



جمعیت هلال احمر
معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

درسنامه

آموزشی مبتنی بر نیاز محلی مخاطرات «آمادگی در سیل»

(حضور - ۶ ساعت)

معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر

اداره کل آموزش همگانی جمعیت هلال احمر

اداره برنامه ریزی، آموزش و فرهنگ سازی پایه و همگانی

فهرست مطالب

سیل	۱
انواع سیل و عوامل ایجادکننده آن	۱
اقدامات حفاظتی و مراقبتی قبل از وقوع سیل	۳
اقدامات حفاظتی و مراقبتی در حین وقوع سیل	۶
اقدامات حفاظتی و مراقبتی بعد از وقوع سیل	۸
منابع	۱۴

سیل

سیل عبارت است از سرریز شدن آب رودخانه یا منبع مشابه دیگر که در طی یک دوره زمانی اتفاق می‌افتد. باران سنگین و ذوب سریع برف مهم‌ترین دلیل وقوع سیل است. دوره‌های بارش سنگین، می‌تواند زیاد شدن حجم آب وارده به راه‌های آبی را به دنبال داشته باشد و منجر به افزایش سطح آب در نهرها و رودها شود. سیل هنگامی اتفاق می‌افتد که کانال رودخانه یا مسیر طبیعی جریان آب نتواند ظرفیت طغیان را تحمل کند.

انواع سیل و عوامل ایجادکننده آن

سیل‌ها بر اثر حجم زیاد بارندگی (باران و ذوب شدن برف)، افزایش سطح آب (آب دریا یا آب جاری، معمولاً به دنبال وقوع زمین‌لغزه در آب، آتش‌فشان‌ها و زمین‌لرزه‌های زیردریا)، شکستن سازه‌های ذخیره‌کننده و نگه‌دارنده آب (شکستن سدها، شکستن دیوارهای ساحلی، شکسته شدن یخچال‌های طبیعی) یا بر اثر کاهش میزان جذب طبیعی خاک اتفاق می‌افتند. تغییرات آب و هوایی، تخریب مراتع و جنگل‌ها، افزایش ساخت‌وسازهای ناایمن در مناطق مستعد سیل و عوامل انسان‌ساخت متعدد در دهه‌های اخیر نه تنها موجب افزایش احتمال وقوع سیل‌ها و سیلاب‌ها شده که آسیب‌پذیری جوامع را نیز افزایش داده است.

سیلاب‌ها بر دو گونه‌اند: سیلاب‌های آرام که به تدریج در طی روزها و هفته‌ها در اثر بارندگی و افزایش حجم ناگهانی آب رودخانه و دریاچه‌ها ایجاد می‌شود و سیلاب‌های ناگهانی در اثر افزایش ناگهانی حجم آب رودخانه‌ها و دریاچه‌ها ایجاد شده و با خود مرگ و مصدومیت افراد و تخریب منازل را به همراه دارد.

در یک طبقه‌بندی کلی می‌توان سیلاب‌های رخ داده در کشور را بر اساس محل وقوع، به چهار دسته زیر تقسیم نمود:

سیل رودخانه‌ای

در سیل رودخانه‌ای، آب رودخانه از کرانه آن عبور نموده و در اراضی مجاور پخش می‌شود. در این حالت هر دو مورد سرعت جریان و سرعت بالا آمدن آب نسبتاً کم است. سیل رودخانه‌ای نتیجه وقوع طولانی مدت باران در

اراضی با وسعت زیاد رخ می دهد. در این نوع سیل نواحی پایین دست نیز ممکن است حتی در صورت عدم دریافت بارندگی زیاد تحت تأثیر قرار گیرد.

سیل دریایی

این نوع سیل در ساحل دریا رخ داده و مربوط به نواحی ای است که زمین های مجاور دریا برای محافظت از جزر و مد توسط دیواره یا خاک ریز محافظت می گردد. در چنین مناطقی، پیدایش موج های شدید در کنار بالا آمدن سطح آب دریا، به دلیل کاهش فشار، موجب کوبیده شدن آب به بدنه و تاج دیواره محافظ شده و با رخنه و گذر نمودن از آن در زمین های پشت ساحل پخش می شود. سرعت سیل در ابتدای ورود به زمین های خشک سریع بوده ولی در ادامه سرعت آن کاهش می یابد.

سیل شهری

اگرچه در نواحی شهری سیل می تواند در نتیجه هر یک از انواع سیل شامل، رودخانه ای و ساحلی رخ دهد ولی نوع خاصی از این پدیده وجود دارد که سیل شهری نامیده می شود. در خداداد این نوع سیل علت اصلی نبود یا ضعف سیستم زهکشی در شهر است.

سیل بارانی یا برکه ساز

این نوع سیل در اراضی نسبتاً پست رخ می دهد. به طور مستقیم حاصل بارندگی است؛ آن هم در شرایطی که حجم بارش از ظرفیت نفوذ و زهکش منطقه ای که باران بر آن می باشد، فراتر رود؛ درواقع، این سیل از رودخانه ها حاصل نمی شود بلکه نتیجه آبی است که در مسیر ورود به رودخانه قرار دارد. مشخصه این نوع سیل، تدریجی بودن وقوع آن است و فرصت کافی برای ترک منطقه توسط ساکنان وجود دارد.

سیل یکی از شایع ترین حوادث طبیعی در ایران و بسیاری از کشورهای جهان است. سیلاب هایی که در ایران اتفاق می افتد به طور کلی به سه نوع سیلاب های ناشی از انواع باران ها، ترکیب ذوب برف و باران و در مواقعی تنها ذوب برف تعلق دارند. در نواحی گرم و خشک ایران از جمله مناطق جنوبی، شرقی، جنوب شرقی و مرکزی سیلاب های ناشی از باران به ویژه باران های شدید و کوتاه مدت، نوع غالب سیلاب ها را تشکیل می دهند. در

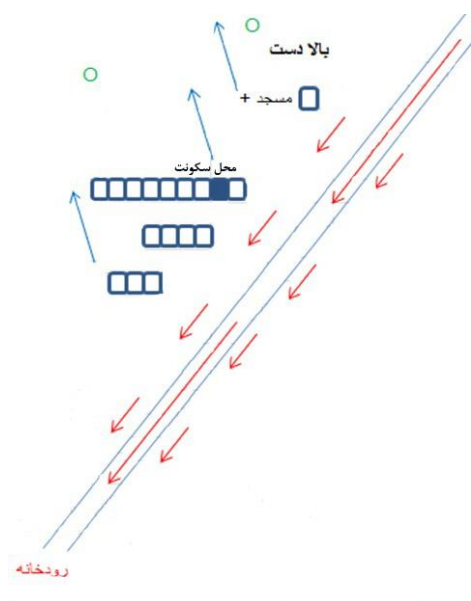
بخش هایی از این مناطق، سیلاب های ناشی از باران های موسمی نیز دیده می شود. در مناطق معتدل و سرد کشور از جمله شمال و شمال غربی و بخش وسیعی از غرب، سیلاب های ناشی از باران یا ترکیب ذوب برف و باران وجه غالب سیلاب ها می باشند.

سیل اخیر در کشور که به ویژه در استان های گلستان، خوزستان و لرستان به وقوع پیوست، خسارات جانی و مالی فراوانی را به روستاها، مزارع، تأسیسات، پل ها و راه های ارتباطی و ... وارد ساخت. چنانچه تمهیدات لازم برای مقابله با سیل رعایت گردد، میزان تلفات جانی و خسارات مالی کاهش می یابد.

اقدامات حفاظتی و مراقبتی قبل از وقوع سیل

✓ از تاریخچه وقوع سیل و رانش^۱ زمین در منطقه زندگی خود و اینکه در زمان وقوع چه مناطقی را در بر گرفته، اطلاع حاصل کنید.

✓ محدوده خطر وقوع سیل را شناسایی و نسبت به ترسیم نقشه خطر آن با مشارکت اعضای خانواده اقدام کنید.



– نحوه ترسیم نقشه خطر سیل

- محدوده منطقه یا محله زندگی خود را با خطوط ساده مشخص کنید.
- نقاط مهم منطقه یا محله زندگی تان (مانند مسجد، مدرسه، بزرگراه، پل و ...) را مشخص کنید.
- مسیر سیل احتمالی را با فلش قرمز رنگ نشان (→) دهید.
- نقاط امن را با دایره سبز رنگ (O) نشان دهید.
- مسیر فرار از خطر سیل را با فلش آبی رنگ (←) نشان دهید.

نکته: هنگام وقوع سیل باید هرچه سریع تر منطقه در معرض سیل را ترک کنید و چنانچه در معرض سیل قرار گرفتید با در نظر گرفتن مسیر حرکت سیل و شیب زمین باید سریعاً به مرتفع ترین مکان ممکن پناه ببرید.

^۱ در جریان این واقعه توده های سنگ، سطح زمین و گل ولای به علت وجود شیب حرکت می کنند.

- ✓ از تخریب پوشش گیاهی منطقه و قطع درختان خودداری کنید، آن‌ها می‌توانند از شدت جاری شدن سیل و خسارات آن جلوگیری کند.
- ✓ هم‌اکنون مسیرهای خروج، از مناطق در معرض سیل احتمالی را شناسایی کنید.
- ✓ هم‌اکنون مکانی امن، در بیرون از منطقه در معرض سیل را، برای جمع شدن دوباره اعضای خانواده کنار هم شناسایی کنید (حداکثر دو مکان ملاقات به ترتیب اولویت مشخص کنید تا در صورت عدم دسترسی همه اعضا به آن مکان در مکان دیگر گرد هم آیند).
- ✓ مطمئن شوید اعضاء خانواده مسیرهای خروج و محل ملاقات را می‌دانند.
- ✓ محل سکونت، تولیدات دامی، محصولات کشاورزی، باغداری و ... را در مقابل حوادث بیمه کنید تا بخشی از خسارات وارد آمده ناشی از سیل احتمالی قابل جبران باشد.
- ✓ از ساخت‌وساز در حریم رودخانه پرهیزید.
- ✓ در زمان بارش‌های شدید به‌ویژه در مناطق سیل‌خیز، از چادر زدن، توقف و استقرار در مسیر رودخانه‌ها و نهرها خودداری کنید.
- ✓ اگر در جایی زندگی می‌کنید که به‌طور دائم با خطر سیل و آب‌گرفتگی مواجه هستید، با استفاده از مصالح مناسب و تمهیدات لازم، ساختمان خود را ضد آب کنید و دیوارهای زیرزمین را با عایق‌های ضد آب بپوشانید تا جلوی نفوذ آب و آسیب‌های بعدی گرفته شود.
- ✓ از نحوه هشدار عوامل منطقه‌ای در مورد وقوع سیل آگاه شوید.
- ✓ در شرایط آب و هوایی نامطلوب، همیشه به هشدارهای مسئولین، اخبار رادیو و تلویزیون یا شبکه‌های اجتماعی رسمی توجه کنید و در صورتی که اخطار تخلیه و خروج از منطقه را دریافت کردید به‌سرعت منطقه مربوطه را ترک کنید.
- ✓ برای جلوگیری از ورود سیلاب به داخل خانه در صورت داشتن زمان کافی، در مسیر آن، سد، خاک‌ریز و دیوار سیل بند بسازید.

- ✓ در صورت احتمال وقوع سیل، وسایل برقی را از برق بکشید.
- ✓ در صورت احتمال وقوع سیل، آب گرم کن و یا وسایل برقی را در جایی بالاتر از سطح موجود قرار دهید.
- ✓ برای جلوگیری از برگشت آب سیل از طریق مجاری فاضلاب به داخل منزل، لازم است در محل زانویی توال، «دریچه کنترل فاضلاب» نصب کنید.
- ✓ مدارک مهم را در کیف ضد آب و در جای امن در محلی به دور از احتمال خیس شدن قرار دهید.
- ✓ برای آمادگی و تأمین اقلام و لوازم موردنیاز خانواده در ساعات اولیه پس از وقوع سیل، کیف شرایط اضطراری (شامل کیف کمک‌های اولیه، مواد غذایی کنسرو شده، آب، کپی مدارک مهم، چراغ قوه و ...) را تهیه، متناسب با نیازهای اساسی خانواده خود تجهیز و آن را در دسترس قرار دهید.
- ✓ برای آمادگی در مواقع اضطراری همیشه نیمی از مخزن سوخت وسیله نقلیه‌تان را پر نگه‌دارید.
- ✓ برای آمادگی در شرایط اضطراری اطمینان حاصل کنید که تمامی وسایل الکترونیک شما همیشه شارژ داشته و باتری‌های اضافی، پاور بانک و ... هم در دسترس باشد.
- ✓ هم‌اکنون برای تشکیل یک تیم حمایتی (حداقل ۳ نفر) از همسایگان، دوستان، اقوام برای کمک‌رسانی به افراد آسیب‌پذیر خانواده و محله (از قبیل سالمندان، افراد معلول، کودکان، زنان و ...) که به هر دلیل ممکن است در مواقع اضطراری به کمک نیاز داشته باشند، برنامه‌ریزی کنید.
- ✓ وسایل موردنیاز معلولان را در دسترس نگه‌دارید و هنگام تخلیه اضطراری همراه خود بردارید.
- ✓ در تلفن همراه خود، فهرستی از شماره‌های اضطراری آتش‌نشانی (۱۲۵)، اورژانس (۱۱۵)، هلال‌احمر (۱۱۲) و ... ذخیره و اطمینان حاصل کنید که تمامی اعضای خانواده، شماره تلفن‌ها ضروری را می‌دانند.
- ✓ دامداران و افراد داری حیوانات اهلی لازم است به‌محض دریافت هشدار وقوع سیل، حیوانات را به نزدیک‌ترین محل مرتفع انتقال دهند.

اقدامات حفاظتی و مراقبتی در حین وقوع سیل

- ✓ برای اطلاع از وضعیت و دریافت اطلاعات لازم، اخبار و اطلاعات را از منابع رسمی به ویژه رادیو و تلویزیون دنبال کنید. در صورتی که از منابع رسمی یا از طریق بلندگوهای عمومی دستور تخلیه داده شد، بلافاصله همسایگان و اطرافیان که در معرض خطر سیل هستند باخبر و هر چه سریع تر منطقه در معرض سیل را ترک کنید.
- ✓ قبل از ترک خانه، در صورت امکان و داشتن زمان کافی، اسباب و اثاثیه مهم و اشیای گران قیمت را به طبقه بالای خانه منتقل کنید.
- ✓ اگر خانه شما در محل مرتفعی است و خطر آب گرفتگی شما را تهدید نمی کند، نیاز به خروج از منزل نیست. در غیر این صورت مناطق کم ارتفاع را خیلی سریع ترک کنید و به مناطق مرتفع دور از رودخانه ها و نهرها بروید.
- ✓ اگر هنگام وقوع سیل هشدار تخلیه محل را دریافت نکردید ولی احساس کردید در خطر هستید فوراً محل را تخلیه کنید.
- ✓ زمانی که تشخیص دادید سیلاب در حال شکل گیری است، خیلی سریع عمل کرده قبل از اینکه راه های دسترسی به وسیله سیل قطع شود خود را نجات دهید و به یک محل امن بروید. در چنین وضعی باید فوراً کیف شرایط اضطراری را بردارید و به نواحی مرتفع پناه ببرید.
- ✓ قبل از ترک خانه، جریان آب، برق و گاز را برای جلوگیری از آب گرفتگی، برق گرفتگی و انفجار قطع کنید.
- ✓ چنانچه برنامه ای برای تخلیه اضطراری تدارک ندیده اید به محل هایی که جمعیت هلال احمر و سایر مراکز امدادی برای اسکان در نظر گرفته است، مراجعه کنید.
- ✓ بهتر است همسایگان و آشنایان را مطلع کنید که چه وقت و به کجا رفته اید.
- ✓ حیوانات خانگی را در صورت تخلیه اضطراری با خود ببرید، آب، غذا و دیگر لوازم مورد نیاز آنها را با خود بردارید.

- ✓ بااطلاع از وضعیت جاده‌ها و پل‌ها، از مسیرهای اصلی تردد کنید و به‌هیچ‌وجه وارد بیراهه‌ها نشوید، بعضی راه‌ها ممکن است مسدود بوده و یا شما را به سمت خطرات بیشتری سوق دهد. از توصیه‌های مسئولین محلی پیروی کنید، آن‌ها شما را به سمت ایمن‌ترین راه هدایت می‌کنند.
- ✓ از مناطق در معرض سیل مانند نواحی پست، زیرگذرها، دره‌ها، تنگه‌ها و ... هر چه سریع‌تر خارج شوید.
- ✓ از فاضلاب‌ها و جویبارهای به‌ظاهر آرام دوری کنید. به خاطر داشته باشید جویبارها، کانال‌های فاضلاب و ... نیز می‌توانند به ناگهان دچار سیلاب شوند.
- ✓ از سواحل یا حاشیه رودخانه‌ها دور شوید.
- ✓ در جریان سیل شنا نکنید، خطر غرق‌شدگی به دنبال دارد.
- ✓ اگر پیاده هستید، هرگز از منطقه‌ای که سیلاب فراگرفته عبور نکنید، به‌ویژه نقاطی که سطح آب از زانوی شما بالاتر است.
- ✓ در آب سیلاب راه نروید و از آب‌های در حال حرکت دوری کنید چرا که ۱۵ سانتیمتر آب در حال حرکت ممکن است باعث برهم خوردن تعادل شما شود. اگر مجبورید برای بیرون آمدن از منطقه در آب حرکت کنید، از مسیری بروید که آب حرکت نمی‌کند. برای اینکه از استحکام زمین جلو پای خود مطمئن شوید از یک تکه چوب‌دستی استفاده کنید.
- ✓ در منطقه سیل‌زده رانندگی نکنید، وسیله نقلیه، محل امنی در مقابل سیل نیست.
- ✓ اگر وسیله نقلیه شما (به علت فرورفتن در آب یا گل) از حرکت ایستاد، فوراً آن را ترک کرده و به‌جای مرتفع بروید.
- ✓ اگر هنگام رانندگی گرفتار آب گرفتگی و آب‌هایی که به‌سرعت در حال بالا آمدن است شدید، سریع از وسیله نقلیه پیاده شوید و به مناطق بالاتر بروید. به یاد داشته باشید اگر ارتفاع آب به کف وسیله نقلیه برسد می‌تواند کنترل آن را مختل کند و یا حتی باعث توقف حرکت آن بشود.

- ✓ هرگز از درختان در معرض سیل به عنوان محل امن استفاده نکنید.
- ✓ هرگز از روی پل های آب گرفته عبور نکنید.
- ✓ از عبور دادن حیوانات اهلی از عرض رودخانه ها و حاشیه آن ها در زمان بارش شدید باران و وقوع سیل پرهیزید.
- ✓ از سلفی گرفتن و فیلم برداری از سیلاب خودداری کنید و هر چه سریع تر از منطقه در معرض خطر خارج شوید.

اقدامات حفاظتی و مراقبتی بعد از وقوع سیل

- ✓ خود را به نزدیک ترین محل امدادرسانی هلال احمر یا سایر مراکز امدادرسانی برسانید. در صورت نیاز، غذا، البسه و سایر کمک های اولیه در آنجا موجود است.
- ✓ به دوستان و نزدیکان، وضعیت خود را اطلاع دهید.
- ✓ در صورت وجود مصدومان و داشتن مهارت کمک های اولیه، اقدامات اولیه را برای آنها تا رسیدن نیروهای متخصص انجام دهید.
- ✓ از تلفن (ثابت یا همراه) فقط در موارد اضطراری استفاده کنید و صرفاً به انتقال اطلاعات ضروری بسنده کنید.
- ✓ به مناطق سیل زده نروید چراکه حضور شما ممکن است عملیات امداد و نجات را مختل کند.
- ✓ بعد از اعلام رسمی مقامات محلی و رسمی مبنی بر رفع خطر به خانه برگردید.
- ✓ از تماس با آب سیل خودداری کنید یا حتی المقدور کمترین تماس ممکن را با آب سیل و تمام چیزهایی که به آن آلوده شده اند، داشته باشید زیرا این آب ممکن است با روغن، گازوییل یا فاضلاب آلوده شده باشد و یا احتمال دارد در اثر تماس با خطوط و سیم های برق به ویژه خطوط زیرزمینی برق، جریان برق پیدا کرده باشد.

✓ در مناطقی که سیلاب عقب‌نشینی کرده است، با احتیاط تردد کنید، زیرا استحکام خیابان‌ها و جاده‌ها ممکن است به خاطر جریان سیل ضعیف شده باشد که در این صورت ممکن است در اثر وزن خودرو فرو برود.

✓ از ساختمان‌هایی که اطرافش را آب احاطه کرده است، دوری کنید.

✓ هنگام ورود به منزل کاملاً احتیاط کنید. ممکن است پی‌های ساختمان آسیب‌دیده باشد ولی در ابتدا خرابی دیده نشود و ظاهر خانه سالم به نظر بیاید.

✓ آب و گل‌ولای را از محل سکونت به‌ویژه زیرزمین به‌تدریج خارج کنید (حدود یک‌سوم آب در روز). اگر آب زیرزمین‌ها در مدت‌زمان کوتاهی به‌طور کامل پمپ شود، باعث ریزش دیواره‌های زیرزمین شود.



✓ به تمام ترک‌های روی دیوار و سقف، نشست‌های ساختمان، به خمیدگی‌ها و انحراف دیوارها و طبقات دقت کنید و از استحکام ساختمان خود با کمک یک مهندس سازه مطمئن شوید.

✓ سعی کنید در طول روز به منزل برگردید تا استفاده از وسایل روشنایی لازم نباشد. چنانچه مجبور هستید شبانه به خانه برگردید، خیلی محتاط باشید. از فانوس، مشعل و کبریت برای روشن کردن ساختمان استفاده نکنید. چراغ‌قوه را نیز قبل از ورود به ساختمان روشن کنید.

- ✓ در صورتی که کنتور برق با آب سیل تماس پیدا کرده، باید تمیز و خشک شود و بهتر است قبل از زدن کلید کنتور، توسط یک تکنیسین برق بررسی شود.
- ✓ پس از برقراری جریان برق در ساختمان، در صورت مشاهده جرقه یا استشمام بوی سیم سوخته و ...، بلافاصله جریان برق را از کنتور اصلی قطع و نسبت به رفع عیب در اسرع وقت با کمک یک برق کار ماهر اقدام کنید.
- ✓ تمامی تجهیزات و لوازم الکتریکی را قبل از استفاده کاملاً خشک کنید.
- ✓ به هیچ وجه با دستان خیس یا وقتی درون آب ایستاده‌اید به وسایل برقی دست نزنید.
- ✓ سیم‌های سقوط کرده برق را لمس نکنید و فوراً موضوع را به اداره برق یا مراکز امدادی مانند آتش نشانی اطلاع دهید.
- ✓ به افرادی که به کمک ویژه‌ای نیاز دارند مانند زنان، کودکان، افراد مسن، افراد معلول، افرادی که نیاز به مراقبت دارند و خانواده‌هایی که ممکن است در شرایط اضطراری به کمک بیشتری احتیاج داشته باشند، کمک کنید.
- ✓ به نیازهای تغذیه‌ای و بهداشتی کودکان و سالمندان توجه کنید.
- ✓ آب شرب ممکن است با نفت، گازوئیل و فاضلاب آمیخته و آلوده شود. برای تأمین آب آشامیدنی تا جای ممکن از آب موجود در بطری‌های بسته‌بندی استفاده کنید و یا از طریق رادیو و سایر رسانه‌های رسمی، اطلاعاتی راجع به نحوه ضدعفونی آب یا مکان‌های دسترسی به آب سالم و بهداشتی به دست آورید.
- ✓ به کودکان اجازه ندهید به آب جمع شده در گودال‌ها نزدیک شوند و یا با آب سیل بازی کنند.
- ✓ آب‌های جمع شده برای گودال‌ها شرایط مناسبی را برای رشد حشرات به خصوص پشه‌ها ایجاد خواهد کرد، بنابراین از توری در محل اقامت خود استفاده کنید و پوشاک آستین‌بلند و چکمه‌های ساق بلند بپوشید.

- ✓ وقوع سیل باعث خارج شدن مارها و حیوانات وحشی از لانه‌ها و زیست گاه‌های طبیعی خود می‌شود، بنابراین بعد از سیل مراقب باشید.
- ✓ احتمال شیوع بیماری‌های عفونی مانند عفونت‌های دستگاه گوارش از جمله هپاتیت، وبا، حصبه و ... وجود دارد که باید مراقبت‌های لازم بهداشت فردی و عمومی را به عمل آورید.
- ✓ دست‌ها را به‌طور مرتب با صابون و آب تمییز شستشو کنید.
- ✓ درباره نحوه تمییز کردن سطوح و لوازم آلوده به آب سیل و ...، مطابق پروتکل‌های بهداشتی اعلام‌شده از سوی منابع رسمی اقدام کنید.
- ✓ هنگام پاک‌سازی و نظافت منزل از ماسک، دستکش‌های یک‌بار مصرف یا لاستیکی و چکمه‌های لاستیکی استفاده کنید.
- ✓ درها و پنجره‌ها را باز کنید و اجازه دهید هوای تازه در منزل به جریان درآید و هوای راکد خارج شود.
- ✓ برای پاک‌سازی سطوح و وسایل، مواد شوینده (پاک‌کننده‌های آنیونی مانند پودر لباسشویی یا مایع ظرف‌شویی)، مواد ضدعفونی‌کننده (مانند وایتکس) استفاده کنید.
- ✓ زباله‌هایی را که ممکن است محل تجمع باکتری شوند را، هر چه سریع‌تر از منزل خارج کنید.
- ✓ تمام داروها، لوازم بهداشتی و مواد غذایی را که با آب آلوده تماس داشته‌اند دور بریزید.
- ✓ وسایلی مانند تمام اشیاء پنبه‌ای، پشم‌شیشه‌ای، مبلمان نئوپانی، تشک‌ها، خوشخواب‌ها، پستی‌ها، کوسن‌ها، بالش‌ها، رویه‌های مبلی و ... که با آب آلوده تماس داشته، آب را جذب می‌کنند و نمی‌توان آن‌ها را تمییز یا ضدعفونی کرد، باید دور ریخته شوند.



✓ تمام سطوح و وسایل را با آب و مواد شوینده غیر معطر بشوید و حتماً ضد عفونی کنید. گل ولای ناشی از سیلاب می تواند حاوی فاضلاب و مواد شیمیایی خطرناک باشد.



✓ فرش ها را ترجیحاً برای تمیز و ضد عفونی کردن به قالی شویی ها بسپارید در غیر این صورت با آب و پودر لباسشویی شستشو دهید و در هوای آزاد، زیر آفتاب خشک کنید.



✓ تمام سطوح سفتی که بر روی آن‌ها کپک رشد کرده است را به کمک اسکاج و مواد شوینده مانند محلول سفیدکننده (یک فنجان سفیدکننده در هر یک لیتر آب) تمیز و سپس به‌خوبی خشک کنید. در حین نظافت حتماً از ماسک N95 استفاده کنید.

