

अत्याधिक मौसम

जलवायु परिवर्तनले अत्याधिक मौसमी घटनाहरूलाई अझ खराब र बारम्बार बनाउन सक्छ, जसले चोटपटक, बिरामी र सम्पत्तिको क्षति निम्त्याउन सक्छ। अत्याधिक मौसमले बिजुली, ढल निकास, पानीको आपूर्ति र सडकमार्गजस्ता महत्वपूर्ण पूर्वाधारहरूमा क्षति निम्त्याउन सक्छ। जेनेरेटर, कम्बसन हिटर र खाना पकाउने उपकरणको अनुचित प्रयोगका कारण विद्युत् आपूर्तिमा बाधा उत्पन्न हुने अत्याधिक मौसमी घटनापछि कार्बन मोनोअक्साइड विषाक्तताका घटनाहरू सामान्य हुन्छन्।

अत्याधिक मौसमले भौतिक खतरा र फोहोरहरू पनि निम्त्याउन सक्छ। उच्च हावाले रुख र टेलिफोनका पोलहरू खस्ने, टुक्रा-टुक्रा उड्ने र आँधीबेहरीको समयमा पावरलाइनहरू ढाल्न, चोटपटक वा विद्युतीय करेन्ट लाग्न सक्छ। बाढीको पानी र बाढीले भरिएको सडकको फोहोरले पनि चोटपटक र मोटर सवारी दुर्घटना निम्त्याउन सक्छ।

को उच्च जोखिममा छ?

केही मानिसहरू आफू बसेको ठाउँ, आधिकारिक सरकारसम्बन्धी जानकारीमा उनीहरूको पहुँच, तयारी र प्रतिक्रिया दिने स्रोतहरूको उपलब्धता र उनीहरूसँग पहिले नै स्वास्थ्य समस्याहरू भएका कारणले गर्दा बढी जोखिममा हुन सक्छन्। यसमा निम्न मानिसहरू समावेश छन्:

- 5 वर्षभन्दा मुनिका बालबालिका र 65 वर्षभन्दा माथिका मानिसहरू
- एकलै बस्ने मानिस
- गर्भवती महिला
- सीमित गतिशीलता भएका मानिसहरू
- चिकित्सा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने मानिहरू विद्युत शक्ति वा औषधिहरू आवश्यक पर्छ जसलाई फ्रिज आवश्यक पर्छ
- उपयोगी कार्यकर्ताहरू
- उद्धार कार्यकर्ताहरू
- केही अङ्ग्रेजी बेल्ले वा आपत्कालीन सन्देशहरू प्राप्त गर्न नसक्ने अङ्ग्रेजी नबोल्ने मानिस मातृ भाषा
- दीर्घकालीन चिकित्सा अवस्थाहरू भएका मानिसहरूलाई बारम्बार हेरचाह चाहिन्छ
- कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका मानिसहरू

हामीले यस बारेमा के गर्न सक्छौं?

- [आँधीबेहरीका लागि योजना बनाउने](#)
- [आपत्कालीन किट सिर्जना गर्ने](#)
- [तपाईंको बाढी र सर्ज क्षेत्रहरूका बारेमा जाने](#)
- निकासी योजना बनाउनुहोस् र मद्दतका लागि कसलाई सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ भनेर जान्नुहोस्

अत्याधिक मौसम

- आफ्नो घरमा कार्बन मोनोअक्साइड र धुवाँ डिटेक्टरहरू स्थापना गर्नुहोस् र तिनीहरूलाई नियमित रूपमा परीक्षण गर्नुहोस्
- तपाईं जेनेरेटर प्रयोग गर्नुहुन्छ भने अगाडि योजना बनाउनुहोस् - यसलाई घरबाट कम्तीमा 20 फिट बाहिर राख्नुहोस्
- ग्यास भट्टी र ड्रायर भेन्टहरू र तपाईंको कारको टेलपाइपबाट हिउँ र/वा टुक्रा-टुक्रा फोहोर पनि खाली गर्नुहोस्
- तपाईं वा तपाईंको परिवारमा कार्बन मोनोअक्साइड विषाक्तताका यी लक्षणहरू छन् भने घर छोड्नुहोस् र 911 मा सम्पर्क गर्नुहोस्:
 - चक्कर लाग्ने वा निन्द्रा लाग्ने, वाकवाकी लाग्ने वा सास फेर्न गाह्रो हुने
- विद्युत कटौतीको योजना:
 - तपाईंलाई चिकित्सा उपकरण वा औषधिहरूका लागि बिजुली चाहिन्छ
 - साथी वा छिमेकीद्वारा स्वास्थ्य जाँचको व्यवस्था गर्नुहोस्