

ملحقات الأخطار

ما الذي يجب القيام به؟

الدليل الإرشادي لكيفية التعامل مع كل خطر من أكثر الأخطار شيوعاً في

FAIRFAX COUNTY

الأخطار الطبيعية:

- ◀ العواصف الرعدية
- ◀ الأعاصير أو العواصف الاستوائية
- ◀ الفيضانات
- ◀ العواصف الثلجية أو البرد القارس
- ◀ درجة الحرارة الشديدة
- ◀ الزوايع
- ◀ الزلزال
- ◀ جائحة الإنفلونزا

إن Fairfax County معرضة لمجموعة كبيرة من الأخطار (الطبيعية والتي يسببها الإنسان واليومية). تهدد هذه الأخطار سلامة السكان. ويمكن أن تتسبب في حدوث أضرار في الممتلكات أو تدميرها وتعطيل الاقتصاد. وإذا لم يكن بمقدورنا القضاء على الأخطار، فبإمكاننا الحد من تأثيراتها المحتملة.

يمكن أن تقع الأخطار منفردة، أو في شكل مجموعة من التداخيات، وهو الأمر الأكثر شيوعاً. على سبيل المثال، قد يؤثر الإعصار فيضانياً بالإضافة إلى التسبب في انقطاع التيار الكهربائي وحالات طبية طارئة. أو قد ينجم عن عاصفة رعدية برق يُشعل الحرائق في المباني.

استُخدمت خطة تخفيف الأخطار في شمال Virginia

ومصادر أخرى لتحديد الأخطار المفصلة أدناه. فالأخطار المحددة هنا هي التي تُشكّل الخطر الأعظم على المقاطعة (أي أنها صاحبة أكبر احتمالية في التسبب في أكثر التأثيرات فداحة في أرواح الأشخاص والممتلكات المتعرضة لها). تستند التحليلات إلى مراجعات مفصلة لتاريخ الأخطار السابقة، بالإضافة إلى أدوات التنبؤ وأدوات النمذجة الاحتمالية.

تُصنّف ملحقات الأخطار حسب الخصائص المشتركة ولا تتطوي على أي ترتيب لدرجة الخطورة:

الأخطار التي يسببها الإنسان (بما في ذلك الحوادث والأفعال المتعمدة):

- ◀ الهجوم الإلكتروني
- ◀ الاضطرابات المدنية
- ◀ أعمال العنف/الإرهاب
- ◀ المواد الخطرة
- ◀ كيميائية أو بيولوجية أو إشعاعية أو نووية
- ◀ انهيار السدود

حالات الطوارئ "اليومية":

- ◀ حرائق المباني
- ◀ انقطاع التيار الكهربائي/التعتيم
- ◀ حالات الطوارئ الطبية

حرائق المباني

المصطلحات الأساسية

- ◀ **الاختناق** يحدث عند حرمان الشخص من الأكسجين ما قد يؤدي إلى فقدان الوعي أو الوفاة. وهو السبب الرئيس للوفاة في حرائق المنازل.
- ◀ **حرق من الدرجة الأولى** يشير إلى حرق سطحي ينتج عنه احمرار.
- ◀ **حرق من الدرجة الثانية** يشير إلى حرق عميق جزئيًا ينتج عنه احمرار وتقرحات.
- ◀ **حرق من الدرجة الثالثة** يشير إلى حرق عميق كليًا يقتل النهايات العصبية ويحرق النسيج العضلي تمامًا. إذا كان هناك حرق من الدرجة الثالثة، فسيكون هناك كذلك حروق من الدرجة الأولى والثانية حول مكان الحرق الأساسي. يمكن أن تكون الحروق من الدرجة الثالثة التي تمتد لمنطقة كبيرة من جسم الإنسان مميتة.

ما المقصود بها

كل عام، يتوفى أكثر من 4000 مواطن أمريكي ويصاب 25000 مواطن أمريكي في الحرائق. يمكن أن يبدأ الحريق بسرعة - ففي أقل من 30 ثانية يمكن أن يتحول لهب صغير إلى حريق كبير. كما أنه ينتشر بسرعة، سواء عمودياً أو عبر المساحات المغلقة. يمكن أن تشتعل النيران في أحد المساكن في خلال خمس دقائق. بالإضافة إلى ذلك، حتى في المناطق الخالية من النيران، قد يكون الدخان والحرارة مُميتين بسبب الحروق (الخارجية أو في الحلق والرئتين) أو الاختناق أو الغثيان أو الذعر.

ما يجب القيام به

قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- ◻ ركب أجهزة إنذار الحريق وغير البطاريات كل ستة أشهر.
- ◻ ضع طفايات حريق في كل طوابق منزلك، في مواقع معروفة ويسهل الحصول على الطفايات منها، وتعرف على كيفية استخدامها، وتأكد من أن طفاية الحريق الموجودة في مطبخك مصممة للحرائق الناجمة عن الشحوم.
- ◻ تحقق كل ستة أشهر من أن طفايات الحريق مضغوطة بشكل كافٍ.
- ◻ ضع خطة لإخلاء المنزل ونفذهما، بحيث تتضمن طريقتين للخروج من كل غرفة في حال تمت إعاقة الطريق الرئيس من خلال الحريق أو الدخان.
- ◻ تأكد أن صندوق قاطع الدائرة الكهربائية وتوصيلات الأسلاك لديك مطابقة للمعايير.
- ◻ ركب منافذ قاطع الدائرة في حالة تعطل وصلة الأرضي (GFCI) في جميع الحمامات والمطابخ وغيرها من المناطق التي قد تتلامس فيها المياه مع الأجهزة الكهربائية.
- ◻ اشترِ بوليصة تأمين ملائمة لملاك المنزل أو المستأجرين.
- ◻ افحص أسلاك التمديد للكشف عن الأسلاك المتهاكلة أو المكشوفة أو المقابس المُفككة.
- ◻ قم "بتأمين" المنافذ الكهربائية حتى لا يصل إليها الأطفال.
- ◻ نظف المدخنة بانتظام.
- ◻ لا تُخزن قطع القماش المستخدمة وهي مبللة بالمواد الكيميائية الخاصة بالطلاء أو التنظيف.
- ◻ لا تحتفظ بخزانات الوقود الاحتياطي (البروبان أو البنزين) داخل المنزل، بما في ذلك في المرآب المرفق.
- ◻ لا تُدخن على السرير.
- ◻ كن حذراً عند استخدام مصادر التدفئة البديلة (على سبيل المثال، أجهزة التدفئة الصغيرة). لا تترك مصادر التدفئة هذه من دون مراقبة.
- ◻ لا تستخدم أبداً جهازاً مخصصاً للطهي أو للاستعمال الخارجي (على سبيل المثال، موقد المخيم أو المقلاة العميقة) كمصدر للتدفئة داخل المنزل.

أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- ◻ استخدم طفاية حريق لإطفاء الحرائق الصغيرة. لا تستخدم المياه مطلقاً لإطفاء حريق كهربائي أو حريق مصدره الشحوم.
- ◻ إذا كانت ملابسك مشتعلة، "توقف، وانبطح، وتدحرج" حتى تنطفئ النار.
- ◻ إذا كنت تهرب عبر باب مغلق، استخدم ظهر يدك لتشعر بالحرارة.
- ◻ ازحف منخفضاً تحت الدخان إلى المخرج الخاص بك.
- ◻ أغلق الأبواب وراعاك كي تمنع انتشار الحريق.
- ◻ لا تجمع الأشياء الثمينة ولا تستخدم الهاتف أثناء الخروج من مبنى يحترق. لا تفكر سوى في الخروج.
- ◻ بعد خروجك بأمان، اتصل برقم الطوارئ 911.
- ◻ بمجرد وصول قسم الحرائق إلى موقع الحادث، اذهب إلى الوحدة الأولى وأخبرهم أن جميع أفراد العائلة قد خرجوا أو تلقوا الرعاية بما في ذلك الحيوانات الأليفة.
- ◻ لا تبق في مبنى يحترق لكي تتفقد حيواناً أليفاً لا يريد المغادرة.

بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- ◻ احصل على الرعاية الطبية حسب الحاجة.
- ◻ لا تعاود الدخول إلى مبنى يحترق لأي سبب من الأسباب حتى تصرح السلطات بأن الوضع آمن للقيام بذلك.
- ◻ اتصل بوكيل التأمين الخاص بك.
- ◻ اتصل بخدمات الإغاثة في حالات الكوارث المحلية التابعة لمنطقتك إذا كنت بحاجة إلى سكن أو طعام أو مكان للإقامة.
- ◻ في كثير من الحالات، قد يشكل منزلك أو المبنى الذي تقيم فيه خطراً وقد لا تتمكن من العودة إليه لفترة طويلة من الزمن.

انقطاع التيار الكهربائي / التعيم

المصطلحات الأساسية

- ◀ **انقطاع التيار الكهربائي** يشير إلى حالة انقطاع التيار الكهربائي في منطقة معينة أو قسم من شبكة كهربائية. يمكن أن يصيب منزلاً واحداً (في منزل أو مبنى) أو مربعاً سكنياً أو دائرة كهربائية أو نظاماً، وذلك استناداً إلى مدى الضرر والسبب الأساسي لانقطاع التيار الكهربائي.
- ◀ **انخفاض مستوى الطاقة الكهربائية** يتضح من خلال انخفاض الجهد الكهربائي في النظام. ويتسم بأن تكون الأضواء خافتة.
- ◀ **التعيم** يشير إلى الانقطاع الكلي للتيار الكهربائي في منطقة معينة.

ما المقصود بها

- قد يكون انقطاع التيار الكهربائي أمراً مُحبطاً ومزعجاً عندما يستمر لفترة قصيرة، ولكنه قد يكون خطيراً إذا استمر لأيام أو أكثر - لا سيما في حالة الطقس شديد البرودة أو الحرارة أو بالنسبة إلى الأفراد ذوي الاحتياجات الطبية المتخصصة. وقد يكون انقطاع التيار الكهربائي مكلفاً أيضاً، إذ تصبح جميع الأطعمة المبردة أو المجمدة في المنزل عرضة لأن تفسد.
- قد يحدث انقطاع التيار الكهربائي من تلقاء نفسه، ولكنه غالباً ما يكون أثراً ثانوياً للزوابع أو الأعاصير أو العواصف الرعدية أو العواصف الثلجية أو الحرارة الشديدة (الناجمة عن وجود تحميل زائد على النظام) أو حتى الأعمال المتعمدة مثل تعجير أو هجوم سبيراني. كانت بعض حالات انقطاع التيار الكهربائي واسعة النطاق، والتي حدثت مؤخراً، نتيجة لمواطن خلل في برامج إدارة الشبكة، مع عدم وجود ضرر مادي في المكونات.
- اعتماداً على الخطر الرئيس، قد يبطل الضرر غير المرتبط بانقطاع التيار الكهربائي إعادة التيار بصفة أساسية بسبب الأشجار المتساقطة أو مياه الفيضان التي تعوق الوصول.

ما يجب القيام به

قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سَجِّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التدوير.
- انسخ كل الملفات المهمة الموجودة على جهاز الكمبيوتر الخاص بك احتياطياً.
- فكِّر في شراء مولد كهربائي لمنزلك - واستشر عامل كهرباء أو مهندساً قبل الشراء والتركييب. خزن إمدادات كافية من الوقود للمولد في مكان آمن.
- افصل قوابس المعدات الكهربائية من المقابس. يمكن أن تحدث طفرات واندفاعات أثناء عودة التيار الكهربائي، ما يتسبب في تلف المعدات.
- املاً دلوياً أو اثنين كمصدر للمياه وهما على الأرجح للاستحمام وتنظيف المراوح - إذا كان ضغط المياه المحلي يعتمد على الكهرباء، فقد يتعطل ضغط النظام.
- احتفظ بهاتف مزود بسماعة أذن تتصل عن طريق سلك بجهاز الاستقبال (وليس هاتف لاسلكي)، ومن خلال سلك عبر الجدار، احتفظ بخدمة الهاتف الذي يعمل عبر الأسلاك النحاسية إذا كان لديك هذا الخيار (لا تعتمد خدمة الهاتف التقليدية على الطاقة الكهربائية). إذا قمت بالتبديل إلى خدمة نقل الصوت عبر بروتوكول الإنترنت (VoIP)، فتأكد من شراء بطارية احتياطية.
- اشحن الهواتف المحمولة والأجهزة التي تعمل بالبطارية التي تستخدمها بانتظام.

أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- أبلغ عن انقطاع التيار الكهربائي. لا تفترض أبداً أن أحد الجيران قد أبلغ عنه.
 - استخدم كشافاً للإنارة في حالات الطوارئ فقط.
 - لا تترك شمعة مشتعلة دون مراقبة. فكر في استخدام شموع دون لهب تعمل بالبطارية.
 - افصل قوابس المعدات الكهربائية من المقابس حتى يعود إمداد ثابت بالطاقة.
 - استخدم المولدات الكهربائية بعيداً عن منزلك ولا تشغل أبداً مولد كهرباء داخل المنزل أو المرآب أو توصله بالنظام الكهربائي في منزلك.
- بعد حالة الطوارئ (التعافي)
- في حال استعادة التيار الكهربائي، تأكد من أنه ثابت قبل توصيل قابس الجهاز بالمقبس.
 - ألقِ رحلات السفر غير الضرورية وخاصة التي تستخدم فيها السيارة، حيث إن بعض إشارات المرور قد تكون مُعطلّة والطرق قد تكون مزدحمة.
 - تخلص من أي طعام مبرد تعرض لدرجة حرارة 4.4 درجات مئوية (40 درجة فهرنهايت) أو أعلى لمدة ساعتين أو أكثر أو أي طعام له رائحة أو لون أو ملمس غير معتاد. إذا ساورك شك بخصوص طعام ما، فتخلص منه!

حالات الطوارئ الطبية

ما المقصود بها

حالة الطوارئ الطبية هي أي إصابة أو مرض شديد يمكن أن يشكل خطرًا مباشرًا على حياة الفرد أو على صحته على المدى الطويل. على الرغم من أنه لا يمكنك التنبؤ بالحوادث أو الأمراض، يمكنك الاستعداد لحالات الطوارئ الطبية.

قد تحدث حالات الطوارئ الطبية من تلقاء نفسها، أو قد تكون أثرًا ثانويًا لكل المخاطر الأخرى التي تم تناولها في دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ.

من أمثلة حالات الطوارئ الطبية صعوبة في التنفس أو إغماء أو ألم في الصدر أو ضغط أو نزيف حاد أو سعال أو قيء مصحوبان بنزول دم أو ألم حاد مفاجئ أو تسمم أو إصابات خطيرة مثل كسور العظام أو تمزقات أو حروق أو جروح ناجمة عن أجسام وأخزة.

المصطلحات الأساسية

- ◀ **CPR** هو اختصار لمصطلح إنعاش القلب والرئتين. إنعاش القلب والرئتين هو إجراء طارئ يتم فيه إعادة القلب والرئتين إلى العمل عن طريق الضغط على الصدر فوق مكان القلب ودفع الهواء إلى الرئتين. يُستخدم هذا الإجراء للحفاظ على استمرار الدورة الدموية عندما يتوقف القلب عن ضخ الدم من تلقاء نفسه. توفر العديد من المنظمات المجتمعية دورات تدريبية على إنعاش القلب والرئتين.
- ◀ **الإسعافات الأولية** تشير إلى دورة تدريبية خاصة بالمهارات الأساسية لعلاج الإصابات وإنقاذ الحياة تقدمها العديد من المنظمات المجتمعية.
- ◀ **جهاز وقف الرجفان القلبي الآلي الخارجي (AED)** هو جهاز محمول يقوم بالتحقق من نبض القلب ويمكن أن يرسل صدمة كهربائية إلى القلب محاولة لاستعادة النبض الطبيعي.
- ◀ **ملف "المعلومات المهمة"** هو نموذج تحتفظ به على باب ثلاجتك يوفر معلومات مهمة في حالات الطوارئ الطبية ومعلومات جهة الاتصال في حالات الطوارئ لموظفي الطوارئ في حال عدم قدرتك على تقديم تلك المعلومات إليهم بنفسك.

ما يجب القيام به

قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- تعرّف على كيفية الاتصال برقم الطوارئ 911 أو إرسال رسالة نصية إليه.
- احتفظ بحقائب الإسعافات الأولية المجهزة جيدًا في المنزل والعمل والسيارة.
- ضع قائمة بجهات الاتصال في حالات الطوارئ.
- احتفظ بقائمة بالحالات الطبية والأدوية معك في جميع الأوقات.
- املاً "ملف المعلومات المهمة" وضعه على باب ثلاجتك.
- تعرّف على العلامات التحذيرية لحالات الطوارئ الطبية.
- شارك في دورات تدريبية مثل إنعاش القلب والرئتين (CPR) أو الإسعافات الأولية أو دعم الحياة الأساسي (BLS) أو "أوقف النزيف" من أجل الاستعداد لحالات الطوارئ.

أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- حافظ على هدونك، واتصل برقم الطوارئ 911. إذا كنت قد تلقيت تدريبًا، فابدأ بإجراء إنعاش القلب والرئتين أو التنفس الإنقاذي، إذا لزم الأمر.
- إذا كنت تعتقد أنك تواجه حالة طوارئ طبية، فاطلب الرعاية الطبية على الفور.
- اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الحالة، واتصل برقم الطوارئ 911. اتبع جميع تعليمات عامل الهاتف بعناية. يُرجى الانتظار حتى يخبرك عامل الهاتف بأنه يمكنك إنهاء المكالمة.
- إذا لم يكن لديك سوى وقت قصير مع عامل الهاتف، فتأكد من مشاركة عنوانك ومشكلتك الطبية أو لا.
- اتصل إذا كان بإمكانك ذلك أو أرسل رسالة نصية إذا لم تتمكن من الاتصال. ويفضل دائمًا أن تتصل برقم الطوارئ 911، لأنها أفضل طريقة لتبادل المعلومات.

بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- راجع جميع الوثائق للتأكد من أن المعلومات الطبية ومعلومات جهة الاتصال في حالة الطوارئ محدّثة.
- قم بتثقيف الأشخاص الآخرين الموجودين في شبكات معارفك كي يصبح المجتمع مستعدًا بشكل أفضل.