاڵە گرنگەکان دەربارەی دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە

- شونینەکانی ناشتنی پاشماوە هەموو جۆرە پاشماوەی پێشەسازی، بازرگانی و مالمە وەردەگرن.
- دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە داگری گەردیلە زۆر ورد، هەلمی ئاو و گازی وەک مۆکسیدی کاربۆنە. بەپێی ئەو شتە کە خەریکە دەسووتێت لەوانەیە مەوادیکە دیکەشی تێدا بێت.
- گەر پێویست ناکات لە ناوچەیی بێت، خۆت لە ناگری شونینی ناشنی پاشماوە دوور بگرە. گەر لە نزیکێ ناگرکەوتنەوێ دەژیت یان کار دەکەیت، ئەوەندە بۆت دەکرێت خۆت لە دووکەلە دوور بکەوێ. لە شونینێکی داخراو و دوور لە دووکەل بێنەوێ و چالاکی جەستەیی خۆت دابەزێنە. دەرگا و پەنجەرەکان داخراو بێت.
- بۆ وەرگرتنی ریکۆپیکێ زانیاری دەربارەی ئەو کارانە کە دەبێ ئەنجامی بدەیت، گۆن بگرە لە ویستگەیی رادیۆیی ناوچەیی خۆت بۆ ئەوەی کۆتا زانیاری وەرگریت یان سەردانی www.emergency.vic.gov.au بکە.
- ئەو کەسانە نەخۆشی دڵ یان سییەیان هەیە، بۆ نمونە ناستیم (تەنگە نەفەسی)، مندالان (تاکو تەمەنی 14 سالی)، ژنانی دووگیان و کەسانی سەرروی تەمەنی 65 سالی هەناسەکشانیان لە ئاست کاریگەری دووکەل هەستیارترە.
- گەر نەخۆشی دڵ یان سییەت هەیە، دەرمانی خۆت بەپێی راسپاردە پزیشک بەکار بێنە. کەسانی دووچاربوو بە ناستیم (تەنگە نەفەسی) پێویستە پلانی تاکەکەسی تەنگەنەفەسی خۆیان پێڕەو بکەن و دەرمانی هێمنکرووەی خۆیان لەبەر دەست بێت.
- گەر خۆت یان کەسێک کە بەرپرسی چاودێری ئەمیت نیشانە کەوتنە بەر دووکەلی بێنی، پەیوەندی NURSE-ON-CALL بکە بە ژمارە 1300 60 24 یان راسپاردە پزیشکی وەرگرە.
- هەرکەسێک کە دووچارێ گرتی هەناسەدان، خیزە خیزی سنگ یان تەنگی لە قەفەزە سنگدا هات پێویستە خێرا داوای یارمەتی پزیشکی بکات – لەرێگە 1300 60 24 یان راسپاردە پزیشکی وەرگرە.

زبڵخانە چییە؟

زبڵخانە شونینێکی پێکەتەمێ کە هەموو جۆرە زبڵ و پاشماوەی پێشەسازی، بازرگانی یان مالمە وەردەگرت.

لە فیکتوریا، زبڵخانەمێکی تایبەت، پاشماوەی پێشەسازی مەترسیدار قەبوول دەکات. زبڵخانەکانی چالاکەکانی تر، پاشەرۆی کەم مەترسی دیاریکراو وەک خۆلی کەم پێسبوو، ناسبەستی پێجراوەکان و مەوادێ خۆراکی بۆگەن یان پاشماوەی شار قەبوول دەکات.

جگە لە زبڵخانە چالاکەکان، ژمارەیک زبڵخانە داخراویش هەیە.

لەناو دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە چ شتێک بوونی هەیە؟

دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە بەپێی ئەو کە چ جۆرە زبڵێک خەریکە دەسووتێت، مادە جۆراوجۆر لەخۆ دەگرێت.

دووکەلی بەدیھاتوو لە ناگرکەوتنەوێ زبڵخانە:

- دەرمانی کۆمەڵەیی هەوا لە دەورووبەری شونینەکان و ناوچە دراوسێیەکان دابەزێنێت.
- داگری گەردیلە ورد، هەلمی ئاو، گازی میتان، مۆکسیدی کاربۆن و دی ئۆکسیدی کاربۆن و مەوادێ ترە.

- سهر دانی در اوسن بته مهنگان و کسانن تر بکه که و ابیر دمکیموه لهوانه یه
پتویستیان به یار متهی زیاتر بیت، به مهر چیک که نهجامی نم کاره مترسی
نهیت.

به کار هیئانی ده مامک (پرووبه‌ند) ی ده موچاو چی؟

دەمامكى ئاسايى كاغەزى بۇ تەپ و تۈز، دەسەسەپ يان سەسەست (سەركەمىي) پارىزگارپەت لىنناكات لە ئاست گەسەدەلەمى ورد يان گازى دووگەل.

بەر له بریاردان بۆ به کارهێنانی دهمامکی P2، تێبینی بکه که:

- چونینى کاریگه‌رى دوو کەم‌لەسەر تەندروستى تۆ پەيوەندى ھەيە بە جۆرى
ئەو پاشماوہى کە دەسووتیت، تەمەنى تۆ، و ئەو بیکە ئاخۆ نەخۆشیت ھەيە پان
نا، ریزەى چالاکیت لە ناو دوو کەم‌لدا و ئەو بیکە چەندە لە ناو دوو کەم‌ل بویت.

گەر نهخۆشی دڵ یان سبیعت ههیه، دهرمانی خۆت بهینی ڕاسپاردە ی پزیشک بهکار بێنه.

گەر خۆت يان كەسپك كه بهر پرسى چادىرى ئىموى نىشانى كەوتتە بهر
دووكەلى بىنى، پەيۋەندى بكه به NURSE-ON-CALL به ژمارەى 1300
24 60 60 يان راسبار دەى يزىشكى وەرگره.

هەر کەسێک کە دوو چاری گرتی هەناسەدان، خیزە خیزی سنگ یان تەنگی لە قەغەزە ی سنگدا هات پێویستە خێرا داوا ی یارمەتی پزشکی بکات – لەرێگەی ژمارە ۰۰۰.

دهتوانم چي بگم بۆ پاراستنى تهنروستى خوم له
ناست دووكهلى بهديهاتوو له ناگرهوتنهوهى
زىلخانهدا؟

گھر پیویست ناکات لہو ناوچہیہ بیت، لہ ناگری زبخانہ دوور بہوہ۔

گەر له نزيكى ناگر كهوتتەكه ده‌ژيت بان كار ده‌كەيت، ئەو مەندەى بۆت دەكریت
خۆت له دوو كەله دور بەكه. بۆ ئەو مەبەستە له شۆننكى داخراو و دور له
دووكەل بێنێه تا ئەو كاتەى ناگر كه بەرى دەگيریت و دەكووژنדרیتەوه.
دەرگا و بێنچەر مكان داخراو بێت.

چالاکی جهسته‌یی خوت دابه‌زینه. و گهر نه‌خوشی دل یان سیبیه هه‌یه،
ئه‌هنده‌ی بۆت ده‌کری بشو و ده‌.

له کاتې ناگر که متعهدا گوئ بگره بؤ رادیوی فریگوار اری ناوچهیی خوت یان سمر دانی www.emergency.vic.gov.au بکه بؤ نموهی ناگداردی نویتیرین زانباری بیت دهر باره ی بارونوخی ههوا و نمو کارانهی که دهیی نهنجایی بدمیت.

گھر ھو گھر مہ و دمنائیت ھو گور ھو داگیر سینیت، لہسہر "خولانہوہی
دوبارہ" یان "بہکار ھینانہوہی دوبارہ ھو" ی دابئی. نئم کارہ ریژہی
گھر دیلہی دوو کہ لاوی بۆ ناو مہ سنوور دار دمکات.

گەر بارو دۆخى مالمەكت نازار ھىنەرە و مەترسىيەكەش نىيە بۇ ماومىكە لە دووگەل دور بىمە. بىرۇ بۇ ناوچەمىك كە دووگەلۇى نىيە يان بىرۇ بۇ بىنايەكى ناوچەمى كە ھىواگورى ھەبىت و مگ كىتەخانە، ناومندى كۆمەلەيتى بان ناومندى بازار كر دن.

کاتیک ھوا پر لہ دوو کملہ، گمر بکریت نازلۃ ناو مالہ کمت بمرہ ژورودہ .
گمر سعبارت بہ تخدروستی نازلۃ ناو مالہ کمت پمرو شیت، لہ گمل ڦیتہ نمری
ناو جیمی خوت راوژر بکہ .

دهتوانم ئاوى خەزانی ئاوى بارانى خۆم بخۆمهوه؟

ئاۋىز يېمەكچىسى ئاۋىز بۇرىق خورمۇدە گەرگەزلىنىدىغان ئاۋىز بارانت ھەيپە تام و
رەنگى ئاممە ئاناسىيە، بۇ خورمۇدە، ھەممىگە دىيان بۇ ئازمى مالمۇ
بەكارى مەھنە.

بۆ بەدەست ھېنئانی زانیاری زیاتر پەیوڭىدى بىكە بە بەرپىسى تەڭدوستى
 ناوچە لە ئىنجومەنى شارى خۆت يان
 Department of Health and Human Services

له دهوړوبهري مال‌هوه دهبي جي بکهم؟

پاش ئىمىگە ئاگرەكە كۈنرۇل كرايان كوۋزاۋە، دەرگاۋ پىنجىرەكان بىكمە
بۇنمەۋە تىشىكى ھەتاۋ ۋ ھەۋاى نازە بىتتە ناۋە ۋ موبىلىياتى نەرمى خۇت بخە
بىر تىشك ۋ ھەۋاى تازە.

پروپیری ناو مو به ئاو خاوین بکموه. ئمو توئژ الانهی که بمرچاو دهکمون به
ئاو و سلبون بشۆر موه.

گەر له کاتی بوونی پر دوو کۆنیدا جلهکان لاسهر تهنافی جل بوون دیسان
بیانشۆروه. گهر دوو کۆل ههروا ههبوو، جلهکان لاناووه یان به بهکار هینانی
وشکیهر موه و شک بکهوه.

Vic Emergency

بۆ بەدەستەننەننى زانبارى زياتر دەربارەى پروودا و بارودۇخى فريگوزارى تاييەت سەردانى: www.emergency.vic.gov.au بکە.

ويستگەى راديويى فريگوزارى ناوچەيى

بۆ بەدەستەننەننى نوئىترين زانبارى زياتر دەربارەى پروودا و بارودۇخى فريگوزارى تاييەت، گوئ بگرە بۆ ويستگەى راديويى فريگوزارى ناوچەيى خوت.

NURSE-ON-CALL

بۆ بەدەستەننەننى راسپاردەى تەندروستى خيرا لەلايەن پەرسنارىكى شارەزا، لە 24 كاتر ميري شەرانە و رۆژانە و 7 رۆژى هەفتە پەيوەندى بکە بە ژمارە 1300 60 60 24.

Department of Health and Human Services

بۆ بەدەستەننەننى زانبارى دەربارەى كاريگەرى تەندروستى دووكلەى بەدەياتوو لە ناگر كەوتەوهى زىلخانە، يان كواليتى خەزانى ناوى باران، لە ماوهى كاتى دايرەيى (كاتى كار كردن) دا پەيوەندى بکە بە ژمارە 1300 761 874.

EPA Victoria

زانبارى تاييەت بە كواليتى هەوا و كاريگەرىيەكانى ديكەى ئەم جۆرە ناگر كەوتەوه لەسەر ژینگە لە ريگەى EPA Victoria بە ژمارەى 1300 372 842 بەردەستە.

حكومەتى خوجيى

بۆ بەدەستەننەننى زانبارى زياتر دەربارەى كواليتى ناوى خەزانى باران يان گەياندننى زانبارى لەم بوارەدا پەيوەندى بکە بە ئەنجومەنى ناوچەيى خوت.

بۆ وەرگرتنى ئەم بلاڤۆكە لە چوارچىوەيەكى گونجاودا پەيوەندى بکە بە ژمارە 1300 761 874 ، گەر پيوست بکات National Relay Service بەكار بێنە بە ژمارە 13 36 77 يان ئيمەيل بننيرە بۆ environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au.

خاوەن مۆلەت و بلاوكراره لەلايەن حكومەتى فيكتوريا، 1 Treasury Place, Melbourne.

© فيلايەتى فيكتوريا، Department of Health and Human Services نوڤەمبەرى 2016.