

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج الإماراتية



*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/ae>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر المتقدم اضغط هنا

<https://almanahj.com/ae/15>

* للحصول على جميع أوراق الصف الثاني عشر المتقدم في مادة علوم صحية ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/ae/15>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر المتقدم في مادة علوم صحية الخاصة بـ اضغط هنا

<https://almanahj.com/ae/15>

* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف الثاني عشر المتقدم اضغط هنا

<https://almanahj.com/ae/grade15>

للتحدث إلى بوت المناهج على تلغرام: اضغط هنا

https://t.me/almanahj_bot

9.1 - Mass casualty incidents (MCI) are any incident where the number of casualties is greater than the emergency medical resources available.

تعريف: حوادث الإصابات الجماعية (MCI) هي أي حادث يكون فيه عدد الضحايا أكبر

Whether an incident is classed as a MCI is based on:

- ~ how many medical professionals such as paramedics or first aiders are available.
- ~ the type and amount of medical equipment available.
- ~ the number of injured people.
- ~ how serious the people's injuries are

يعتمد تصنيف الحادث على أنه مؤشر MCI على:

- ~ كم عدد المهنيين الطبيين المتاحين مثل المسعفين أو الإسعافات الأولية.
- ~ نوع وكمية المعدات الطبية المتاحة.
- ~ عدد الجرحى.
- ~ ما مدى خطورة إصابات الناس

Example:

An accident that causes **20 people** to have minor injuries such as **small cuts** or **bruises** may not be classed as a mass casualty incident. But **5 people** with **life-threatening** injuries may be classed as one.

مثال على الكلام اللي فوق:

حادث يتسبب في إصابة 20 شخصًا بإصابات طفيفة مثل الجروح الصغيرة أو كدمات لا يمكن تصنيفها على أنها حادث إصابات جماعية. لكن مع 5 أشخاص يمكن تصنيف الإصابات التي تهدد الحياة على أنها واحدة.

Mass casualty incidents:

There are different kinds of incidents that can injure or hurt many people. These incidents can be natural or man-made disasters.

1. Natural disasters: - (Examples of natural disasters include)

- ~ Earthquakes
- ~ Landslides
- ~ Floods
- ~ Storms
- ~ Wildfires

2. Man-made disasters: - (Examples of man-made incidents include)

- ~ Traffic incidents
- ~ Other transport incidents
- ~ Conflict (wars)
- ~ Explosions
- ~ Industrial accidents

حوادث الإصابات الجماعية:

هناك أنواع مختلفة من الحوادث التي يمكن أن تجرح أو تؤذي الكثير من الناس. يمكن أن تكون هذه الحوادث كوارث طبيعية أو من صنع الإنسان.

1- الكوارث الطبيعية: - (تشمل أمثلة الكوارث الطبيعية)

- ~ الزلازل
- ~ الانهيارات الأرضية
- ~ الفيضانات
- ~ العواصف
- ~ حرائق الغابات

2. الكوارث التي من صنع الإنسان:- (تشمل الأمثلة على الحوادث التي من صنع الإنسان)

~ حوادث المرور

~ حوادث النقل الأخرى

~ الصراع (الحروب)

~ الانفجارات

~ الحوادث الصناعية

Whether a MCI is natural or man-made, there will be hazards or dangers present at the scene that could cause you, or other people harm.

سواء كانت MCI طبيعية أو من صنع الإنسان، فستكون هناك مخاطر موجودة في مشهد قد يتسبب في إصابتك أنت أو غيرك من الأشخاص.

- Dangers at the scene of an incident:

the first person to arrive at the scene, you should look around for threats to your own and other people's safety.

(Possible dangers could include)

~ traffic.

~ fire.

~ smoke.

~ dangerous fumes.

~ falling rocks.

~ unstable buildings.

~ fallen electric lines.

- الأخطار في مكان الحادث:

أول شخص يصل إلى مكان الحادث، يجب أن تبحث حولك بحثاً عن التهديدات التي تهدد سلامتك وسلامة الآخرين.

(يمكن أن تشمل الأخطار المحتملة)

~ حركة المرور.

~ حريق.

~ دخان.

~ أبخرة خطيرة.

~ سقوط الصخور.

~ المباني غير المستقرة.

~ الخطوط الكهربائية المتساقطة.

If any of these threats are present, you should not approach the area. Stay in a safe place.

and call 999/998. Leave dangerous situations to the emergency services.

الكلام هذا معناه انه اذا كان في حادث مثل هيك لا نقترب + نتصل على الطوارئ وهو بتصرفوا.

9.2 Mass casualty incident management

If you are the first person at the scene of an accident, there are some things that you can do to gain control of the situation and help those who are injured.

There are two priorities in a mass casualty situation:

1. Manage the situation.
2. Provide first aid.

9.2 إدارة حوادث الإصابات الجماعية

إذا كنت أول شخص في مكان الحادث، فهناك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها للسيطرة على الموقف ومساعدة المصابين.

هناك نوعان من الأولويات في حالة الخسائر الجماعية:

1. إدارة الوضع.
2. تقديم الإسعافات الأولية.

The scene of a mass casualty situation could have **many hazards** that are dangerous for everyone who is there. The priority is to manage these hazards before you start to help other people.

يمكن أن ينطوي مشهد حالة الخسائر الجماعية على العديد من المخاطر التي تشكل خطورة على كل من هو هناك. الأولوية هي إدارة هذه المخاطر قبل البدء في مساعدة الآخرين

Call the emergency services.

Call 999 as soon as possible. Tell the emergency services:

- 1.the location of the incident.
- 2.what has happened.
- 3.the number of people who are injured.

اتصل بخدمات الطوارئ

اتصل بالرقم 999 في أقرب وقت ممكن أخبر خدمات الطوارئ:

~ موقع الحادث.

~ ماذا حدث.

~ عدد المصابين.

ABCDEF mass casualty management

A way to remember what to do to manage and avoid hazards in a mass casualty .incident is to follow the ABCDEF steps

A: Assess This means to think about what equipment and resources will be needed to manage the incident.

example, you may need first aid equipment. You may also need a number of police officers or ambulances for the injured people.

B: Breathing Is there anything in the area such as smoke or fumes that will cause you If there is, then it is not safe. **You should move away and wait for help.**

C: Cars If the incident has happened on a road, one of the biggest dangers is from other cars which may be still moving around you. **If it is safe, try to signal for the cars to stop.**

D: Other dangers D is for other dangers that could be present. You should look for things such as **falling or unsafe buildings, damaged roads, fallen trees or road signs.**

E: Electricity One of the most dangerous things in a MCI are damaged electricity lines. These can kill people if they touch them. **Stay away from electricity lines and ask other people to move away too.**

F: Fires are very common in mass casualty incidents. If you have a fire extinguisher, and it is safe to do so, **you can try to put out small fires.** If the fire is too big for you to manage, **wait for the Civil Defense to arrive.**

ABCDEF إدارة الإصابات الجماعية

هناك طريقة لتذكر ما يجب القيام به لإدارة وتجنب المخاطر في حادثة الخسائر الجماعية وهي اتباع خطوات ABCDEF

A . تقييم هذا يعني التفكير فيما هي المعدات والموارد التي ستكون مطلوبة لإدارة الحادث.

على سبيل المثال، قد تحتاج إلى معدات الإسعافات الأولية. من الممكن لك ايضا تحتاج إلى عدد من ضباط الشرطة أو سيارات الإسعاف.

B: التنفس: هل يوجد في المنطقة أي شيء مثل الدخان أو الأبخرة التي تسبب لك إذا كان هناك شيء فهو غير آمن. يجب أن تبعد وتنتظر المساعدة.

C: السيارات إذا وقع الحادث على طريق ، فإن أحد أكبر المخاطر هو من السيارات الأخرى التي قد لا تزال تتحرك من حولك. إذا كان الوضع آمناً، فحاول الإشارة إلى توقف السيارات.

D: الأخطار الأخرى D هي للأخطار الأخرى التي يمكن أن تكون موجودة. يجب أن تبحث عن أشياء مثل المباني المتساقطة، أو غير الآمنة، أو الطرق المتضررة أو الأشجار المتساقطة أو لافتات الطرق.

E: الكهرباء من أخطر الأمور في MCI تلف خطوط الكهرباء. هذه يمكن أن تقتل الناس إذا لمسوها. ابتعد عن خطوط الكهرباء واطلب من الآخرين الابتعاد أيضاً.

F: الحرائق شائعة جداً في حوادث الإصابات الجماعية. إذا كان لديك مطفأة حريق، وكان القيام بذلك آمناً، يمكنك محاولة إخماد الحرائق الصغيرة. إذا كان الحريق أكبر من أن تتمكن من إدارته، فانتظر وصول الدفاع المدني.

Providing first aid:

The next priority after managing the scene of a mass casualty incident is to provide first aid for the injured people.

تقديم الإسعافات الأولية:

الأولوية التالية بعد إدارة موقع حادث وقوع خسائر جماعية هي تقديم الإسعافات الأولية للمصابين.

Types of injuries

For example, are there people bleeding heavily.

or unconscious people.

The first thing you should do is sort the injured people into those who are most seriously injured.

أنواع الإصابات

على سبيل المثال، هل هناك أشخاص ينزفون بشدة. أو الأشخاص فاقدو الوعي.
أول شيء يجب عليك فعله هو فرز المصابين إلى أولئك الذين أصيبوا بجروح خطيرة.

First aid

First aid that may be needed in a MCI includes:

- providing first aid for burns.
- providing emergency care for electrical injuries.
- giving cardiopulmonary resuscitation (CPR).

- stopping severe bleeding.
- providing first aid for broken bones.

الإسعافات الأولية

الإسعافات الأولية التي قد تكون مطلوبة في MCI تشمل:

- تقديم الإسعافات الأولية للحروق.
- تقديم الرعاية الطارئة للإصابات الكهربائية.
- إجراء الإنعاش القلبي الرئوي (CPR).
- وقف النزيف الحاد.
- تقديم الإسعافات الأولية للعظام المكسورة.

9.3 Triage

the process of deciding which patients should be treated first based on how sick or injured they are.

9.3 الفرز

عملية تحديد المرضى الذين يجب علاجهم أولاً بناءً على الكيفية هم مرضى أو مصابين.

For example, people with life-threatening injuries should be treated first and people with minor injuries last.

على سبيل المثال، يجب معالجة الأشخاص الذين يعانون من إصابات تهدد الحياة أولاً والأشخاص الذين يعانون من إصابات طفيفة في الماضي.

If you arrive at the scene of an accident, you should:

- ~ decide how seriously injured the people are.
- ~ treat the most seriously injured people first.

إذا وصلت إلى مكان الحادث، يجب عليك:

- ~ تقرير مدى خطورة إصابة الناس.
- ~ معالجة الأشخاص الأكثر إصابة بجروح خطيرة أولاً.

SALT is a four-step method that is designed to help people who are first to arrive at the scene of an accident to manage the casualties. The SALT triage method aims to move the casualties away from the scene of the accident to safer areas where they can receive treatment.

SALT هي طريقة من أربع خطوات مصممة لمساعدة الأشخاص الذين وصلوا أولاً إلى مكان الحادث لإدارة الخسائر. تهدف طريقة فرز المصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية (SALT) إلى نقل المصابين بعيداً عن مكان الحادث إلى مناطق أكثر أماناً حيث يمكنهم تلقي العلاج.

SALT stands for:

Step 1: Sort

Step 2: Assess.

Step 3: Lifesaving interventions

Step 4: Treatment and transport

SALT تعني:

الخطوة 1: فرز

الخطوة الثانية: التقييم

الخطوة 3: التدخلات المنقذة للحياة

الخطوة 4: العلاج والنقل

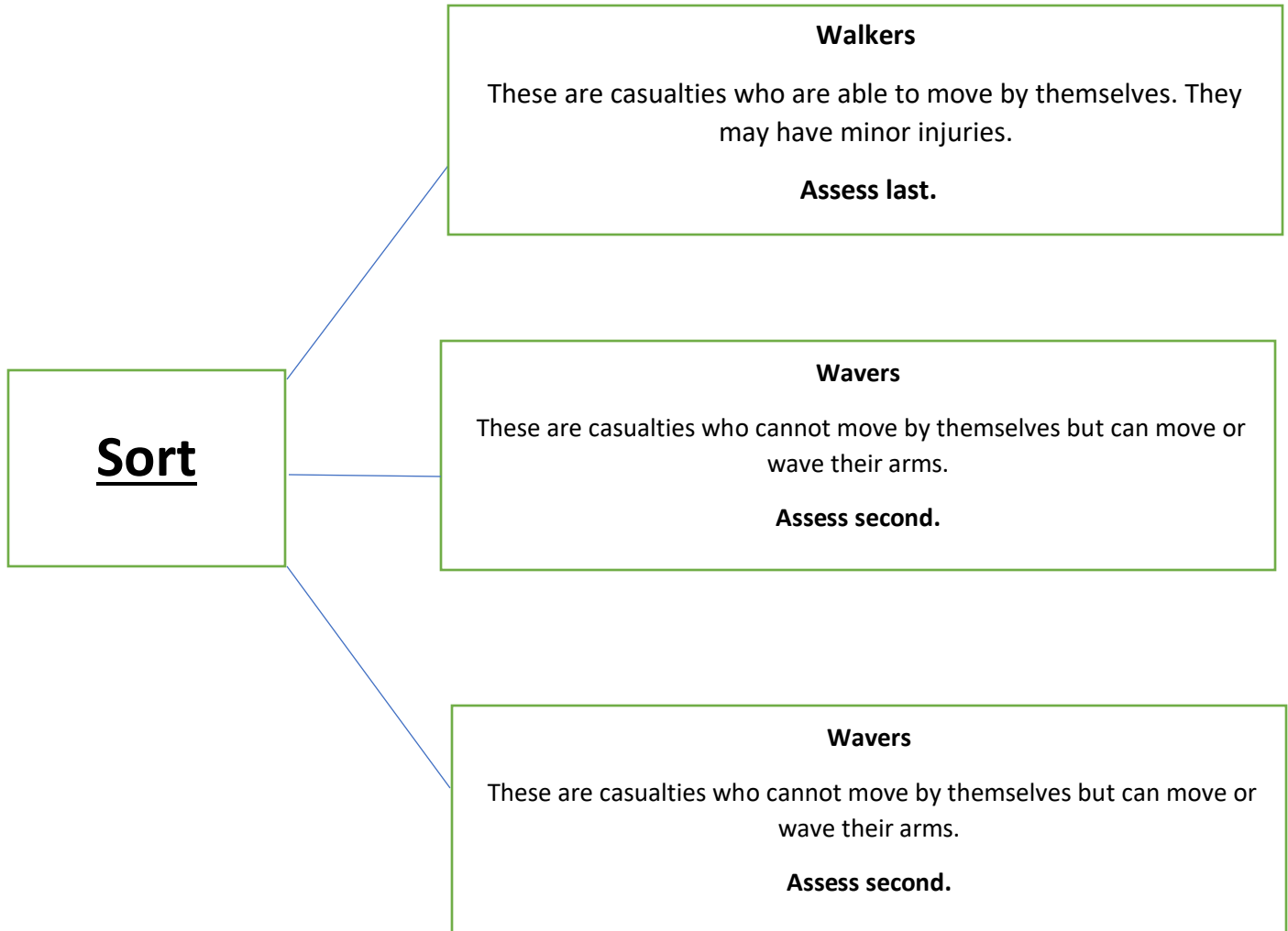
Step 1: Sort

Step 1 of SALT is to sort the casualties into those who are most in need of treatment. The casualties should be sorted into three groups, the **walkers**, the **weavers** and the **still**.

الخطوة 1: فرز

الخطوة 1 من SALT هي تصنيف الضحايا إلى من هم في أمس الحاجة إلى العلاج. ينبغي تصنيف الضحايا إلى ثلاث مجموعات.

رح اشرحها بشكل بالورقة اللي بعدها طيبيبيبب؟



مافي داعي احطلكم الترجمة عالشكل

Step 2: Assessment and Step 3: Lifesaving interventions

Step 2 of SALT Is to assess the casualties, and Step 3 is to make lifesaving interventions. These two steps are done together because when a casualty is being assessed, they may need a lifesaving intervention.

الخطوة 2: التقييم والخطوة 3: التدخلات المنقذة للحياة

الخطوة 2 من SALT هي تقييم الضحايا، والخطوة 3 هي القيام بالتدخلات المنقذة للحياة. يتم عمل هاتين الخطوتين معًا لأنه عندما يتم تقييم إصابة، فقد يحتاجون إلى تدخل منقذ للحياة.

Follow these steps of casualty assessment and interventions:

- ~ Quickly check each injured person. Check their airway and breathing.
- ~ If they have injuries that could cause them to die, give immediate first aid. This could be giving CPR or stopping severe bleeding.
- ~ After you have given first aid, move onto the next person.
- ~ Try to spend less than a minute with each casualty so that you have time to check all the injured people.

اتبع الخطوات التالية لتقييم الضحايا والتدخلات:

- ~ تحقق بسرعة من كل شخص مصاب. افحص مجرى الهواء والتنفس.
- ~ إذا تعرضوا لإصابات قد تؤدي إلى وفاتهم، قدم لهم الإسعافات الأولية على الفور. هذا يمكن أن يعطي الإنعاش القلبي الرئوي أو يوقف النزيف الحاد.
- ~ بعد تقديم الإسعافات الأولية، انتقل إلى الشخص التالي.
- ~ حاول أن تقضي أقل من دقيقة مع كل ضحية حتى يكون لديك وقت للتحقق كل الجرحى.

Step 3 : Categorizing casualties based on their injuries:

تصنيف الضحايا حسب إصاباتهم

categorize

to put someone or something into a group of similar people or things.

صنف

لوضع شخص أو شيء ما في مجموعة من الأشخاص أو الأشياء المتشابهة.

When assessing casualties, they should be given a category based on their injuries. The categories are red, yellow, green or black.

عند تقييم الضحايا، يجب أن يتم تصنيفهم على أساس إصاباتهم. الفئات هي الأحمر أو الأصفر أو الأخضر أو الأسود.

Below is how to categorize casualties with different injuries:

فيما يلي كيفية تصنيف الإصابات المختلفة:

1. RED: Immediate

The most serious casualties who have severe life-threatening injuries should be classed as 'red'. These people will die if they are not treated first.

Life-threatening conditions include:

~ cardiac arrest.

~ major burns.

~ major trauma injuries.

~ uncontrollable bleeding.

YELLOW: Delayed

1. أحمر : فوري

يجب تصنيف أخطر الضحايا الذين يعانون من إصابات خطيرة تهدد الحياة على أنهم "أحمر". هؤلاء الناس سيموتون إذا لم يعالجوا أولاً.

تشمل الحالات التي تهدد الحياة ما يلي:

~ سكتة قلبية.

~ حروق كبيرة.

~ إصابات الرضوض الكبرى.

~ نزيف لا يمكن السيطرة عليه.

Yellow is for people who have serious, but not life-threatening injuries.
These people cannot usually move by themselves.

الأصفر: متأخر

اللون الأصفر مخصص للأشخاص الذين يعانون من إصابات خطيرة، ولكنها لا تهدد الحياة. هؤلاء الناس لا يستطيعون عادة التحرك بأنفسهم.

Examples of these casualties include those with:

- ~ broken bones.
- ~ minor amputations such as missing fingers/toes.
- ~ flesh wounds.
- ~ possible head injury (confusion/do not know where they are).

من أمثلة هؤلاء الضحايا:

- ~ عظام مكسورة.
- ~ البتر الطفيف مثل فقدان الأصابع / أصابع القدم.
- ~ جروح اللحم.
- ~ إصابة محتملة في الرأس (ارتباك / عدم معرفة مكانهم).

GREEN: Minor

Green is for people who have minor injuries. They can move by themselves and do not show any signs of head injuries or confusion

الأخضر: طفيفة

اللون الأخضر للأشخاص الذين يعانون من إصابات طفيفة. يمكنهم التحرك من تلقاء أنفسهم ولا تظهر عليهم أي علامات لإصابات في الرأس أو ارتباك.

Examples of minor injuries include:

- ~ minor cuts.

- ~ minor fractures, for example, broken fingers.
- ~ minor burns.
- ~ sprains.

تشمل أمثلة الإصابات الطفيفة ما يلي:

- ~ جروح طفيفة. (بسيطة)
- ~ الكسور الطفيفة، مثل كسور الأصابع.
- ~ حروق طفيفة.
- ~ الالتواء

BLACK: Dead or expected to die

This category is for people who have already died or will die soon. They will have injuries that are too serious to survive, even with medical attention.

These people will not receive any treatment.

الأسود: ميت أو من المتوقع أن يموت

هذه الفئة مخصصة للأشخاص الذين ماتوا بالفعل أو سيموتون قريباً. سيكون لديهم إصابات خطيرة للغاية بحيث لا يمكنها البقاء على قيد الحياة، حتى مع العناية الطبية. هؤلاء الناس لن يتلقوا أي علاج.

Step 4: Treatment and transport

الخطوة 4: العلاج والنقل

Once the casualties have been assessed during step 3 and put into one of the four categories, the next step of SALT is to treat them and transport them to hospital.

بمجرد تقييم الضحايا خلال الخطوة 3 ووضعهم في واحدة من الفئات الأربع، فإن الخطوة التالية من SALT هي معالجتهم ونقلهم إلى المستشفى.

في محط بالكتاب صفحة 27 مثل تلخيص لكم شغله بالدرس ..الصفحة موجودة ب اخر ورقة من الدرس 3

9.4 Actions to take during a disaster

9.4 الإجراءات التي يجب اتخاذها أثناء الكارثة

Disaster

an unexpected event that hurts or kills people and causes a lot of damage.

Earthquakes

الزلازل

An **earthquake** is a sudden violent shaking of the ground, because of movements within the earth's crust.

الزلازل هو اهتزاز عنيف مفاجئ للأرض، بسبب الحركات داخل القشرة الأرضية.

Earthquakes can cause:

~buildings and other structures such as bridges to shake and fall

~roads to split or crack

~landslides and rockfalls in mountain areas

~ massive waves called tsunamis if an earthquake happens under the sea.

يمكن أن تسبب الزلازل:

~ اهتزاز المباني والهياكل الأخرى مثل الجسور وسقوطها.

~ الطرق للانقسام أو الشقوق.

~ الانهيارات الأرضية والانهيارات الصخرية في المناطق الجبلية.

~ موجات هائلة تسمى تسونامي إذا حدث زلزال تحت سطح البحر.

Actions to take during an earthquake.

During an earthquake, you can follow these steps to remain safe.

الإجراءات التي يجب اتخاذها أثناء وقوع الزلزال
أثناء وقوع الزلزال، يمكنك اتباع هذه الخطوات لتظل آمنًا.

1. Stay calm

Staying calm will help you to think clearly and make quick decisions.

1. ابق هادئاً

سيساعدك التزام الهدوء على التفكير بوضوح واتخاذ قرارات سريعة.

2. Stay where you

It is much safer to stay inside and get under a table.

2. ابق في مكانك

يعد البقاء بالداخل والجلوس تحت الطاولة أكثر أمانًا.

3. Use the 'Drop, Cover and Hold' technique.

3. استخدم تقنية "إسقاط وتغطية وتمسك"

1. Drop

Drop down to the floor before you are knocked down. If the earthquake is strong, it might cause you to fall over. **It is better to get down straight away rather than risk being injured if you fall down.**

1. إسقاط

انزل على الأرض قبل أن تسقط. إذا كان الزلزال قويًا، فقد يتسبب في سقوطك. **من الأفضل النزول على الفور بدلاً من المخاطرة بالتعرض للإصابة إذا سقطت.**

2.Cover

You must try to protect your body from falling objects. Look around for anything that is strong enough to protect you such as a strong desk or table.

2. تغطية

يجب أن تحاول حماية جسمك من الأجسام المتساقطة. انظر حولك بحثاً عن أي شيء قوي بما يكفي لحمايتك مثل مكتب أو طاولة قوية.

3.Hold

Once you are in a safer area, hold on. The shaking could go on for a long time. It could also move you from under the desk or table, putting you in danger again.

3. امسك

بمجرد أن تكون في منطقة أكثر أماناً، انتظر. يمكن أن يستمر الاهتزاز لفترة طويلة. يمكن أن ينقلك أيضاً من تحت المكتب أو الطاولة، مما يعرضك للخطر مرة أخرى.

Floods

الفيضانات

Flash floods can be very dangerous because they can happen so quickly that people are caught off-guard. They can be life-threatening.

يمكن أن تكون الفيضانات المفاجئة خطيرة للغاية لأنها يمكن أن تحدث بسرعة كبيرة بحيث يفاجأ الناس. يمكن أن تكون مهددة للحياة.

Driving during a flood

weather like this is the cause of many accidents and even deaths on UAE roads.

القيادة أثناء الفيضان

مثل هذا الطقس هو سبب العديد من الحوادث وحتى الوفيات على الطرق في الإمارات العربية المتحدة.

Follow these tips if you are travelling in a car during a storm or flood:

1. If possible, do not drive into an area where heavy rain or flooding is predicted.
2. If you can't see the road in front of you because of heavy rain, pull over to the side of the road and stop somewhere safe.
3. Do not drive through water that is more than 10cm deep .

اتبع هذه النصائح إذا كنت مسافرًا في سيارة أثناء عاصفة أو فيضان:

1. إذا أمكن، لا تقود إلى منطقة يتوقع فيها هطول أمطار غزيرة أو فيضانات.
2. إذا لم تتمكن من رؤية الطريق أمامك بسبب هطول الأمطار الغزيرة، توقف على جانب الطريق وتوقف في مكان آمن.
3. لا تقود في المياه التي يزيد عمقها عن 10 سم.

Wadi flood safety The United Arab Emirates government has published advice for people to take if they are near a wadi and heavy rain is expected:

السلامة من الفيضانات في الوادي نشرت حكومة الإمارات العربية المتحدة نصائح للناس ليأخذوها إذا كانوا بالقرب من أحد الأودية ومن المتوقع هطول أمطار غزيرة.:

- Watch for weather changes
- Stay away from the area of wadis if it is raining.
- Do not walk by, or try to cross, fast-flowing or high water.
- Do not park your car in valleys or near wadis if it is raining.
- Call 999 if there is an emergency.

~ راقب تغيرات الطقس.

~ الابتعاد عن منطقة الوديان إذا هطل المطر.

~ لا تمشي بالقرب من المياه سريعة التدفق أو عالية التدفق أو تحاول عبورها.

~ لا تركن سيارتك في الوديان أو بالقرب من الوديان إذا كانت السماء تمطر.

~ اتصل بالرقم 999 إذا كانت هناك حالة طوارئ.

Sandstorms

عواصف رملية

A sandstorm happens when very strong winds blow sand around in desert countries. The sand and dust can be harmful to health.

تحدث عاصفة رملية عندما تهب رياح شديدة الرمل في البلدان الصحراوية. الرمل والغبار يمكن أن يضر بالصحة.

However, the most dangerous effect of sandstorms **is that they cause reduced visibility on roads which can lead to accidents.**

ومع ذلك، فإن أخطر تأثير للعواصف الرملية هو أنها تتسبب في انخفاض الرؤية على الطرق مما قد يؤدي

إلى وقوع حوادث.

Actions to take during a sandstorm:

الإجراءات التي يجب اتخاذها أثناء العاصفة الرملية:

- **stay indoors**. Close your windows and turn off the air conditioning. Stay away from windows and doors.
- **If you are outside**, cover your nose and mouth to protect you from the sand and dust.
- **If you are driving**, turn on your lights, close the windows and turn off the air conditioning.
- **Drive slowly**. If the visibility is so low that you can no longer see, stop your car somewhere safe.

- **ابق بالداخل**. أألق نوافذك وأوقف تشغيل مكيف الهواء. ابتعد عن النوافذ والأبواب.

- **إذا كنت بالخارج**، قم بتغطية أنفك وفمك لحمايةك من الرمال والغبار.

- **إذا كنت تقود السيارة**، أشعل الأضواء وأألق النوافذ وأوقف تشغيل التكييف.

- **قد ببطء**. إذا كانت الرؤية منخفضة جدًا بحيث لا يمكنك رؤيتها بعد الآن ، أوقف سيارتك في مكان آمن.

9.5 Actions to take after a disaster

9.5 الإجراءات التي يجب اتخاذها بعد وقوع كارثة

If you are inside a building

If you are inside a building which has collapsed during a disaster such as an earthquake or an explosion, you should make your way outside as soon it is safe.

إذا كنت داخل مبنى

إذا كنت داخل مبنى انهار أثناء كارثة مثل الزلزال أو الانفجار، فيجب أن تشق طريقك إلى الخارج بمجرد أن يصبح آمنًا.

Examples of falling hazards inside buildings include:

- _ building walls
- _ air conditioning units
- _ furniture
- _ light fittings
- _ boards TVs and smart
- _ glass windows

تتضمن أمثلة مخاطر السقوط داخل المباني ما يلي:

- _ جدران المبنى
- _ وحدات التكييف
- _ أثاث المنزل

__ تجهيزات الإضاءة

__ تلفزيونات ذكية

__ زجاج النوافذ

If you are outside

Outside, many things could fall and cause injury.

إذا كنت بالخارج

في الخارج، يمكن أن تسقط أشياء كثيرة وتسبب الإصابة.

Examples of outdoor falling hazards include:

__ streetlights

__ power lines

__ bridges

__ road signs

__ trees

__ falling rocks/landslides

تتضمن أمثلة مخاطر السقوط في الهواء الطلق ما يلي: (ما عرفت شو الترجمة

الصح)

__ أضواء الشوارع

__ خطوط الكهرباء

__ الجسور

__ إشارات الطريق

__ الأشجار

__ سقوط الصخور / الانهيارات الأرضية

Go to a safe area

Once the disaster is over, move carefully to a safe, clear area. Make sure it is away from dangers such as fires, collapsed buildings or falling hazards.

أذهب إلى منطقة آمنة

بمجرد انتهاء الكارثة، انتقل بحذر إلى منطقة آمنة وواضحة. تأكد من أنه بعيد عن الأخطار مثل الحرائق أو المباني المنهارة أو مخاطر السقوط.

Aftershocks

Aftershocks are smaller earthquakes that normally happen after an earthquake. They might make already unstable buildings collapse.

الهزات الارتدادية

الهزات الارتدادية هي زلازل صغيرة تحدث عادة بعد الزلزال. قد تجعل المباني غير المستقرة تنهار بالفعل.

1. Get help

Call 999.

2. Help other people

If injured people are around you, use triage to decide who to treat first. If you are qualified, you could give first aid

3. Moving casualties

wait for the emergency services to arrive. You should only move a casualty if their life is in danger or if they need life-saving treatment.

1- احصل على المساعدة

اتصل بالرقم 999.

2. مساعدة الآخرين

إذا كان الأشخاص المصابون من حولك، فاستخدم الفرز لتحديد من يجب معالجته أولاً. إذا كنت مؤهلاً، يمكنك تقديم الإسعافات الأولية

3. نقل الضحايا

انتظر وصول خدمات الطوارئ. يجب ألا تنقل المصاب إلا إذا كانت حياته في خطر أو إذا كان بحاجة إلى علاج منقذ للحياة.