



## تعليمات للسلامة والوقاية حال وقوع الحرب

نظراً لما تمر به المنطقة من ظروف طارئة، فإن الدفاع المدني بالتعاون مع كلية العلوم بجامعة البحرين يسترعي إنتباه المواطنين بأخذ الاحتياطات البسيطة التالية حال وقوع حرب بالمنطقة، هذه التعليمات تم إستباطها بعد الإطلاع على الكثير من الأدلة المتخصصة بشأن الاستجابة لاسلحة الدمار الشامل.

١ - لبس ملابس تغطي كافة الجسم تقريباً لحمايته من الغازات والجراثيم المولدة للبثور التي تصيب الجلد وتنتقل عن طريقه ويفهم من ذلك تغطية الكفين إما بوضعها في الجيب قدر المستطاع أو لبس قفازات.

٢ - الاحتفاظ دائماً بمنديل من القماش ليتم تغطية الأنف والضم حال سماع صفارات الإنذار، ويفضل أن يكون المنديل مبللاً (إن أمكن) على أن يعاد ترطيبه كل ربع ساعة، وذلك لمنع دخول الغازات والجراثيم والمواد المشعة إلى داخل الجسم، ويفضل الاحتفاظ بقنينة ماء صغيرة في السيارة، أو الفصل الدراسي أو غير ذلك.

٣ - إذا كان الفرد في الخارج واستمع لصفارة الإنذار فعليه إتباع النقطة ١ و٢ أعلاه مع ضرورة الاحتماء في أي ملجأ أو مبني أو محل مغلق (كالسيارة) في أقرب وقت ممكن، كما إن عليه غلق النوافذ وأجهزة التهوية والتكييف، مع الأخذ في الاعتبار توفر هواء للتنفس، خصوصاً إذا كان في الغرفة افراد كثيرون مع مراعاة التقليل من تيار الهواء المار في المكان قدر المستطاع.

٤ - إذا كان الفرد في الخارج، وسمع صفارة الإنذار، وليس معه ما ذكر أعلاه، فعليه تغطية أنفه وفمه بيده أو بملابسه، وحبس النفس قدر الإمكان، وإن اضطر، فإنه يأخذ نفساً قليلاً ريثما يصل إلى ملجأ أو مبنى أو محل مغلق.

٥ - المتابعة المستمرة لوسائل الإعلام الرسمية (الراديو والتلفزيون) للتعرف علي آخر التطورات والإستماع إلي أية إرشادات أخرى. كما يتوجب كذلك علي الفرد عدم لمس أي جسم غريب يصادفه وتبليغ الدفاع المدني بذلك.

٦ - الالتزام بالهدوء وعدم الارتباك، وتجنب الاستماع إلى الإشاعات والأخبار الصادرة من جهات غير رسمية.

٧ - تنظيف الجروح السطحية - إن وجدت - وتغطيتها بإحكام خلال هذه الفترة.

٨ - يفضل تهيئة غرفة المنزل في الأدوار العلوية (إن توفر ذلك) لإستعمالها كملجأ حال تعرض المنطقة لأي خطر مباشر، سواء كان كيميائياً أو بيولوجياً أو نووياً. ويجب أن يكون تيار الهواء فيها معدوماً، وتكون تهويتها أقل ما يمكن وذلك بسد الفتحات فيها، بإستعمال الشريط اللاصق، أو فتائل قطنية أو إسفنجية أو مناشف مبللة، وعند الجلوس في هذه الغرفة - عند حدوث الخطر المباشر - يفضل الجلوس في وسطها (بعيداً عن الجدران) وخلال هذه الفترة يتوجب الامتناع عن التدخين أو إضاءة الشموع أو غير ذلك من المواد المشتعلة.

٩ - عند تعرض المنطقة لضربة كيميائية أو بيولوجية أو نووية مباشرة والفرد حينها في سيارته، عليه غلق النوافذ، وغلق المكيف والتهوية، وإطفاء محرك السيارة والاستماع إلى الراديو.

١٠ - في حال شعور الفرد بحرقان في العين - بعد تعرض المنطقة لضرب مباشر، فعليه غسلها بالماء لمدة ١٥-١٠ دقيقة ومراجعة الطبيب. وعند شعور الفرد بأعراض مفاجئة كالحرارة والغثيان والاختناق والحكة، عليه الاتصال بالطوارئ.