

# بعد از یک سیل: برگشت دوباره محفوظ ده خانه

مالومات بلدی اجتماع

وختیکه بعد از یک سیل ده خانه خود بر میگرددین، بخش کم شدن احتمال جراحت، بیماری یا امراض از تدابیر احتیاطی کار بگیرین.

## قبل از اینکه ده جایداد خودونخو برین نقاط زیر ره ده نظر داشته باشین:

- تهیه گاز یا برق شاید صدمه دیده باشه- ای خطرات نیازدره تا محفوظ بودن آن توسط یک برقی یا نل دوان با صلاحیت تائید شونه.
- درستی و تمامیت ساختمانی خانه شمو و آبدی شاید متأثر شده باشه - ای لازم استه که محفوظیت آن توسط یک سروی کننده با صلاحیت ساختمانی اعلام شونه.
- اطفال و حیوانات اهلی(سگ وپشک) ره تا وختیکه پاک کاری مکمل نه شوده دور نگهدارین.
- آب بازی یا بازی گه دن ده آب سیل بنابه خطر غرق شدن و سرایت آلودگی جلدی از طریق زخم باز ده اثر تماس قنجه آب سیل خطرناک استه.

## خطرات ساحه شاید شامل حالات زیر باشه:

- اگه گاز ده درون خانه جمع شوده باشه سگرت نه کشین یا گوگرد، لایترها یا دیگه شعله ها استعمال نشنه. اگه ممکن باشه از نورافشان یا دیگه چراغهای بتری دار عوض شمع ها استفاده که نین.
- موزه های مستحکم مقاوم ضد آب ورابری یا دستکش های چرمی پوشیده شونه. حیوانات وحشی شامل موش صحرايي، مارها یا عنکبوت /جولاها میتانه ده درون یا چاردوبر خانه گیرمانده باشن. پارچه های شیشه شکسته و ریخته و پارچه بعد از خرابی ها یگو مشکل استه.
- پشه ها ده سرعت تخم گذاری وچوجه ها ده زندگی شروع مومن و اذیت کننده موشن. - جلد و پوست خوره با لباس سبک یا نازک رنگه قنجه آستین های دراز وپتلون، و مواد دفع کننده حشرات ببوشانید.
- حیوانات اهلی ودیگه حیوانات شاید مرده باشن آنها ره دور که نین. بلدی مشوره محفوظ پس که دن آنها ده بلدی محلی یا کونسل خودونخو یا بیطار/ داکتر حیوانات توره بگوین.
- ساختمانها شاید مواد پنبه مانند دشته باشن. تمام تدابیر احتیاطی لازم ره وختیکه رسیدگی با پارچه وریخت خرابه مو که نین ده نظر دشته باشین. جائیکه خرابی بی حد، ترمیم و کارنوسازی ده شمول مواد پنبه مانند باشه، کارگران جوازدار مواد پنبه باید استخدام شون تا کار که نن.
- سیل آمدن میتانه سبب تشدید رُشد جامنک یا فنجی شونه، قبل از ای که دوباره ده خانه خودونخو پس بورین باید پاک کاری شونه.
- سیل آمدن شاید سبب سرریزی بدرفت ده درون خانه شمو شوده باشه. ساحات آلوده شوده باید پاک و ضد عفونی شونن.
- آب آشامیدنی شاید آلوده شوده باشه- هیچگونه آب ره تا وختیکه بفامین که محفوظ استه نه نوشین.
- خوراکه شاید آلوده، یا بنابه پرچوی برق گنده شوده باشه.

## پاک کاری

تشریحات زیر نشان موته که چطور شمو خود و خانواده خوره ده وختی پاک کاری پس از واقعه سیل محافظت کده میتانین.

## نظافت و بهداشت شخصی ضروری استه

یک تعداد امراض ساری، ده شامل امراض معدوی اسهال ودیگه مرضای معدوی ناشی از ویروس، باکتیریا و پرازیت ها و امراض جگر هپیتاتیس، میتانه از طریق تماس با سطح یا روی جای آلوده شوده توسط آب سیل سرایت که نن. احتمال بیماری وختی زیات موشه که مواد غایطه یا چتلی ده سیستم های بدرفت ( بیت الخلا)، زراعت یا پس مانده صنعتی گد شوده باشه.

هیچگاه از آب آلوده شوده ده شستن ظرف ها، برس کدن دندو، شستن دست ها، شستن مواد و تهیه خوراکه، تیار کدن یخ یا شیر طفل استعمال نه شونه.

همیشه دست های خوره قنجه صابون و آب محفوظ بشوئین و از آب جوش داده شده یا ضد عفونی شده استفاده که نین:

- بعد از فعالیت های پاک کاری
- بعد از سروکار داشتن اشیای آلوده شده قنجه آب سیل یا بدرفت.
- آگه آب جوش شده یا ضد عفونی مهیا نباشه، شما میتائین از مایعی که ده آن الکھول باشه یا مواد لزجی یا چل بلدی ضد عفونی شون دست های خودنخواز آن استفاده کنین.
- هرگاه زخم بازیا درد ناشی از مواجه شون ده آب سیل دشته باشین:
- تا جائیکه ممکن باشه آنرا توسط شستن قنجه صابون و بسته که دن قنجه یک پلستر چسپوک پاک نگهدارین.
- همراى داکتر بخش مشوره تداوی بیشترده تماس شونین(مثل پیچکاری تیتانوس آگه لازم باشه).
- آگه قسمتی از بدن سُرخ شده گی، پُندیده یا ورم یا مواد از آن بیرو میایه(ریم) توجه عاجل طبی ره ده دست بیارین.
- جلوگیری از بیماری:
- اطفال ره اجازه نتین تا ده بین آب سیل ساتیری و بازی که نن.
- مکرر دست های اطفال ره بشوئین(همیشه پیش از نان خوردن ها).
- اطفال ره اجازه نتین تا قنجه سامان بازی خراب شوده توسط سیل بازی که نن تا اینکه بازیچه ها ضد عفونی گردد.

## جلوگیری بیماری از آب

- مقامات محلی آب ده شمو خات گفت که آگه آب نل بلدی استفاده محفوظ استه.
- تانک آب باران بالای زمین که قنجه آب سیل گد نشده یا خراب نشوده باید بلدی استفاده درست باشه
- آگه شمو ده تهیه آب شخصی تان شک درین که قنجه مواد کیمیای آلوده شوده، جوش دادن آنرا بلدی خوردن محفوظ نه موسازه – صرف آب بوتلی ره استعمال که نین.

آب جوش داده یا ضد عفونی شوده میتانه آب ره بلدی نوشیدن محفوظ سازه.

- آگه آب ره جوش میتین اوره ده جوش و غلیان بیارین تا وختیکه متواتر و تیز بخار و پوقانه هوا ده تی یا پایان یگو دیگ یا چای جوش دیده شونه. چای جوش های قنجه سوپج اتومات گل شون مناسب ای کار استه. مواظبت جلوگیری از جراحات سوختن با آب جوش یا گرم باشین.
- ضد عفونی ساختن آب، ۳/۴ یک قاشق (۴ ملی لیتر) از بلیچ کلورین خانگی ره ده یک سطل پاک خانه که (۱۰ لیتر) آب دشته باشه گد که نین. از بلیچ های که عطریات یا مواد ظرف یا کالا شویی دشته باشه جلوگیری شونه. آب ره خوب شور بیدن و بلدی ۳۰ دقیقه اوره قبل از استعمال بانین.

اطفال و اشخاص سالخورده ده خصوص از کم آب شون بدن ده خطر استن. از نوشین مقدار زیات آب محفوظ اطمینان حاصل شونه(ضد عفونی یا آب بوتل) تا وختیکه تهیه آب نوشیدنی محفوظ اعلام شوه.

بلدی کودکان از آب بوتل جهت جور که دن شیرپودری فارمولا و از غذای قبلاً تیار شوده قطی گکی استفاده شونه.

بازیچه های مناسب پاک کاری باید ده یک محلول ۰.۵ پباله یی بلیچ خانگی ده ۱۰ لیتر آب سرد (یک سطل خانگی) بلدی دو دقیقه مانده شوه. ده آب پاک بازیچه ها ره اوکش که نین و بعد از پاک کاری ده هوا آزاد مانده شونه.

## تنظیم سرریزه شون بدرفت درون خانه شمو

آب سیل میتانه مملو از مواد بدرفت که دارای بکتریای مُضر و ویروس ها استه باشه. اطفال و حیوانات اهلی ره از ساحه متأثر شوده بدرفت تا وختیکه پاکاری شونه دور نگهدارین. طرز العمل مناسب پاک کاری شامل استه بر:

- دسکش های رابری وموزه، و محافظت چشم.
- مواد خانگی آلوده شوده که پاک کاری یا ضد عفونی شوده نمیتانه دور پورته که نین، مثل قالین و سامان بازی نرم اطفال.
- تمام ساحات آلوده شوده ره قنجه آب و مواد پاکاری پاک و ضد عفونی سازین، سپس ضد عفونی که نین.
- از ماشین فشار آب زیاد ده درجه چت/تیز ده بالای مواد آلوده شده پنبه مانند استفاده نشونه.
- ظروف نان پزی و روی میز کار آشپزخانه ره قنجه محلول کمیای بلیچ تشریح شوده بالا پاک کنین.
- روی سطح سخت ره بلدی ۱۰ دقیقه قبل از اوکش قنجه آب پاک نمناک بگذارین.
- صافی پاکاری یا مپ، جاروها و بُرس ره قنجه محلول کمیای بلیچ ضد عفونی سازین.
- پاپوش های چنل و کثیف ره پاک که نین و کالای خوره علیحده بعد از پاکاری بشوئین.
- دست ها و هر قسمت بدن خوره قنجه صابون و آب بشوئین.

## جلوگیری بیماری از خوراکی

بعد از سیل دور پورته که نین:

- خوراکی ره که مستقیماً ده تماس آب سیل شوده باشه.
- هر نوع خوراکی که بوی، رنگ یا مزه غیر معمول گرفته باشه.
- خوراکی های فاسد شودنی (شامل گوشت، مرغ باب، ماهی تخم مرغ یا شب مانده/ باقیمانده) که ده درجه بالای ۵ درجه سانتی گراد بلدی اضافه از چار ساعت مانده باشه.
- غذای قطی گکی که قطی باز شوده، ورم یا پندیده یا خراب شوده باشه.
- ظرف دانی غذا قنجه سرهای پیچ دار، چسبیده، چین وچروک دار، سرهای دور خور، سرهای بالا بران و غذای قطی گکی خانگی.
- پاک کاری قطی های سرغچ شده، نه چسبیده و دست نخورده که ده تماس قنجه آب سیل شوده باشه:
- لیبل یا نوشته روی قطی پس شونه.
- قطی ها ره بشوین.
- آنها ره ده محلول بلیچ بخش دو دقیقه غوطه که نین.
- دوباره لیبل یا نوشته روی بوتل ره قنجه رنگ قلم ضد آب یا واترپروف تحریر که نین.

**اگه برق جریان دشته باشه**، دوباره ده یخچال/فریزر بگذارین یا غذا ره که آب یا یخ اش باز شوده پخته که نین مگم کرسنل یا پارچه های شفاف یخ و زیر ۴ درجه سانتی گراد دشته باشه. **اگه برق پرچاو شوده باشه** خوراک یا غذا ره طور محفوظ ده یخچال و فریزر یا یخ کن نگهدارین که درهای شان تا جائیکه ممکن است بسته باشه. پارچه یا یخ خشک ره ده یخچال تان ده صورت احتمال پرچوی برق زیات از چار ساعت اضافه که نین. وختیکه یخ ره میندارین دستکش بپوشین.

## بلدی مالومات بیشتر

- اگه شمو یا هر کسی دیگه ده خانواده شمو احساس ناخوشی یا مریضی مونی، مشوره طبی ره از داکتر محلی خودنوخو جستجو که نین.
- بلدی مشوره زیاتر ده یونت یا واحد صحت محیطی ده Department of Health and Human Services ده شماره ۱۳۰۰ ۷۶۱ ۸۷۴ تماس بگیرین.
- بلدی مشوره مالومات و تدابیر احتیاطی مربوط ده رسیدگی مواد پنبه مانند ده ویب سایت [www.asbestos.vic.gov.au](http://www.asbestos.vic.gov.au) بورین.