



حالات الطوارئ الإشعاعية والنووية دليل الاستجابة



يمكن أن يكون سبب حدوث حالة طوارئ إشعاعية هو الأسلحة النووية أو المتفجرات الممزوجة بالمواد المشعة ("القنابل القذرة") أو حوادث محطات الطاقة النووية أو الحوادث التي تنطوي على نقل المواد المشعة أو الحوادث المهنية. في حالة كون الكميات عالية بدرجة كبيرة، يمكن أن يسبب الإشعاع حدوث حروق في الجلد وداء الإشعاع وزيادة خطر الإصابة بالسرطان.

تحصن بأماكن مغلقة.



إذا كنت داخل سيارة:

◀ توجه إلى جانب الطريق وأوقف المحرك وأغلق النوافذ وفتحات التهوية وأطفئ مكيف الهواء أو المدفأة.

◀ قم بتغطية أنفك أو فمك بمنديل أو قماشة أو بكُم الثياب.

◀ ابق في السيارة أو ابحث عن مأوى إذا كانت هناك مبانٍ بالقرب منك أو انزل تحت الأرض.

إذا كنت بالخارج:

◀ قم بتغطية أنفك أو فمك بمنديل أو قماشة أو بكُم الثياب.

◀ ادخل بسرعة إلى مبنى تكون جدرانه ونوافذه غير متضررة. وإذا كان أي ضرر قد لحق بالجدران أو النوافذ، فانتقل إلى غرفة داخلية أو ابحث عن مبنى آخر.

◀ اصطحب معك الحيوانات الأليفة إذا كان القيام بذلك ممكنًا وآمنًا.

◀ في حالة حدوث انفجار نووي، انتقل إلى وسط المبنى، بعيدًا بقدر الإمكان عن السقف والنوافذ. يُعد الذهاب إلى القبو هو أفضل حل.

بمجرد انتقالك إلى الداخل:

◀ أغلق النوافذ والأبواب الخارجية والفتحات الأخرى.

◀ في المنازل أو الشقق، أطفئ مراوح النوافذ ومكيفات الهواء وأنظمة التدفئة/التبريد التي تسحب الهواء من الخارج.

◀ انزع حذاءك والطبقات الخارجية من ثيابك وضعها في حقائب أو حاويات قابلة للغلق. لا تعد استخدام هذه الثياب. وستوفر المدينة تعليمات بشأن التخلص منها.

إرشادات عامة

◀ احصل على معلومات صحية من مصادر موثوقة (nyc.gov و cdc.gov) والرقم (311).

◀ اشترك في خدمة أبلغ نيويورك (Notify NYC) للحصول على معلومات عن الأحداث الطارئة.

◀ إذا كنت تشعر -أنت أو أي شخص تعرفه- بالإرهاك أو كنت تحتاج إلى مساعدة على التكيف، فتفضل بزيارة الموقع الإلكتروني lifenet.nyc للحصول على مساعدة مجانية بلغتك.

◀ في حالات الطوارئ، اتصل دائمًا على الرقم 911.

- ◀ مخط أنفك برفق وتخلص من المنديل في المراض.
- ◀ اغسل جسمك وشعرك من قمة رأسك حتى قدميك بالصابون والماء.
- ◀ الماء صالح للاستحمام والشرب إلا إذا صرح المسؤولون خلاف ذلك.
- ◀ لا تقم بسفع أو فرك أو خدش جلدك.
- ◀ لا تستخدم المرطب—يمكنه التسبب في التصاق الجسيمات في شعرك.
- ◀ إذا لم تتمكن من الاستحمام، فاغسل يديك ووجهك والأجزاء المكشوفة من جسدك في الحوض أو امسح جسدك بقطعة قماش مبللة.

ابق في أماكن مغلقة.



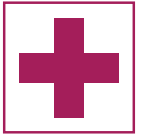
- ◀ لا تقم بالإخلاء إلا إذا تم إرشادك إلى ذلك.
- ◀ ستصدر السلطات المحلية إعلانًا إذا كانت مياه الصنبور غير آمنة. اشرب مياهًا معبأة وكل طعامًا من أوعية مغلقة.
- ◀ يُعد أي شيء معلب أو في المجمد أو التلاجة أو خزانة المون بعيدًا عن مكان الحادث آمنًا. إذا ساورك الشك، فاشطف العلبة قبل الفتح.
- ◀ يُعد طعام الحيوانات الأليفة الموجود في حاويات مغلقة آمنًا لتأكله الحيوانات. اشطف أوعية أو حاويات أو علب الحيوانات الأليفة قبل الاستخدام.

ابق على اطلاع.



- ◀ استخدم أجهزة الراديو أو التلفزيون أو أجهزة الكمبيوتر أو الأجهزة المحمولة للحصول على معلومات من المسؤولين حول كيفية البقاء آمنًا.

احصل على المساعدة الطبية بأمان.



- ◀ إذا لم يكن لديك إصابة تهدد الحياة، فلا تترك المأوى الخاص بك حتى تصرح السلطات بأن الوضع آمن للخروج.
- ◀ إذا كان لديك حروق في الجلد أو شعرت بغثيان أو بدأت في التقيؤ بعد التعرض للإشعاع بفترة قصيرة، فاطلب الحصول على العناية الطبية بمجرد أن يصبح آمنًا لك مغادرة المأوى الخاص بك.
- ◀ إذا لزم الأمر، سيتم تعيين مراكز استقبال مجتمعية من قبل إدارة الصحة وإدارة الإطفاء لتفقد الأشخاص بالنسبة للتعرض للإشعاع والتلوث الإشعاعي. ستوفر المدينة تعليمات بموعد ومكان الذهاب. لا تذهب إلى المستشفيات لتلقي هذه الخدمة.



INDIVIDUALS
& FAMILIES

RADIOLOGICAL AND NUCLEAR EMERGENCIES RESPONSE GUIDE



A radiological emergency can be caused by nuclear weapons, explosives mixed with radioactive materials (“dirty bombs”), nuclear power plant accidents, transportation accidents involving radioactive materials or occupational accidents. In high enough quantities, radiation can cause skin burns, radiation sickness and an increased risk of cancer.



Get inside.

If you are in a car:

- ▶ Pull to the side of the road, turn off the engine, close the windows and vents, and turn off the air conditioner or heater.
- ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
- ▶ Stay in the car, find shelter if there are buildings nearby or go underground.

If you are outside:

- ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
- ▶ Quickly enter a building whose walls and windows have not been damaged. If there is any damage to a wall or window, move to an interior room or find another building.
- ▶ Take pets with you if it is possible and safe to do so.
- ▶ In the case of a nuclear explosion, go to the center of the building, as far from the roof and windows as possible. Going to the basement is best.

Once inside:

- ▶ Shut windows, outside doors and other openings.
- ▶ In houses or apartments, turn off window fans, air conditioners and heating/cooling systems that bring air from outside.
- ▶ Remove shoes and outer layers of clothing and put them in sealable bags or containers. Do not reuse these clothes. The City will provide instructions on disposal.

GENERAL GUIDELINES

- ▶ **Get health information from credible sources** (nyc.gov, cdc.gov and 311).
- ▶ **Sign up for Notify NYC for information about emergency events.**
- ▶ **If you or anyone you know feels overwhelmed or needs help coping, visit lifenet.nyc for free help in your language.**
- ▶ **In an emergency, always call 911.**

- Gently blow your nose and flush the tissue down the toilet.
- Wash your body and hair from the top down with soap and water.
 - Water is safe to use for showers and drinking unless officials say otherwise.
 - Do not scald, scrub or scratch your skin.
 - Do not use conditioner—it can cause particles to stick to your hair.
 - If you cannot take a shower, wash hands, face and exposed parts of your body at a sink, or wipe yourself down with a wet cloth.



Stay inside.

- Do NOT evacuate unless instructed to do so.
- Local authorities will announce if the tap water is unsafe. Drink bottled water and eat food from sealed containers.
- Anything packaged or in a freezer, refrigerator or pantry away from the incident is safe. If in doubt, rinse packaging before opening.
- Pet food in sealed containers is safe for animals to eat. Rinse pet bowls, containers or packaging before using.



Stay informed.

- Use radios, televisions, computers or mobile devices for information from officials about how to stay safe.



Get medical help safely.

- Unless you have a life-threatening injury, do not leave your shelter until authorities have said it is safe to go outside.
- If you have skin burns or nausea, or begin vomiting shortly after radiation exposure, seek medical attention as soon as it is safe to leave your shelter.
- If necessary, Community Reception Centers will be set up by the Health Department and the Fire Department to check people for radiation exposure and contamination. The City will provide instructions of when and where to go. Do not go to hospitals for this service.