

ZILZILA BILAN BOĞLIQ VAFQULODDA VAZIYATLARDA HARAKAT QILISH USILLARI

Maxmud Daliev

Hayot faoliyati xavfsizligi o'quv markazi o'qituvchisi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17833172>

Anotatsiya. Bu maqolada zilzila bilan bog'liq vafqulodda vaziyatlarda harakat qilish usillari, tartib qoidalari, zilzila paytida nima qilish va nima qilmaslik kerakligi haqqida so'z etilgan.

Kalit so'zlar: zilzila, xavfsiz joyda, ko'pqavatli bino.

Kuchli zilzilalar bo'layotganda hamma ham xavfsiz joyda bo'la olmaydi. Kimdir ko'pqavatli bino ichida yoki hovlida, kimdir ko'chada, yana boshqa birov transportda bo'lishi mumkin. Favqulodda vaziyatlar vazirligi zilzila vaqtidagi shu va boshqa holatlarda nima qilish kerakligini batafsil tushuntirdi. Zilzila paytida nima qilish va nima qilmaslik kerak?

Kuchli zilzilalar bo'layotganda hamma ham xavfsiz joyda bo'la olmaydi. Kimdir ko'pqavatli bino ichida yoki hovlida, kimdir ko'chada, yana boshqa birov transportda bo'lishi mumkin. Favqulodda vaziyatlar vazirligi zilzila vaqtidagi shu va boshqa holatlarda nima qilish kerakligini batafsil tushuntirdi.

Yer qimirlaganda uyning eng xavfli joylari – ichki va tashqi deraza ostilari, devorlarning oyna bilan qoplangan qismlari, ayniqsa oxirgi qavatlardagi burchakda joylashgan xonalar, lift va zinapoya maydonchalari bo'lishi mumkinligini hisobga olish kerak.

Xonaning ichida bo'lganda:

1. Ko'p qavatli uyning birinchi qavatida, xom g'ishtli, pishgan g'ishtli yoki paxsa devorli shaxsiy uylarda yashasangiz, yer qimirlash boshlanishi bilan 15-20 soniya ichida darhol uyning ichidan tashqariga chiqib keting va elektr simlari, gaz quvurlari va baland imoratlar tagidan uzoqroqqa, ochiq joyga o'ting.

2. Chiqish yo'llari, eshiklar odamlar bilan tirband bo'lib, tashqariga tez chiqishni qiyinlashtiradi. Bunda 1-qavatda yashasangiz, derazadan ham chiqishingiz mumkin.

3. Oilangiz a'zolari va o'zingiz kvartirangizda, pod'yezdada, uyingizda gaz, elektr, suvni o'chirish yo'llarini bilishingiz lozim.

4. Agar xonaning ichida qolsangiz, oldindan belgilab olingan xavfsiz joyga turib oling. Mabodo yuqoridan suvoq parchalari, yoritgich asboblari, oyna siniqlari tushadigan bo'lsa, stol yoki krovatlar tagiga berkining. Maktab o'quvchilari partalar tagiga kirib, oynaga teskari o'girilib, boshlari va yuzlarini qo'llari bilan berkitib olishlari zarur.

5. Ikkinchi qavatdan yuqorida bo'lsangiz, hech qachon lift yoki zinapoyalarga qarab yugurmang, chunki ko'p hollarda yer qimirlash davrida ushbu qurilmalar birinchi navbatda qulaydi. Bunday hollarda uyning eshigini ochib, uning o'rniga turing. Eshik kesakisi qotib qolsa, xavotir olmang, bu hol imorat devorlarining og'ishidan bo'ladi.

6. Har qanday binoning oynaband devorlaridan uzoqroqda, asosiy devori yonida turishga harakat qiling. Oyna to'siqlardan ehtiyot bo'ling.

7. Sakrashga majbur bo'lgan hollarda zinhor yopiq deraza oynasiga qarab sakramang, oynani taburetkaga yoki yelkangiz bilan sindirib, keyin sakrang.

8. Odamlar bilan gavjum joylarda (do'kon, kinoteatr, maktab, oliygoh, vokzal) sarosimaga tushmang, binoning asosiy devorlariga, ustunlarga yaqinroq osilib turgan buyumlardan, qandil, shamollatgich, reklama taxtalardan uzoqroq turish kerak.

9. Jarohatlanganda, umuman har qanday xavf bo'lganda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish choralari o'rganing. Doimo uyingizda dori-darmonlar, birinchi tibbiy yordam ko'rsatish qutichasini saqlang.

Ko'chada harakatlanish:

1. Ko'p qavatli bino ostida turgan bo'lsangiz, ochiq joyga chiqishga harakat qiling, chunki bino silkinishi natijasida siniq parchalari ustingizga tushishi mumkin. Elektr simlari tagida ham turmang, uzilib ketishi mumkin. Uzilib ketgan simlardan ehtiyot bo'ling.

2. Bino bo'ylab uning tagida yugurmang, binoga kirmang, yuqoridan tushishi mumkin bo'lgan bo'laklar hayotingiz uchun xavfli.

3. Yer silkinayotgan vaqtda avtomobilda ketayotgan bo'lsangiz, yuqori qavatli binolar, elektr simi, tik yonbag'irlar, ko'priklar, benzin quyish shoxobchalari, daryo o'zanidan uzoqroq joylarga borib mashinani asta to'xtating.

Uydagi jihozlarni joylashtirish usullari:

ydagi jihozlarni joylashtirish usullari:

— Xonalardagi shkaf, kitob javonlarni devorlarga mahkamlab qo'ying. Uy jihozlarni uxlaydigan o'rinlarga yiqilmaydigan holatda, eshik va chiqish yo'llarini to'sib qo'ymaydigan qilib joylashtirish kerak.

— Javonlar, shkaflar ustidagi og'ir buyumlar qattiq mahkamlab qo'yilishi yoki odam ustiga tushib ketishi mumkin bo'lgan buyumlar pastga yoki ishonchli joyga joylashtirilishi shart.

Dam olish o'rinlari derazadan, katta oynalardan, tushib ketishi mumkin bo'lgan buyumlardan uzoqroq bo'lishi shart.

— Javonlarni dam olish o'rinlaridan, xonaga kirish eshigidan, rakovina va unitazlardan uzoqroq joyga o'rnatish.

— Uyga kirish yo'li, yo'laklar va zinapoyalarni buyumlar bilan to'sib qo'ymang.

— Tez alanganuvchi va o'yuvchi suyuqliklar solingan idishlarni yer qimirlab, bino silkinganda tushib ketib, portlab yoki yonib ketmaydigan xavfsiz joyda saqlang.

Hovli joylarda yashaydiganlar uchun:

— Garaj yoki dalahovli yerto'lasidan yashirinish joyi sifatida foydalanish mumkin.

U yerda ofat tugagunga qadar berkinish, oziq-ovqat zaxirasini, kiyim-kechak va kerakli narsalarni saqlash mumkin. Shu bilan birga, qaltis qiyaliklar va ko'chki xavfi bo'lgan joylarda qurilgan uylar xavfli bo'lishi mumkinligi yodingizda bo'lsin.

— Uyingiz holatini tekshirib chiqing, uni mustahkamlash yo'llarini aniqlang.

— Qishloq joylarda yer silkinishi oqibatida yer ko'chkisi ro'y berishi, sel kelishi, tog' toshlari tushishi mumkin. Shuning uchun tepaliklar ustiga yoki suv bosmaydigan, yuqoriroq joyga chiqib olishga yoki tik tog' yonbag'irlaridan ostidan uzoqroq joylarga o'tishga harakat qiling.

— Molxonalar yonida turish mumkin emas, chunki hurkib ketgan hayvonlar tagida qolib ketish xavfi mavjud.

Yer qimirlaganidan so'ng

Yer qimirlashi to'xtagandan keyin binolar holatini, jabrlangan odamlarni kuzatishingiz mumkin. Bunday hollarda xotirjamlik bilan darhol shikastlangan, jarohatlanganlarga yordam ko'rsatishni boshlang.

Jarohat olganlar sovuq qotmasligi uchun ko'rpa bilan o'rang va shifoxonaga yuboring.

Kasallar, bolalar va qariyalar xavfsizligini ta'minlang, ruhiy dalda bering.

Yengil buyumlar ostida qolganlarga yordam bering. Qo'shimcha tibbiy yoki boshqa yordamga hojat bo'lsa, yordam kelguncha kuting.

Yong'in o'chog'ini sezsangiz, iloji boricha o'chirishga harakat qiling.

Elektr simlari uzilmaganini tekshirib ko'ring. Buzilgan joyini tuzatishga harakat qiling yoki elektr tarmog'ini o'chirib qo'ying.

Suv tarmog'ini tekshirib chiqing. Agar buzilgan bo'lsa, tuzatishga harakat qiling yoki tarmoqdan uzib qo'ying.

Gaz tarmog'ini jo'mragidan berkitib qo'ying, agar gaz tarqalish xavfi mavjud bo'lsa, uni hididan aniqlang, gugurt yoki shamdan foydalanmang.

Kanalizatsiya quvuridan foydalanishdan oldin, uning sozligini bino ichida, yerto'lada tekshirib ko'ring.

Xavfli yengil alanga oluvchi suyuqliklar to'kilgan bo'lsa (benzin, kimyoviy moddalar va boshqalar), tezda bartaraf qiling va bu haqda boshqalarga xabar bering.

Yerto'la eshiklarini ochishda ehtiyot bo'ling, chunki ustingizga suvoq parchalari, ustunlar yoki og'ir jismlar tushishi mumkin. Ta'lim

Zilzila paytida nima qilish va nima qilmaslik kerak?

Kuchli zilzilalar bo'layotganda hamma ham xavfsiz joyda bo'la olmaydi. Kimdir ko'pqavatli bino ichida yoki hovlida, kimdir ko'chada, yana boshqa birov transportda bo'lishi mumkin. Favqulodda vaziyatlar vazirligi zilzila vaqtidagi shu va boshqa holatlarda nima qilish kerakligini batafsil tushuntirdi.

Yer qimirlaganda uyning eng xavfli joylari – ichki va tashqi deraza ostilari, devorlarning oyna bilan qoplangan qismlari, ayniqsa oxirgi qavatlardagi burchakda joylashgan xonalar, lift va zinapoya maydonchalari bo'lishi mumkinligini hisobga olish kerak.

Xonaning ichida bo'lganda:

1. Ko'p qavatli uyning birinchi qavatida, xom g'ishtli, pishgan g'ishtli yoki paxsa devorli shaxsiy uylarda yashasangiz, yer qimirlash boshlanishi bilan 15-20 soniya ichida darhol uyning ichidan tashqariga chiqib keting va elektr simlari, gaz quvurlari va baland imoratlar tagidan uzoqroqqa, ochiq joyga o'ting.

Chiqish yo'llari, eshiklar odamlar bilan tirband bo'lib, tashqariga tez chiqishni qiyinlashtiradi. Bunda 1-qavatda yashasangiz, derazadan ham chiqishingiz mumkin.

2. Oilangiz a'zolari va o'zingiz kvartirangizda, pod'yezdida, uyingizda gaz, elektr, suvni o'chirish yo'llarini bilishingiz lozim.

3. Agar xonaning ichida qolsangiz, oldindan belgilab olingan xavfsiz joyga turib oling.

Mabodo yuqoridan suvoq parchalari, yoritgich asboblari, oyna siniqlari tushadigan bo'lsa, stol yoki krovatlar tagiga berkining. Maktab o'quvchilari partalar tagiga kirib, oynaga teskari o'girilib, boshlari va yuzlarini qo'llari bilan berkitib olishlari zarur.

4. Ikkinchi qavatdan yuqorida bo'lsangiz, hech qachon lift yoki zinapoyalarga qarab yugurmang, chunki ko'p hollarda yer qimirlash davrida ushbu qurilmalar birinchi navbatda qulaydi. Bunday hollarda uyni eshigini ochib, uning o'rniga turing. Eshik kesakisi qotib qolsa, xavotir olmang, bu hol imorat devorlarining og'ishidan bo'ladi.

5. Har qanday binoning oynaband devorlaridan uzoqroqda, asosiy devori yonida turishga harakat qiling. Oyna to'siqlardan ehtiyot bo'ling.

6. Sakrashga majbur bo'lgan hollarda zinhor yopiq deraza oynasiga qarab sakramang, oynani taburetkaga yoki yelkangiz bilan sindirib, keyin sakrang.

7. Odamlar bilan gavjum joylarda (do'kon, kinoteatr, maktab, oliygoh, vokzal) sarosimaga tushmang, binoning asosiy devorlariga, ustunlarga yaqinroq osilib turgan buyumlardan, qandil, shamollatgich, reklama taxtalardan uzoqroq turish kerak.

8. Jarohatlanganda, umuman har qanday xavf bo'lganda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish choralari o'rganing. Doimo uyingizda dori-darmonlar, birinchi tibbiy yordam ko'rsatish qutichasini saqlang.

Ko'chada harakatlanish:

1. Ko'p qavatli bino ostida turgan bo'lsangiz, ochiq joyga chiqishga harakat qiling, chunki bino silkinishi natijasida siniq parchalari ustingizga tushishi mumkin. Elektr simlari tagida ham turmang, uzilib ketishi mumkin. Uzilib ketgan simlardan ehtiyot bo'ling.

2. Bino bo'ylab uning tagida yugurmang, binoga kirmang, yuqoridan tushishi mumkin bo'lgan bo'laklar hayotingiz uchun xavfli.

3. Yer silkinayotgan vaqtda avtomobilda ketayotgan bo'lsangiz, yuqori qavatli binolar, elektr simi, tik yonbag'irlar, ko'priklar, benzin quyish shoxobchalari, daryo o'zanidan uzoqroq joylarga borib mashinani asta to'xtating.

Uydagi jihozlarni joylashtirish usullari:

— Xonalardagi shkaf, kitob javonlarni devorlarga mahkamlab qo'ying. Uy jihozlarni uxlaydigan o'rinlarga yiqilmaydigan holatda, eshik va chiqish yo'llarini to'sib qo'ymaydigan qilib joylashtirish kerak.

— Javonlar, shkaflar ustidagi og'ir buyumlar qattiq mahkamlab qo'yilishi yoki odam ustiga tushib ketishi mumkin bo'lgan buyumlar pastga yoki ishonchli joyga joylashtirilishi shart.

Dam olish o'rinlari derazadan, katta oynalardan, tushib ketishi mumkin bo'lgan buyumlardan uzoqroq bo'lishi shart.

— Javonlarni dam olish o'rinlaridan, xonaga kirish eshigidan, rakovina va unitazlardan uzoqroq joyga o'rnatish.

— Uyga kirish yo'li, yo'laklar va zinapoyalarni buyumlar bilan to'sib qo'ymang.

— Tez alanganuvchi va o'yuvchi suyuqliklar solingan idishlarni yer qimirlab, bino silkinganda tushib ketib, portlab yoki yonib ketmaydigan xavfsiz joyda saqlang.

Hovli joylarda yashaydiganlar uchun:

— Garaj yoki dalahovli yerto'lasidan yashirinish joyi sifatida foydalanish mumkin.

U yerda ofat tugagunga qadar berkinish, oziq-ovqat zaxirasini, kiyim-kechak va kerakli narsalarni saqlash mumkin. Shu bilan birga, qaltis qiyaliklar va ko'chki xavfi bo'lgan joylarda qurilgan uylar xavfli bo'lishi mumkinligi yodingizda bo'lsin.

— Uyingiz holatini tekshirib chiqing, uni mustahkamlash yo'llarini aniqlang.

— Qishloq joylarda yer silkinishi oqibatida yer ko'chkisi ro'y berishi, sel kelishi, tog' toshlari tushishi mumkin. Shuning uchun tepaliklar ustiga yoki suv bosmaydigan, yuqoriroq joyga chiqib olishga yoki tik tog' yonbag'irlaridan ostidan uzoqroq joylarga o'tishga harakat qiling.

— Molxonalar yonida turish mumkin emas, chunki hurkib ketgan hayvonlar tagida qolib ketish xavfi mavjud.

Yer qimirlaganidan so'ng

Yer qimirlashi to'xtagandan keyin binolar holatini, jabrlangan odamlarni kuzatishingiz mumkin. Bunday hollarda xotirjamlik bilan darhol shikastlangan, jarohatlanganlarga yordam ko'rsatishni boshlang.

Jarohat olganlar sovuq qotmasligi uchun ko'rpa bilan o'rang va shifoxonaga yuboring.

Kasallar, bolalar va qariyalar xavfsizligini ta'minlang, ruhiy dalda bering.

Yengil buyumlar ostida qolganlarga yordam bering. Qo'shimcha tibbiy yoki boshqa yordamga hojat bo'lsa, yordam kelguncha kuting.

Yong'in o'chog'ini sezsangiz, iloji boricha o'chirishga harakat qiling.

Elektr simlari uzilmaganini tekshirib ko'ring. Buzilgan joyini tuzatishga harakat qiling yoki elektr tarmog'ini o'chirib qo'ying.

Suv tarmog'ini tekshirib chiqing. Agar buzilgan bo'lsa, tuzatishga harakat qiling yoki tarmoqdan uzib qo'ying. Gaz tarmog'ini jo'mragidan berkitib qo'ying, agar gaz tarqalish xavfi mavjud bo'lsa, uni hididan aniqlang, gugurt yoki shamdan foydalanmang. Kanalizatsiya quvuridan foydalanishdan oldin, uning sozligini bino ichida, yerto'lada tekshirib ko'ring.

Xavfli yengil alanga oluvchi suyuqliklar to'kilgan bo'lsa (benzin, kimyoviy moddalar va boshqalar), tezda bartaraf qiling va bu haqda boshqalarga xabar bering.

Yerto'la eshiklarini ochishda ehtiyot bo'ling, chunki ustingizga suvoq parchalari, ustunlar yoki og'ir jismlar tushishi mumkin. Telefonni keraksiz axborotlar uchun band qilib turmang, chunki telefon yordamga chaqirish, muhim hodisalar, yaradorlar va jinoyatchilar haqida axborot berish uchun kerak bo'ladi. Yer qimirlashi takrorlanishi mumkinligi haqidagi o'z fikringizni birovlariga tarqatmang yoki mish-mishlarga ishonib, gap tarqatmang. Rasman e'lon qilingan axborotlardan foydalaning. Siz vayrona ostida qolgan bo'lsangiz, iloji boricha xotirjamlik bilan sharoitni to'g'ri baholang. O'zingizga birinchi tibbiy yordam ko'rsating, agar lozim bo'lsa, qon oqishini to'xtating va jarohatni bog'lang. Yoningizdagilarga yordam ko'rsating, tinchlanishiga yordam bering. Vayronalardan tashqaridagilar bilan tovush orqali yoki biror narsani taqillatish bilan aloqa o'rnatishga harakat qiling. Yodingizda bo'lsin, yerning qayta silkinishi – aftershoklar xavfi saqlanib qolishi mumkin. Aftershoklar, asosiy yer qimirlagandan so'ng bir necha daqiqa, soat, ba'zi vaqtlarda kunlardan keyin ham yuzaga kelishi mumkin. Kuchlaringizni tejang. Yodingizda bo'lsin, yordam albatta keladi.

REFERENCES

1. "Fuqarolar sog'lig'ini saqlash to'g'risida"gi qonun. O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari to'plami. –T.: 2007 y.
2. S. Gazinazarova, O. R. Yuldashev "AVARIYA-QUTQARUV ISHLARI" Toshkent 2014
3. Yormatov G'.Y. va boshqalar. Hayot faoliyati xavfsizligi. –T.: "Aloqachi", 2009.
4. Akobirov, S. R. (2021). hayot faoliyati xavfsizligini takomillashtirish usullari