



NEWS RELEASE

STATE EMERGENCY OPERATIONS CENTER

للمزيد من المعلومات الرجاء الاتصال:
جنيفر هولتون، ، إدارة الزراعة والتنمية الريفية
في ولاية ميشيغان
517-284-3882

لنشر الفوري
رقم 01 - 3 أيار (مايو) 2019

حافظ على سلامتك وصحتك أثناء الفيضان وبعده

لانسينغ، ميشيغان. مع الفيضانات الأخيرة في جنوب شرق ميشيغان، يتم تذكير السكان بالبقاء في أمان وصحة أثناء الفيضان وبعده وذلك باتباع بعض هذه الخطوات.

"قال جوردون وينك، مدير إدارة الزراعة والتنمية الريفية في ولاية ميشيغان: "يجب أن تتبع المطاعم وغيرها من الشركات القائمة على صناعة الغذاء خطط عمل الطوارئ للمساعدة في حماية سلامة موظفيها وعملائها وشركاتهم". "حيث يعمل مفتشو الأغذية التابعون لإدارة الزراعة والتنمية الريفية (MDARD) والموجودين في تلك المقاطعات التي تعمل مع الإدارات الصحية المحلية لضمان التخلص من جميع الأغذية التي يحتمل أن تكون ملوثة والتخلص منها بشكل صحيح. من خلال العمل سوياً، يمكننا ضمان سلامة إمدادات الغذاء في مناطق الفيضانات".

للحفاظ على سلامتك وسلامة أسرنا أثناء الفيضان وبعده، تقدم مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، وإدارة الزراعة والتنمية الريفية في ولاية ميشيغان MDARD، وإدارة الجودة البيئية في ميشيغان التوصيات التالية:

منع الإصابة بالمرض من الطعام

- قم بتحديد الأطعمة التي قد لا تكون آمنة للأكل وتخلص منها. تخلص من الطعام الذي ربما يكون ملائماً للفيضانات أو مياه الأمطار بما في ذلك الأطعمة المعلبة المنتفخة أو المفتوحة أو التالفة. تخلص من الطعام ذو رائحة أو لون أو تركيب غير عادي. تخلص من الأطعمة القابلة للتلف (بما في ذلك اللحوم والدواجن والأسماك والبيض وبقايا الطعام) والتي كانت في درجة حرارة تجاوزت الـ 40 درجة ولمدة ساعتين أو أكثر. المواد الغذائية المذابة التي تحتوي على بلورات الثلج أو في درجة حرارة 40 درجة أو أقل يمكن إعادة تجميدها أو طهيها. في حالة ملامسة علب الأغذية لمياه الفيضان أو مياه الأمطار، قم بإزالة الملصقات، وإغسل العلب وإغمرها في محلول يتكون من كوب واحد من مادة التبييض (bleach) في خمسة غالونات من الماء. قم بإعادة تسمية العلب باستخدام قلم تعليم (marker).
- تخزين المواد الغذائية بطريقة آمنة. أثناء انقطاع التيار الكهربائي، اترك أبواب الثلاجة و المجمدة (الفريزر) مغلقة قدر الإمكان. أضف كتلة ثلج أو ثلج جاف إلى الثلاجة إذا كان من المتوقع أن تنقطع الكهرباء لمدة تزيد عن أربع ساعات. قم بإرتداء القفازات الثقيلة عند التعامل مع الجليد.

منع الإصابة بالمرض من الماء

- **الاستماع إلى الإعلانات العامة ومتابعتها.** ستخبرك السلطات المحلية فيما إذا كانت المياه العامة آمنة للشرب أو لاستخدامها في الطهي أو الاستحمام. إذا كان الماء غير آمن للاستخدام، فاتبع الإرشادات المحلية لإستخدام المياه المعبأة في زجاجات أو لغلي أو تطهير المياه لأغراض الطهي أو التنظيف أو الاستحمام.
- **الأخذ في نظر الإعتبار سلامة مياه الآبار.** إذا حدث فيضان حول بئر المياه الخاصة بك، فقد تصبح مياه الشرب الخاصة بك ملوثة. عندما ترتفع مياه الفيضان فوق الجزء العلوي من البئر، يمكن أن تدخل الملوثات عبر غطاء البئر أو تنفيسه وتزيد من خطر الإصابة بالمرض. تحتوي مياه الفيضان على بكتيريا وفيروسات من التربة، والمخلفات العضوية وشبكات الصرف الصحي، إلى جانب الأسمدة والمبيدات الحشرية وغيرها من الملوثات الكيميائية. الآبار الضحلة والآبار القديمة سيئة الإنشاء (مثل الآبار المحفورة) تكون عرضة للتغيرات في جودة المياه عندما تترسب ملوثات مياه الفيضان الموحلة بالقرب من البئر. تتعرض الآبار الأقدم الموجودة في الحُفر الأقل درجة للتلوث بسبب الفيضانات، حتى لو لم تحدث الفيضانات على سطح الأرض. حُفر الآبار غير صحية وهي عرضة للفيضانات بعد هطول أمطار غزيرة أو نوبان ثلوج سريع وتجمع المياه السطحية أو مستوى المياه داخل التربة المحيطة بها. إذا غمرت مياه الفيضان بئرك، يجب عليك الامتناع فوراً عن شرب ماءها وإتخاذ الخطوات التالية:
 - بمجرد إنحسار مياه الفيضان، ابدأ في تنظيف شبكة المياه عن طريق ضخ المياه عبرها. قم بتوصيل خرطوم المياه إلى صنوبر خارجي أو صنوبر بالقرب من خزان تخزين المياه وقم بضخ الماء فيه لمدة ساعتين على الأقل وبعد صفاء المياه. إذا دخلت كمية كبيرة من الماء إلى البئر، فقد تكون هناك الحاجة لضخ الماء لعدة ساعات. بمجرد أن تصبح المياه صافية في خزان التخزين، قم بضخ المياه عبر أنابيب التوزيع إلى المنزل.
 - إتصل بمقاول حفر آبار المياه المجاز في ولاية ميشيغان وأطلب منه تطهير نظام المياه الخاص بك.
 - بعد إزالة الكلور من نظام توزيع المياه لديك، إجمع عينة من المياه وأرسلها إلى مختبر معتمد لإجراء تحليل البكتيريا القولونية.
 - إتصل بقسم الصحة المحلي للحصول على مزيد من المساعدة إذا لزم الأمر.
- **إذا كنت تحت إنذار إستعمال الماء المغلي، فقم بغلي أو تعقيم الماء بشكل صحيح.** قم بغلي الماء لمدة دقيقة لقتل البكتيريا. إذا لم تستطع غلي الماء، أضف 8/1 ملعقة صغيرة (حوالي 0.75 ملغم) من مادة التبييض المنزلية (bleach) السائلة المشتركة حديثاً لكل جالون من الماء. حرك الماء جيداً واتركه لمدة 30 دقيقة قبل إستخدامه. يمكنك إستخدام أقراص تنقية المياه بدلاً من الماء المغلي أو إستخدام مواد التبييض. للأطفال الرضع، إستخدم فقط حليب الأطفال المعلب والمُعد مسبقاً. لا تستخدم الحليب المجفف المحضر بالماء المُعالج. نظف لعب الأطفال التي لامست الماء. إستخدم محلول واحد من كوب التبييض (bleach) مضافاً إلى خمسة غالونات من الماء لتنظيف اللعب. إترك اللعب تجف بعد التنظيف.

منع وعلاج الأمراض والإصابات الأخرى

- **منع التسمم بغاز أول أكسيد الكربون.** أول أكسيد الكربون هو غاز عديم اللون والرائحة وهو ناتج عَرَضِي لأنواع كثيرة من المعدات وهو سام غير صالح للتنفس. لا تستخدم مولداً أو غسالة تعمل بالضغط أو شواية الفحم أو موقد المخيم أو أي جهاز آخر يحرق البنزين أو الفحم داخل منزلك أو في الطابق السفلي أو المرآب (الكراج) أو بالقرب من نافذة أو باب أو فتحة تهوية. لا تقم بتشغيل سيارة أو شاحنة داخل مرآب مُرفق بمنزلك، حتى لو تركت الباب مفتوحاً. لا تقم بتدفئة منزلك بإستخدام فرن الغاز. إذا قام كاشف غاز أول أكسيد الكربون لديك بالصغير، فاترك منزلك على الفور وإتصل بالرقم 911. قم بطلب رعاية طبية عاجلة إذا كنت تشك بإصابتك بالتسمم بأول أكسيد الكربون وتشعر بالدوار أو الدوخة أو الغثيان.

- **تجنب مياه الفيضان.** إتبع جميع التحذيرات حول المياه على الطرق. لا تقود المركبات أو المعدات الثقيلة عبر المياه. إذا توجب عليك العمل في أو بالقرب من مياه الفيضان، فارتدي سترة نجاة. إذا وقعت في منطقة ترتفع فيها مياه الفيضان، فارتدي سترة نجاة أو استخدم نوعاً آخر من أجهزة التعويم.
- **تجنب المباني والهياكل غير المستقرة.** إبتعد عن المباني أو المباني التي لحقت بها أضرار حتى يتم فحصها وإعتمادها على أنها آمنة من قبل مفتش المباني أو أي هيئة حكومية أخرى. إترك المبنى فوراً إذا سمعت أصواتاً تحرك أو أصوات غير عادية تشير إلى أن هيكل المبنى على وشك السقوط.
- **إحذر من الحيوانات البرية أو الضالة.** تجنب الحيوانات البرية أو الضالة. إتصل بالسلطات المحلية للتعامل مع الحيوانات. تخلص من جثث الحيوانات النافقة وفقاً للإرشادات المحلية.
- **إحذر من مخاطر الكهرباء والحرائق.** لا تلمس خط كهرباء ساقط على الأرض. قم بإستدعاء شركة الخدمات للإبلاغ عن خطوط الكهرباء الساقطة. تجنب ملامسة خطوط الكهرباء العلوية أثناء التنظيف والأنشطة الأخرى. إذا تبللت الدوائر الكهربائية والمعدات أو لامست المياه أو كانت قريبة منها، فقم بإيقاف تشغيل الطاقة الكهربائية من قاطع الدورة الرئيسية أو الصمامات في لوحة الخدمة. لا تقم بإعادة تشغيل الطاقة الكهربائية حتى يتم فحص المعدات الكهربائية بواسطة كهربائي مختص. لا توقد الشموع بالقرب من المواد القابلة للاشتعال أو تترك الشمعة دون مراقبة. إذا كان ذلك ممكناً، إستخدم المصابيح الكهربائية أو المصابيح الأخرى التي تعمل بالبطارية بدلاً من الشموع.
- **إحذر المواد الخطرة.** قم بإرتداء ملابس واقية ومعدات (على سبيل المثال، جهاز تنفس إذا لزم الأمر) عند التعامل مع المواد الخطرة. إغسل الجلد الذي قد يكون على إتصال مع المواد الكيميائية الخطرة. إتصل بالسلطات المحلية إذا لم تكن متأكدًا من كيفية التعامل مع المواد الخطرة أو التخلص منها.
- **تنظيف ومنع نمو العفن.** قم بتنظيف وتجفيف المبنى بسرعة (خلال 24 إلى 48 ساعة). إفتح الأبواب والنوافذ. إستخدم المراوح لتجفيف المبنى. **لمنع نمو العفن**، قم بتنظيف المواد المبللة والسطوح بإستخدام المنظفات والماء. **لإزالة نمو العفن**، قم بإرتداء القفازات المطاطية وإفتح النوافذ والأبواب وقم بالتنظيف بإستخدام محلول التبييض (bleach) المكون من كوب واحد من مادة التبييض مذاباً في غالون واحد من الماء. تخلص من المواد التي يسهل إختراقها (مثل السجاد والأثاث المنجد) التي لا يمكن تجفيفها بسرعة. قم بإصلاح أي تسرب في الأسطح أو الجدران أو السباكة.
- **خذ بنفسك خطوة متقدمة وإحصل على الدعم.** كن متيقظاً في حال إصابتك بالإرهاق أو الانفعال البدني والعاطفي. حدد أولويات مهام التنظيف وسرعة العمل. حاول ألا تعمل بمفردك. لا تُجهِد نفسك. إطلب الدعم من أفراد عائلتك أو أصدقائك أو أشخاص محترفين. إذا لزم الأمر، إطلب المساعدة المهنية.
- **منع إصابات العضلات والعظام.** إستخدم فرناً تتكون من شخصين أو أكثر لتحريك الأشياء الضخمة. تجنب رفع أي مواد تزن أكثر من 50 رطلاً (للشخص الواحد).
- **معالجة الجروح.** قم بتنظيف جميع الجروح المفتوحة والخدوش بالماء والصابون النظيف. ضع مرهم مضاد حيوي. إتصل بالطبيب لمعرفة ما إذا كانت هناك حاجة لمزيد من العلاج (مثل الحصول على تطعيم ضد مرض الكزاز). إذا أصبح الجرح أحمرًا، أو منتفخًا أو ينزف، فاطلب عناية طبية فورية.
- **إغسل يديك.** إستعمل الصابون والماء لغسل يديك. إذا لم يكن الماء متوفرًا، يمكنك إستخدام المنتجات المحتوية على الكحول لغسل اليدين.
- **إرتد معدات واقية لأعمال التنظيف.** قم بإرتداء القبعات الصلبة، النظارات الواقية، قفازات العمل الثقيل والأحذية المضادة للماء والمزودة بحماية لأصابع القدم والكعب (ليس فقط لحماية الساق). إرتد سدادات الأذن أو سماعات الرأس الواقية لتقليل المخاطر الناجمة عن ضوضاء الجهاز.

منع وعلاج أمراض وإصابات الحيوانات الأليفة

- كن على علم بأن سلوك الحيوانات الأليفة قد يتغير قبل وقوع الكارثة وأثناءها وبعدها. قد يتم تغيير الروائح والمعالم المألوفة، وقد يصبح حيوانك الأليف مشوشًا ومفقودًا. في الأيام القليلة الأولى بعد الكارثة، ضع قيدًا لحيواناتك الأليفة عندما تغادر إلى خارج المنزل. حافظ دائمًا على إتصال وثيق بينكما. أعد تقديم الطعام على شكل حصص صغيرة، والعمل تدريجيًا حتى الوصول إلى حصص كاملة، خاصةً إذا بقت الحيوانات بلا طعام لفترة طويلة.
- يمكن إصابة الحيوانات الأليفة بالتسمم عن طريق التعرض للمواد الكيميائية الضارة أو المنتجات أو الأطعمة. إذا كنت تظن أن حيوانك الأليف قد تعرض للتسمم، فاتصل بمركز مراقبة السموم على الحيوانات على الرقم المجاني 888-426-4435.

يتم تشجيع الجمهور على مراقبة وسائل الإعلام المحلية لتقارير وحالات الطقس الحديثة ومعلومات الطوارئ. للحصول على معلومات محدثة ونصائح أمان إضافية، إتبع تعليمات شرطة ولاية ميشيغان وإدارة الطوارئ والأمن الوطني MSP / EMHSD على موقع تويتر Twitter على MichEMHS أو قم بزيارة الموقع www.michigan.gov/miready.

###

تتولى شرطة ولاية ميشيغان وإدارة الطوارئ والأمن الداخلي مسؤولية تنسيق موارد الولايات والحكومة الفيدرالية لمساعدة الحكومة المحلية في الإستجابة وأنشطة الإغاثة في حالة الطوارئ أو الكوارث، بالإضافة إلى تنسيق مبادرات الأمن الوطني والمنح الفيدرالية المختلفة.