

ارشادات لحماية
اسرتك من مخاطر
الكهرباء و الحروق



وزارة الصحة
منطقة الصباح الطبية التخصصية
لجنة التوعية الصحية





مخاطر الكهرباء في الحمام

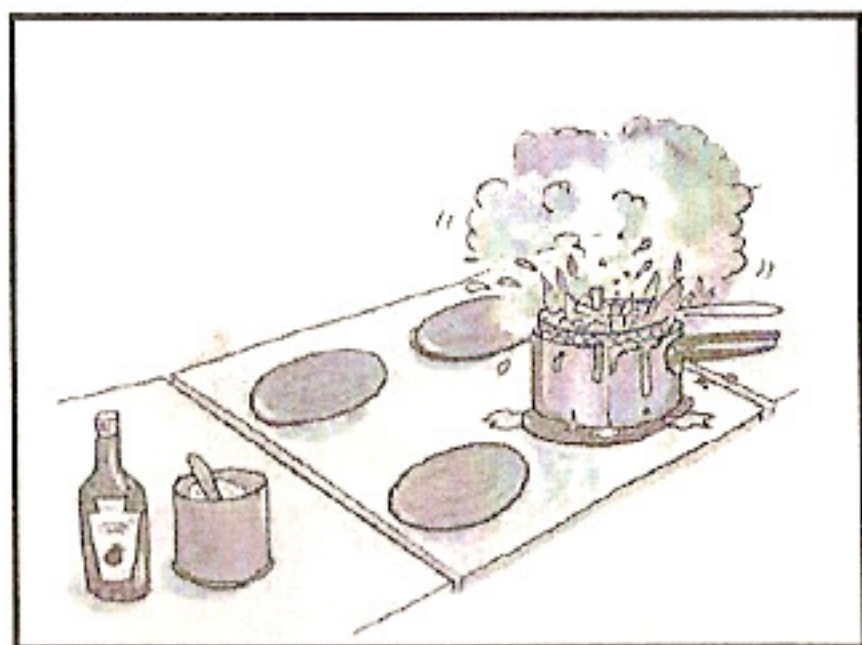
- لا تستخدم أجهزة تجفيف أو إزالة الشعر أبدا أثناء و جودك في حوض الاستحمام و قبل أن تنشف الماء عن جسمك.
- لا تضع أجهزة كهربائية في مواقع يحتمل سقوطها في حوض الماء أو الحوض.
- لا تترك أجهزة متصلة بالكهرباء بعد الانتهاء من استخدامها.
- لا تفتح مفاتيح الكهرباء و يدك مبلولة بالماء.
- يجب أن تبعد عن المياه عند استعمال أية جهاز كهربائي في الحمام خاصة على الأرض و قدميك حافيتين حتى لا تحدث و صله كهربائية تحدث صدمة.
- يجب تغيير و إصلاح أجهز تدفئة المياه عند الشك في حدوث خلل أو انبعاث رائحة زيادة الحمل الكهربائي.
- يجب عدم ترك أى أسلاك غير محمية في الوصلات الكهربائية و مصابيح الإنارة.
- التأكد من سلامة شفاط الهواء و التأكد من وجود منفذ للهواء يعادل الهواء الخارج من الحمام حتى لا تحدث مقاومة و زادة في الحمل الكهربائي.

مخاطر الكهرباء تتطور من الشعور بالألم، الى الحروق السطحية و العميقة في انسجة الجسم، و صولا الى العظام، كما تؤثر الكهرباء على وظائف المخ و الحبل الشوكي و الأعصاب الحركية و الحسية و تحدث تشنجات و تيبس في العضلات، و التيار الكهربائي يؤثر على القلب و عضلات التنفس و يؤدي الى توقف القلب و التنفس .



ارشادات عامة لحماية اسرتك من مخاطر الكهرباء

- تركيب اجهزة انذار حريق بكل طابق من المنزل مع الحرص على استبدال البطارية كل 6 اشهر.
- وضع اجهزة اطفاء الحريق في المطبخ خاصة مع التدريب على استخدامه .
- احرص على عدم وصل عدة اجهزة بمفتاح كهربائي واحد حتى لا يحدث زيادة حمل كهربائي .
- لا تترك الشموع و الولاعات و كبريت الاشتعال في متناول الأطفال.
- امتنع عن التدخين و في حجرات النوم خاصة.
- امتنع عن وضع مفاتيح الكهرباء، و عن مد الاسلاك الكهربائية خلف الستائر و تحت السجاجيد.
- لا تترك مسافة خلف اجهزة التلفزيون و الاجهزة الالكترونية يمكن أن يلعب و يعبت فيها الأطفال.
- تأكد من سلامة ألعاب الأطفال الكهربائية و اختبرها جيدا، خاصة اذا انبعثت منها رائحة الاشتعال او زيادة الحمل الكهربائي.
- لا تستخدم و تترك ألعاب نارية في المناسبات و لا تتركها في المنزل.
- اختار ملابس النوم من نسيج مقاوم للاشتعال.
- كن حذرا عند استخدام المكواة الكهربائية و اجهزة تجفيف الشعر و أدوات اعداد الطعام الكهربائية.
- يجب العناية بمنشفة الملابس المنزلية و استمرار تنظيف فلتر الهواء.
- يجب توعية الأطفال لأخطار العبث في الأسلاك و مفاتيح الكهرباء.
- دائما كن منتبها لمخاطر الكهرباء في منزلك.



الوقاية من امتداد الحريق في المطبخ

- 1- البس القفاز الخاص بوقاية اليد من الحريق.
- 2- ضع الغطاء على المقلاة بحذر. كما يمكنك أيضا استخدام لوح التقطيع أو صينية الخبز.
- 3- أغلق مفتاح تشغيل الموقد.
- 4- اترك الغطاء فوق المقلاة حتى يبرد تماما.
- 5- لا تحاول رفع الغطاء لمشاهدة ما يحدث بالمقلاة ، لأن مجرد رفع الغطاء قليلا يسمح بدخول الأكسجين الموجود في الهواء مما ساعد على تأجج النار من جديد.
- 6- إذا شب حريق داخل الفرن ، أغلق مفتاح التشغيل مع ترك باب الفرن مغلقا حتى تخدم النار بفعل انعدام وصول الأكسجين إلى الداخل.
- 7- لا تمسك أبدا بالمقلاة الملتهبة وتسرع بها إلى الصنبور لإطفاء اللهب بالماء ؛ لأن ذلك يؤدي إلى تناثر قطرات السائل الملتهب على جسمك وفي جميع أنحاء المطبخ.
- 8- إذا امتدت ألسنة اللهب من حول المقلاة، استخدم منشفة جافة أو مطفئة حريق لإخمادها. لا تحاول أبدا إطفاء حرائق الدهون بالماء؛ سيؤدي الى اتساع رقعة النار نتيجة لتناثر الدهون.