



DEPREMDEN SONRA GÜVENDE KALIN*

Hasarlı binalar, hasarlı elektrik hatları, sızdıran gaz ve su hatları, deprem sonrasında karşılaşılabileceğiniz tehlikelerden sadece birkaçıdır.

Aşağıdaki tavsiyelere uyararak bir depremden sonra kendinizi ve sevdiklerinizi güvende tutun.

Artçı sarsıntılara hazır olun.

- Bir depremden sonra artçı sarsıntılar yaşayabilirsiniz. Artçı sarsıntılar, daha büyük bir depremi takip eden daha küçük depremlerdir. Bunlar bir depremden dakikalar, günler, haftalar ve hatta aylar sonra olabilir.
- Bir artçı sarsıntı hissederseniz, ÇÖKÜNÜZ, KAPANINIZ ve TUTUNUZ.

Enkaz altında ya da bir yerde mahsur kalmışsanız, dikkatleri kendinize çekin.

- Dikkatleri kendinize çekmeye çalışın. Kurtarma ekiplerinin sizi bulmasına yardımcı olmak için bir mesaj gönderin, duvara veya boruya vurun veya düdük kullanın.
- Ağzınızı, burnunuzu ve gözlerinizi tozdan koruyun.

Tsunami riski taşıyan bir bölgedeyseniz, iç kısımlara gidin ve daha yüksek bir yer arayın.

- Bazı durumlarda depremler kıyı boyunca uzanan bölgelerde tsunamilere neden olabilir. Bunlar, güçlü bir depremden dakikalar veya saatler sonra olabilir.
- Resmi bir tsunami uyarısı duyarsanız veya tsunami belirtileri fark ederseniz, derhal tahliye edin. Mümkün olduğu kadar iç kesimlerde daha yüksek bir yere çıkın. Yerel yetkililerin talimatlarını izleyin — sizi planladığınızdan farklı bir rotaya yönlendirebilirler.
- Tsunamilerden kaynaklanan sağlık ve güvenlik riskleri hakkında bilgi edinin.

Hasarlı binaların yakınında dikkatli olun.

- Hasarlı bir binaya girmeyin. Depremler binalara zarar verebilir ve onları güvensiz hale getirebilir. Yerel yetkililer size içeri girmenin güvenli olduğunu söyleyene kadar bekleyin.
- Hareket eden veya olağandışı sesler duyarsanız evinizi veya binanızı terk edin. Garip sesler binanın düşmek üzere olduğu anlamına gelebilir.

Evinizde hasar olup olmadığını kontrol edin.

- Evinizin duvarlarında, zeminlerinde, kapılarında, pencerelerinde ve merdivenlerinde hasar olup olmadığını dikkatlice kontrol edin. Temelde çatlaklar veya eksik destek kirişleri gibi yapısal hasar görürseniz, bir sığınağa veya başka bir güvenli yere taşınmanız gerekebilir.
- Gaz, elektrik ve su hatlarında hasar olup olmadığını kontrol edin. Gaz kokusu alırsanız veya kesik bir hat görürseniz, ana vanayı dışarıdan kapatın. (Not: gaz kapatılırsa, bir profesyonelin servisi yeniden sağlaması gerekir.)
- Gaz kaçağı olmadığından emin olana kadar kibrit, çakmak, ev aletleri veya ışık anahtarlarını kullanmayın. Elektrik anahtarlarından çıkan kıvılcımlar gazı ateşleyerek patlamaya neden olabilir.



DEPREMDEN SONRA GÜVENDE KALIN*

Elektrik kesilirse mum yerine el feneri kullanın.

- Mum kullanmanız gerekiyorsa, onları alev alabilecek her şeyden uzak tutun. Daima yanan mumların yakınında durun.
- Elinizin altında bir yangın söndürücü bulundurun ve ailenizin onu nasıl kullanacağını bildiğinden emin olun.

Enfeksiyonu önlemek için herhangi bir yara veya yaralanmanız varsa dikkat edin.

- Deprem sırasında ve sonrasında yaralanma riski yüksektir. Küçük yaraların iyileşmesine ve enfeksiyonun önlenmesine yardımcı olmak için hemen ilk yardım desteği alın.
- Bir afetten sonra uygun yara bakımı hakkında daha fazla bilgi edinin.

Yapabiliyorsanız, diğer ihtiyacı olanlara yardım edin.

- Yaralanmadığınızdan emin olmak için kendinizi kontrol edin. Yapabiliyorsanız, başkalarına yardım edin.

Elektrik hatlarından uzak durun.

- Başınızın üstünde asılı kalmış olabilecek yerinden düşmüş elektrik hatlarına dikkat edin.
- Düşmüş elektrik hatlarından uzak durun. Bunları bildirmek için elektrik şirketini arayın.
- Bir afetten sonra kendinizi elektrik tehlikelerinden nasıl koruyacağınız hakkında daha fazla bilgi edinin.

Karbon monoksit zehirlenmesini önleyin.

Yakıt ile çalışan aygıtlar karbon monoksit (CO) oluşturur. Bunlara örnek jeneratör, basınçlı yıkayıcı, kömür ızgarası ve kamp sobası gibi aygıtlar verilebilir. Karbon monoksiti koklayamaz veya göremezsiniz, ancak evinizde birikirse ani hastalıklara ve ölüme neden olabilir.

- Evinizde, bodrumunuzda veya garajınızda asla portatif benzin veya kömür yakan aygıt veya kamp sobası kullanmayın. Bu tür aygıtları dışarıda ve herhangi bir pencere, kapı veya havalandırmadan en az 6 metre uzakta tutun.
- Yakıt ile çalışan bir jeneratör veya başka bir şey kullandığınız zaman, batarya ile çalışan veya yedek bataryalı CO dedektörü kullanın.
- Bir CO dedektörünüz var ve alarm verirse, hemen evinizden ayrılın ve 112'yi arayın.

Kendinizi hayvanlardan ve haşerelerden koruyun.

- Depremden sonra vahşi veya başıboş hayvanlardan uzak durun. Bunları ya da ölü hayvanları bildirmek için ALO 153 hattını ya da bildiğiniz yerel yönetim numaralarını arayın.
- Bir felaketten sonra kendinizi hayvanlardan veya haşerelerden nasıl koruyacağınız hakkında daha fazla bilgi edinin.



DEPREMDEN SONRA GÜVENDE KALIN*

Güvenli su için, güvenli yiyecekler yiyin.

- Elektrik kesintileri nedeniyle uygun şekilde soğutulmamış çabuk bozulan yiyecekleri ve ayrıca alışılmadık bir kokusu, rengi veya dokusu olan yiyecekleri atın. Şüpheye düştüğünüzde tüketmeyin.
- Evinizdeki su önlemleri hakkında tavsiye almak için yerel yetkililerin raporlarını dinleyin. Bebek maması hazırlamak, buz yapmak, dişlerinizi fırçalamak, yemek hazırlamak, ellerinizi yıkamak veya bulaşık yıkamak için kirli su kullanmayın.
- İçmek, yemek pişirmek ve kişisel hijyen için şişelenmiş, kaynatılmış veya arıtılmış su güvenlidir. Yerel veya bölgesel sağlık yönetiminiz, bölgenizdeki suyu kaynatmak veya arıtmak için özel önerilerde bulunabilir.
- Bir doğal afet veya acil durumdan sonra gıdaları nasıl güvenli tutacağınız ve güvenli suyu nasıl kullanacağınız hakkında daha fazla bilgi edinin.

Evinizi temizlerken güvenliğinize dikkat edin.

- Deprem sonrası temizlik sırasında kendinizi ve sevdiklerinizi korumak için adımlar atın.
- Önerilen temizleme adımlarını izleyin ve güncel acil durum bilgilendirmelerini takip edin.

Bağlantıda kalın ve bilgi sahibi olun.

- Acil durum bilgilerini ve talimatlarını pille çalışan TV veya radyonuzdan, sosyal medya veya cep telefonu metin uyarılarından takip edin.
- Telefon görüşmelerini acil durumlar için tercih edin; metin mesajları daha güvenilir olabilir.

Ruh sağlığınıza dikkat edin.

Deprem sırasında ve sonrasında farklı ve güçlü duygular yaşamak doğaldır. Bu duygularla başa çıkmak ve ihtiyacınız olduğunda yardım almak, sizin, ailenizin ve toplumunuzun bir afetle baş etmesine yardımcı olacaktır.

- Ailenizle, arkadaşlarınızla ve topluluğunuzdaki diğer kişilerle bağlantı kurun.
- Kendinize ve birbirinize iyi bakın ve ne zaman, nasıl yardım alacağınızı bilin.
- Bir afetten sonra ruh sağlığınızı nasıl koruyacağınız konusunda daha fazla bilgi edinin.

HASUDER Afet ve Acil Durumlar Çalışma Grubu

*Kaynak: CDC (<https://www.cdc.gov/disasters/earthquakes/after.html>)

09.02.2023 tarihinde ulaşıldı.