

પ્રકરણ : ૧૪

અકસ્માત અને ઇજાનું નિવારણ

ઝેર ચડતું નિવારવાના પગલાં

★ ક્યારેય કેરોસીન-પેટ્રોલ કે ઝેરી પદાર્થ અથવા દવા ઠંડાપીણાં કે બીજા ખાદ્ય પદાર્થની ખાલી બાટલી કે ટીનમાં ના ભરવા. ચાલુ દવા પણ તે દવાની ખાસ લેબલવાળી બાટલીમાં જ રાખવી. માણસ ભૂલથી આમ સંઘરેલ ઝેરી પદાર્થ પી શકે છે. ખાસ તો બાળકોમાં આમ ઝેર ચડતું જોવા મળતું હોય છે.

★ બને ત્યાં સૂધી ઘરમાં કોઈ પણ પ્રકારની ઝેરી વસ્તુ સંઘરવી નહીં. જીવડાં મારવા જેવી કોઈ દવા કે એસિડ સંઘરવા પડે તો તેના ડબ્બા પર મોટા અક્ષરે 'ઝેરી છે' તેમ લખીને રાખવું. તેને બાળકોની પહોંચથી દૂર રાખવું. મોટા બાળકોને પહેલેથી જાણકારી આપી રાખવી કે તે ઝેરી છે અને તેને અડવા કે પીવાથી ખરાબ પરિણામ આવી શકે છે.

★ ઘરમાં દવા છંટાતી હોય ત્યારે ખાદ્ય પદાર્થ અને પાણી ઢાંકેલાં રાખવા.

★ ખેતરમાં દવા છાંટેલા શાકભાજી, ફળો વગેરે બરાબર ધોઈને જ ઉપયોગમાં લેવા.

★ ડોક્ટરની સલાહ વિના કોઈ દવા લેવી નહીં અને સલાહથી વધુ માત્રામાં લેવી નહીં

★ અંધારામાં લેબલ જોયા વગર દવા લેવી નહીં.

★ વાસી ખોરાક લેવો નહીં.

★ કોઈ પણ ઝેરી પદાર્થને, ખાસ તો ખેતીકામમાં અને જીવડાં મારવાની દવાને, રબ્બરના હાથમોજાં પહેર્યા વગર અડવું નહીં કારણ કે ઝેર ચામડી વાટે શરીરમાં ઊતરી શકે છે. તેવી રીતે જ દવા છાંટતી વખતે પૂરતાં કપડાં પહેરવા, ચહેરા પર કપડું ઢાંકવું અને આંખે ચશ્મા પહેરવાં.

★ ભૂલથી દવા શરીર પર લાગી જાય તો તે ભાગને સાબુ અને પુષ્કળ પાણીથી ધોવા. દવા લાગેલ કપડાં તાત્કાલિક બદલી નાખવા.

આગ

★ સ્ટવ-પ્રાઈમસમાં હવા ભરતા પહેલાં તેના બર્નરને પ્રજ્વલિત કાકડા વડે ગરમ કરવું જોઈએ જેથી માટો ભડકો ના થાય અને આજુબાજુમાં આગ ના ફેલાય. સ્ટવમાં જરૂર કરતાં વધુ હવા ભરવી નહીં.

★ સિગરેટ બીડીના સળગતા ટૂંકા, સળગતી દિવાસળીઓ ગમે ત્યાં ફેકવી નહીં. સુતી વખતે ધૂમ્રપાન કરતાં-કરતાં ઉઘવાની ટેવ પાડવી નહીં.

★ સગડી, સ્ટવ, ગેસ વગેરે પાસે કામ કરતી વખતે ખૂબજ ખૂલતાં અને પહોળાં, નાઈલોન કે એવાં જલ્દી આગ પકડતા કપડાં પહેરવા નહીં.

★ પ્રેશર કૂકર વાપરતા હો તો તેને ગેસ પર ચડાવતા પહેલાં એમાં માપસર પાણી છે કે નહીં એ ખાતરી કરી લો; રંધાઈ ગયા પછી બધી વરાળ નીકળી જાય પછી જ કૂકરનું ઢાંકણું ખોલો.

★ સળગતી સગડી, સ્ટવ, વગેરે પાસે ક્યારેય પેટ્રોલ, કેરોસીન, ઓઈલ, ગેસ જેવી જલદ વસ્તુઓ રાખવી નહીં. તેવી રીતે જ કાગળ, કપડાં, સૂકા પાંદડાં વિશે પણ ધ્યાન રાખવું.

★ ક્યારાપેટીઓ નિયમિત સાફ રાખવી.

★ બાળકોના હાથમાં માચીસ-દિવાસળીઓ આપવી નહીં. તેવી રીતે તેમને આગની નજીક રમવા દેવા નહીં.

★ બાળકોને ગરમ પાણી કે ખોરાક જાતે લઈ જવા ન દેવા.

★ ગેસનાં સીલીન્ડરથી ચૂલો હમેશાં ઊંચાં લેવલે રાખો.

★ ગેસનાં સીલીન્ડર ને ઊભો જ રાખવો અને અગ્નિથી દૂર રાખવો.

★ રસોઈ પૂરી થાય પછી ગેસનો વાલ્વ નીચેથી બંધ કરવાનું ભૂલવું નહીં.

★ ગેસની ટયૂબ માપની હોવી જોઈએ.

★ ટયૂબને સીધી ગરમીથી દૂર રાખવી.

★ દર મહિને ટયૂબને ચેક કરવી અને લીક થતી હાય તો બદલી નાંખવી.

★ આગ ઠારવાના સાધનો હાથવગાં રાખવાં, જેમ કે ગરમ ધાબળા, આગ ઓલવવાના પ્રવાહીઓ, પાણી, રેતી વગેરે.

★ જો ઘરમાં ગેસની વાસ આવે તો સીલીન્ડરનો વાલ્વ બંધ કરી નાખવો. ઘરમાં સળગતી બધી વસ્તુઓ ઓલવી નાંખો, બારી-બારણાં ખોલી નાખો; કોઈ પણ ઈલેક્ટ્રીક સ્વીચને ન અડો; રસોડામાંથી બહાર નીકળી જાવ.

ફટાકડાઓ અંગે

દર વર્ષે ફટાકડાઓથી ઘણા દાઝવાના બનાવો બનતા હોય છે, તે નિવારવા ખાસ ધ્યાનમાં લેવાનું કે:

★ ફટાકડાં મોટા ધડાકાવાળા કે આગ ઝારતાં ના હોવા જાઈએ.

★ ફટાકડા હાથમાં કદાપિ ફોડવા નહીં.

★ ફટાકડાં સળગાવીને ફેકવા નહીં.

★ ફટાકડાં ખીસ્સામાં લઈને ફરવું નહીં.

- ★ ફટાકડાં બાળકોને જાતે ફોડવા દેવા નહીં.
- ★ સૂરસૂરીયું બની ગયેલું ફટાકડું ફરીથી ફોડવાના મરણીયા પયાસો ક્યારેય ના કરવાં.
- ★ ફટાકડાંઓની રમત ના કરવી.

વીજળીથી થતી ઇજાઓ

નવા-નવા વીજળીથી ચાલતાં ભારી ઉપકરણો દિવસે-દિવસે ઘરોમાં વધતા જાય છે જેનો લોડ સાદા વાયરો અને સ્વીચ બોર્ડો જીરવી શકતા નથી અને તેથી શોર્ટ થાય ને આગ પણ પકડે. માટે હંમેશાં:

- ★ સારી જાતના (માર્કાવાળા) વાયરો, પ્લગ અને બોર્ડ વાપરવાં.
- ★ વીજળીથી ચાલતા સાધનોને અર્થીગ મળી રહે તે વ્યવસ્થા રાખવી.
- ★ વાયરેના જોડાણો નબળા ના રહે તે જોવું, વાયર પરનું પ્લાસ્ટિક આવરણને નુકસાની હોય તો તરત વાયર બદલવો.
- ★ ઇલેક્ટ્રીક પોઈટો બાળકોની પહોંચની બહાર રહે તેમ રાખવા જેથી બાળકો તેમાં આંગળી કે પેન્સીલ જેવી વસ્તુઓ નાખીને રમતો ના કરી શકે.
- ★ કોઈ પણ વીજળીથી ચાલતું સાધન વાપર્યા પછી સ્વીચો બંધ કરી, પ્લગ કાઢી નાખવો. પ્લગ કાઢવા માટે વાયરને ખેંચવો નહીં પણ પ્લગ પકડીને કાઢવો.
- ★ ક્યારેય વીજળીના તાર ખૂલ્લાં રાખવા નહીં.
- ★ ફ્યૂઝના વાયરો જરૂર કરતાં વધુ જાડા રાખવાની ટેવ ઘણાને હોય છે. તે નુકસાનકારક નીવડે છે. એક સર્કિટ પર વધુ પડતાં સાધનો વાપરવા નહીં
- ★ ઇસ્ત્રી, હિટર વાપર્યા પછી ઠંડા ના થાય ત્યાં સુધી બાળકની પહોંચ બહાર રાખવાં.
- ★ વીજળીના તાર સાથે કામ કરતા કારીગરે કોરાં રબ્બરના મોજા હાથમાં સતત પહેરી રાખવા, કામ કરતી વખતે આખી બાંયના ખમીસ પહેરવાં.
- ★ ક્યારેય વીજળીક સાધનો રીપેર કરવા ચાલુ વીજળીએ કોશીશ ના કરવી. આ કામો માટે ઇલેક્ટ્રીશીયનને બોલાવવો હિતાવહ છે.
- ★ કોઈ પણ વીજળીના સાધનને ભીના હાથે અથવા પાણીમાં પગ રહેતા હોય તેવી સ્થિતિમાં અડકવું નહીં.
- ★ વાયરો ક્યારેય જાજમ નીચે અથવા બારણામાં કે ફર્નિચરની ધાર પર દબાય તેમ ગોઠવવા નહીં.
- ★ આકશમાંથી પડતી વીજળીથી બચવા મકાનનું અર્થીગ કરાવી રાખવું, અર્થીગ કરેલ મકાન પાસે આશરો લેવો. (તેવા મકાનની ઉપર અર્થીગ એન્ટેના હોય તે ઓળખી શકાય.)

પડતાં-અથડાતા બચો

ક્યાંક પડી જવાથી ઈજા પામવી બહુ સામાન્ય ઘટના છે. કોઈ એમાં અસામાન્ય રીતે બહુ ગંભીર ઈજામાંથી ઉગરી જાય તો ક્યારેક વળી સાવ નજીવી ઈજામાં જાન પણ ગુમાવી દે છે!! મોટા ભાગના પડી જવાના બનાવો દાદર પર અથવા બાથરુમમાં થતાં હોય છે.

સીડી-દાદર માટેની તકેદારીઓ

- ★ દાદરનાં પગથીયાં પૂરતા પ્રમાણમાં પહોળા હાવા જોઈએ.
- ★ દરેક દાદરને કઠેડો હોવો જરૂરી છે.
- ★ પગથીયાં લીસ્સા ના હોય તે ખાસ જોવું.
- ★ દાદર પર રાત્રે કે અંધારામાં ખાલી "ઝીરો" બલ્બની ઝાંખી લાઈટ ના રાખવી, ત્યાં વધુ પ્રકાશ હોવો જરૂરી છે.
- ★ સીડીને બદલે ડબ્બાઓ, ખુરશીઓ, સ્ટુલ વગેરેથી કામ ચલાવી ના લેવું.
- ★ બાળકોને દાદર કે તેનાં કઠેડા પર રમવા ના દેવા.
- ★ દાદર પર પડેલાં ચીકણાં તૈલી પદાર્થ તરત સાફ કરી નાખવા.