Bombing or Explosion Emergencies

A bombing or an explosion can occur in any place. Bombs are used to cause fear and harm.

Plan ahead to help limit the effects of a bombing:

- Know your work, school and community disaster plans.
- Have a plan for getting out of the area and contacting family.
- Know of different places to receive medical care.

If you suspect someone is going to set off a bomb or a bomb is nearby:

- Leave the area right away.
  - Follow your work, school, community and family disaster plans for leaving the building and the area.
  - Help others who are hurt or need help leaving the area.
  - Stay away from damaged buildings to avoid falling debris.
- Call 911 after you have safely left the area if police, fire and emergency squads have not arrived.
- Go to a hospital or clinic away from the event, if you need medical care, but your injuries are not serious.
- Follow directions from state and local officials.

Seek medical care right away if you have:

- A head injury
- Broken bones
- Burns
- Bleeding that you cannot stop
- Eye injuries
- Trouble breathing
- Trouble walking or using an arm or leg
- Stomach, back or chest pain
- Vomiting or diarrhea

बम फटने अथवा विस्फोट की आपात स्थितियाँ

बम फटने अथवा विस्फोट की घटना कहीं भी हो सकती है। बमों का प्रयोग लोगों में दहशत फैलाने तथा नुकसान पहुँचाने के लिए किया जाता है।

बमबारी के प्रभावों को सीमित करने के हेतु अग्रिम योजना बनाएं:

- अपने कार्यस्थल, विद्यालय अथवा समुदाय की आपदा नियंत्रण योजनाओं के संबंध में जानकारी प्राप्त करें।
- उस क्षेत्र से निकलने तथा परिवार से संपर्क करने संबंध में, योजना बनाकर रखें।
- चिकित्सा सहायता प्राप्त करने हेतु विभिन्न उपलब्ध स्थानों की जानकारी रखें।

यदि आपको ऐसी आशंका है कि कोई कहीं बम रखने वाला है अथवा आसपास कहीं कोई बम है, तो:

- संबंधित भवन अथवा क्षेत्र को छोड़ते समय:
  - अपने कार्यस्थल, विद्यालय, समुदाय अथवा परिवार की आपदा नियंत्रण योजना का पालन करें।
  - अन्य लोग जो घायल हों अथवा जिन्हें वह स्थान छोड़ने के लिए सहायता की आवश्यकता हो, उनकी सहायता करें।
  - क्षतिग्रस्त भवनों से दूर रहें, जिससे आपके ऊपर मलबा न गिरे।
- उस स्थान से सुरक्षित रूप से निकल जाने के बाद 911 पर फोन करें, यदि पुलिस, अग्निशमन तथा आपातकालीन दस्ते वहाँ नहीं पहुँचे हैं।
- यदि आपको चिकित्सकीय सहायता की आवश्यकता है परंतु आपकी चोटें गंभीर नहीं है, तो घटनास्थल से दूर स्थित अस्पताल अथवा क्लीनिक में जाएँ।
- राज्य अथवा प्रशासनिक अधिकारियों के निर्देशों का पालन करें।

यदि आपके साथ ऐसा हुआ है तो तुरंत चिकित्सा सहायता प्राप्त करें:

- सिर में चोट
- हड्डी टूटना
- जलना
- रक्त का बहाव, जिसे आप रोक नहीं पा रहे हैं
- आँख में चोट
- साँस लेने में कठिनाई
- चलने में अथवा किसी एक हाथ या पाँव का प्रयोग करने में कठिनाई
- पेट, पीठ अथवा सीने में दर्द
- वमन अथवा अतिसार

Less Serious Injuries

After a disaster, hospital and doctor offices are very busy treating life threatening injuries. Serious injuries are treated first and then minor injuries are treated. If your injuries are not serious, go to a clinic or hospital farther away from the event. This may take more travel time but you will get faster care. Less serious injuries may include:

- A cough
- A rash or burning skin
- An injury to a joint such as the ankle, wrist or shoulder
- Hearing problems
- Injuries that:
  - Become more painful
  - Have redness
  - Have swelling
  - Do not improve after 48 hours

Limited Information

After a disaster, hospital staff often cannot answer the phones and track each person they are treating. They may not be able to provide information right away about loved ones. Having a communication plan and telephone numbers for your family will help you locate family members during a disaster. An out of town contact may be the best contact person during an emergency since a local contact may also be involved in the event or local phone services may not be working. The American Red Cross can also help you locate a missing loved one during a disaster.

1/2007. Content developed through a partnership of the Central Ohio Trauma System, the Columbus Medical Association Foundation, Columbus Public Health, Franklin County Board of Health, Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.com**.

कम गंभीर चोटें

किसी आपदा के बाद, अस्पताल तथा चिकित्सकों के कार्यालय, जीवन हेतु खतरा उत्पन्न करने वाली चोटों के इलाज में अत्यंत व्यस्त हो जाते हैं। पहले गंभीर चोटों का इलाज किया जाता है और उसके बाद मामूली चोटों को देखा जाता है। यदि आपकी चोटें गंभीर नहीं हैं तो घटना स्थल से अधिक दूर स्थित किसी अस्पताल अथवा क्लीनिक में इलाज हेतु जाएँ। इससे यात्रा में आपका कुछ समय लगेगा। परंतु आपकी शीघ्र देखभाल की जा सकेगी। कम गंभीर चोटों में निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं:

- खाँसी
- लालीयुक्त अथवा जलन भरी त्वचा
- किसी जोड़ जैसे–टखने, कलाई अथवा कंधे में चोट
- सुनने में समस्या
- ऐसी चोटें:
  - जिनमें अधिक दर्द होने लगा है
  - लाली आ गई है
  - सूजन आ गई है
  - जिनमें 48 घंटे बाद भी सुधार नहीं होता

सीमित सूचना

आपदा के बाद अस्पतालों द्वारा प्रत्येक फोन का उत्तर नहीं दिया जा सकता तथा उनके यहाँ चिकित्सा प्राप्त कर रहे प्रत्येक व्यक्ति का ध्यान नहीं रखा जा सकता। संभव है कि वे आपके प्रियजनों के संबंध में सूचना प्रदान न कर पाएँ। अपने परिवार के संबंध में संवाद–योजना तथा संबंधित टेलीफोन नंबर रखने से, आपको आपदा की स्थिति में उनको तुरंत खोज पाने में सहायता मिलेगी। आपदा की स्थिति में नगर से बाहर का संपर्क व्यक्ति सर्वाधिक प्रभावी हो सकता है, क्योंकि आपदा की स्थिति में स्थानीय संपर्क व्यक्ति भी आपदा से प्रभावित हो सकता है अथवा स्थानीय फोन सेवा भी इस कारण खराब हो सकती है। अमरीकी रेड क्रास भी आपदा के दौरान आपके गुमशुदा प्रियजन को खोजने में आपकी सहायता कर सकती है।

1/2007. Content developed through a partnership of the Central Ohio Trauma System, the Columbus Medical Association Foundation, Columbus Public Health, Franklin County Board of Health, Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.com**.