

คู่มือ รับสถานการณ์ “น้ำท่วม”

เหตุการณ์ อุทกภัยที่เกิดขึ้นในรอบหลายปีที่ผ่านมาได้สร้างความเสียหายแก่ชีวิตและทรัพย์สินของประชาชนและหน่วยงานในพื้นที่น้ำท่วม โดยทางรัฐและหน่วยงานที่มีหน้าที่ความรับผิดชอบต้องกรทำการป้องกันและฟื้นฟู ระบบสาธารณูปโภคที่สำคัญก่อน อาจไม่สามารถให้ความช่วยเหลือแก่ประชาชนได้อย่างทันที ดังนั้นประชาชนจึงควรมีความพร้อมในการเตรียมรับสถานการณ์น้ำท่วมเพื่อป้องกัน และบรรเทาภัยที่จะเกิดขึ้นได้

การเตรียมการก่อนน้ำท่วม

การป้องกันตัวเองและความเสียหายจากน้ำท่วม ควรมีการเตรียมการไว้ล่วงหน้า เพราะหากรอให้มีการเตือนภัยเวลามากไม่เพียงพอ รู้จักกับภัยน้ำท่วมของคุณ สอบถามหน่วยงานที่มีการจัดการด้านน้ำท่วม ด้วยคำถามดังต่อไปนี้

- ภายในละแวกใกล้เคียงในรอบหลายปี เคยเกิดน้ำท่วมสูงที่สุดเท่าไร
- เราสามารถคาดคะเนความเร็วน้ำหรือโคลนได้หรือไม่
- เราจะได้การเตือนภัยล่วงหน้าก่อนที่น้ำจะมาถึงเป็นเวลาเท่าไร
- เราจะได้รับการเตือนภัยอย่างไร
- ถนนเส้นใดบ้าง ในละแวกนี้ที่จะถูกน้ำท่วมหรือจะมีสิ่งกีดขวาง

การรับมือสำหรับน้ำท่วมครั้งต่อไป

1. คาดคะเนความเสียหายที่จะเกิดขึ้นกับทรัพย์สินของคุณเมื่อเกิดน้ำท่วม
2. ทำความคุ้นเคยกับระบบการเตือนภัยของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและขั้นตอนการอพยพ
3. เรียนรู้เส้นทางเดินทางที่ปลอดภัยที่สุด จากบ้านไปยังที่สูงหรือพื้นที่ปลอดภัย
4. เตรียมเครื่องมือรับวิทยุแบบพกพา อุปกรณ์ทำอาหารฉุกเฉินแหล่งอาหารและไฟฉาย รวมทั้งแบตเตอรี่สำรอง
5. ผู้คนที่อาศัยในพื้นที่เสี่ยงต่อน้ำท่วม ควรจะเตรียมวัสดุ เช่น กระสอบทราย แผ่นพลาสติก ไม้แผ่น ตะปู กาว ซิลิโคน เพื่อใช้ป้องกันบ้านเรือน และควรทราบแหล่งวัสดุที่จะนำมาใช้
6. นำรถยนต์และพาหนะไปเก็บไว้ในพื้นที่ซึ่งน้ำไม่ท่วมถึง
7. ปรึกษาและทำข้อตกลงกับบริษัทประกันภัย เกี่ยวกับการประกันความเสียหาย
8. บันทึกหมายเลขโทรศัพท์สำหรับเหตุการณ์ฉุกเฉินและเก็บไว้ตามที่ง่าย
9. รวบรวมของใช้จำเป็นและเสบียงอาหารที่ต้องการใช้ ภายหลังจากน้ำท่วมไว้ในที่ปลอดภัยและสูงกว่าระดับที่คาดว่าน้ำจะท่วมถึง
10. ทำบันทึกรายการทรัพย์สินมีค่าทั้งหมด ถ่ายรูปหรือวิดีโอเก็บไว้เป็นหลักฐาน
11. เก็บ บันทึกรายการทรัพย์สิน เอกสารสำคัญและของมีค่าอื่นๆ ในสถานที่ปลอดภัยห่างจากบ้านหรือห่างไกลจากที่น้ำท่วมถึง เช่น ตู้เซฟที่ธนาคาร หรือไปรษณีย์
12. ทำแผนการรับมือน้ำท่วม และถ่ายเอกสารเก็บไว้เป็นหลักฐานที่สังเกตได้ง่าย และติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันน้ำท่วมที่เหมาะสมกับบ้านของคุณ

ถ้าคุณ .. คือ พ่อแม่

- ทำการซักซ้อมและให้ข้อมูลแก่บุตรหลานของคุณ ขณะเกิดน้ำท่วม เช่น ไม่สัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้า ปลั๊กไฟ หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำ และอยู่ใกล้เส้นทางน้ำ
- ต้องการทราบหมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉินของหน่วยงานท้องถิ่น
- ต้องการทราบแผนฉุกเฉินสำหรับ โรงเรียนที่บุตรหลานเรียนอยู่
- เตรียมแผนการอพยพสำหรับครอบครัวของคุณ
- จัดเตรียมกระสอบทราย เพื่อกันน้ำไม่ให้เข้าสู่บ้านเรือน
- ต้องมั่นใจว่าเด็กๆ ได้รับทราบแผนการรับสถานการณ์น้ำท่วมของครอบครัวและของโรงเรียน

การทำแผนรับมือน้ำท่วม

การจัดทำแผนรับมือน้ำท่วม จะช่วยให้คุณนึกถึงสิ่งต่างๆ ที่จะต้องทำหลังได้รับการเตือนภัยเดินสำรวจทั่วทั้งบ้าน ด้วยคำแนะนำที่กล่าว มา พร้อมทั้งจัดบันทึกด้วยว่าจะจัดการคำแนะนำอย่างไร ในช่วงเวลาที่ทุกๆ คนเร่งรีบและตื่นเต้น เนื่องจากภัยคุกคาม สิ่งที่สำคัญที่จะลืมไม่ได้ก็คือ หมายเลขโทรศัพท์ต่างๆ ที่สำคัญไว้ในแผนด้วย

ถ้าคุณมีเวลาเล็กน้อยหลังการเตือนภัย : สิ่งที่ต้องทำและมีในแผน

- สัญญาเตือนภัยฉุกเฉิน และสถานีวิทยุ หรือสถานีโทรทัศน์ที่รายงานสถานการณ์
- รายชื่อสถานที่ 2 แห่งที่สมาชิกในครอบครัวสามารถพบกันได้หลังจากพลัดหลงโดยสถานที่แรกให้อยู่ ใกล้บริเวณบ้าน และอีกสถานที่อยู่นอกพื้นที่ที่น้ำท่วมถึง

ระดับการเตือนภัยน้ำท่วม

ลักษณะการเตือนภัยมี 4 ประเภท คือ

1. การเฝ้าระวังน้ำท่วม : มีความเป็นไปได้ที่จะเกิดน้ำท่วมและอยู่ในระหว่างสังเกตการณ์
2. การเตือนภัยน้ำท่วม : เตือนภัยจะเกิดน้ำท่วม
3. การเตือนภัยน้ำท่วมรุนแรง : เกิดน้ำท่วมอย่างรุนแรง
4. ภาวะปกติ : เหตุการณ์กลับสู่ภาวะปกติหรือเป็นพื้นที่ที่ไม่ได้รับผลกระทบจากภาวะน้ำท่วม

สิ่งที่ควรทำ : หลังจากได้รับการเตือนภัยจากหน่วยงานด้านเตือนภัยน้ำท่วม

1. ติดตามการประกาศเตือนภัยจากสถานีวิทยุท้องถิ่น โทรทัศน์หรือรถแจ้งข่าว
2. ถ้ามีการเตือนภัยน้ำท่วมฉับพลันและคุณอยู่ในพื้นที่ที่เขาให้ปฏิบัติดังนี้
 - ปีนขึ้นที่สูงให้เร็วสุดเท่าที่จะทำได้
 - อย่าพยายามนำสัมภาระติดตัวไปมากเกินไป ให้คิดว่าชีวิตสำคัญที่สุด
 - อย่าพยายามวิ่งหรือขับรถผ่านบริเวณน้ำหลาก
3. ดำเนินการตามแผนรับมือน้ำท่วมที่ได้วางแผนไว้แล้ว
4. ถ้ามีการเตือนภัยการเฝ้าระวังน้ำท่วมจะยังมีเวลาในการเตรียมแผนรับมือน้ำท่วม
5. ถ้ามีการเตือนภัยน้ำท่วมและคุณอยู่ในพื้นที่น้ำท่วมถึง
ควรปฏิบัติดังนี้
 - ปิดอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าและแก๊สถ้าจำเป็น
 - ปิดเปิดช่องน้ำทิ้งอ่างล้างจาน
 - พื้นที่ห้องน้ำและสุขภัณฑ์ที่น้ำสามารถไหลเข้าบ้าน
 - อ่านวิธีการที่ทำให้ปลอดภัยจากเหตุการณ์น้ำท่วมเมื่ออยู่นอกบ้าน
 - ล็อคประตูบ้านและอพยพขึ้นที่สูง
 - ถ้าไม่มีที่ปลอดภัยบนที่สูง ให้ฟังข้อมูลจากวิทยุหรือโทรทัศน์เกี่ยวกับสถานที่หลบภัยของหน่วยงาน
6. หากบ้านพักอาศัยของคุณไม่ได้อยู่ในที่น้ำท่วมถึง
 - อ่านวิธีการที่ทำให้ความปลอดภัยเมื่ออยู่ในบ้าน
7. หากบ้านพักอาศัยของคุณไม่ได้อยู่ในที่น้ำท่วมถึงแต่อาจมีน้ำท่วมในห้องใต้ดิน
 - ปิดอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าในห้องใต้ดิน
 - ปิดแก๊สหากคาดว่าน้ำจะท่วมเตาแก๊ส
 - เคลื่อนย้ายสิ่งของมีค่าขึ้นข้างบน
 - ห้ามอยู่ในห้องใต้ดิน เมื่อมีน้ำท่วมถึงบ้าน

น้ำท่วมฉับพลัน

คือ น้ำท่วมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วมากในบริเวณที่ลุ่มต่ำ ในแม่น้ำ ลำธารหรือร่องน้ำที่เกิดจากฝนที่ตกหนักมาก ติดต่อกันหรือจากพายุฝนที่เกิดซ้ำ ที่หลายครั้ง น้ำป่าอาจเกิดจากที่สิ่งปลูกสร้างโดยมนุษย์ เช่น เขื่อนหรือฝายพังทลาย

- ถ้าได้ยินการเตือนภัยน้ำท่วมฉับพลันให้วิ่งไปบนที่สูงทันที
- ออกจากรถและที่อยู่ คิดอย่างเดียวว่าต้องหนี
- อย่าพยายามขับรถหรือวิ่งย้อนกลับไปทางที่ถูกน้ำท่วม

ปลอดภัยไว้ก่อน..เมื่ออยู่นอกบ้าน

- ห้ามเดินตามเส้นทางที่น้ำไหล

มีผู้คนจำนวนมากเสียชีวิตจากจมน้ำตายในขณะที่น้ำกำลังมา ความสูงของน้ำแค่ 15 ซม. ก็ทำให้เสียหลักล้มได้ ดังนั้น ถ้ามีความจำเป็นต้องเดินผ่านที่น้ำไหลให้ลองนำไม้จุ่มเพื่อวัดระดับ น้ำก่อนทุกครั้ง

- ห้ามขับรถในพื้นที่ที่กำลังโดนน้ำท่วม

การ ขับรถในพื้นที่ที่น้ำท่วมมีความเสี่ยงสูงมากที่จะจมน้ำ หากเห็นป้ายเตือนตามเส้นทางต่างๆ ห้ามขับรถเข้าไป เพราะอาจมีอันตรายข้างหน้า น้ำสูง 50 ซม. พัดรถยนต์จักรยานยนต์ให้ลอยได้

- ห้ามเข้าใกล้อุปกรณ์ไฟฟ้า และสายไฟฟ้า

กระแส ไฟฟ้าสามารถวิ่งผ่านได้ เมื่อเกิดน้ำท่วมแต่ละครั้งจะมีผู้เสียชีวิต เนื่องจากไฟดูดมากกว่าสาเหตุอื่นๆ เมื่อเห็นสายไฟหรืออุปกรณ์ไฟฟ้าชำรุดเสียหาย กรุณาแจ้ง 191 หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

หลังน้ำท่วม

มี 3 ขั้นตอนที่คุณควรทำในวันแรก ๆ หลังจากเหตุการณ์น้ำท่วม

ขั้นตอนที่ 1 : เอาใจใส่ตัวเอง

หลังผ่านเหตุการณ์น้ำท่วม คุณและครอบครัวอาจเกิดความซึมเศร้า และต้องใช้เวลากลับสู่ภาวะปกติอย่าลืมว่า เหตุการณ์น้ำท่วมนั้นอาคารบ้านเรือน ได้รับความเสียหาย คุณต้องดูแลตัวเองและครอบครัว พร้อมกับการบูรณะบ้านให้กลับบ้านเหมือนเดิม อุปสรรคที่สำคัญคือ ความเครียด รวมทั้งปัญหาอื่น เช่น นอนหลับยาก ผื่นรำย และปัญหาทางกาย โรคร้ายไข้เจ็บ ซึ่งคุณและครอบครัวควรปฏิบัติตามคำแนะนำดังนี้

1. ให้ความรักกับครอบครัวเพราะความอบอุ่นในครอบครัวอาจช่วยเยียวยา รักษาได้ดี
2. พุดคุยปัญหา กับเพื่อนและครอบครัว ร่วมแบ่งปันความกังวลจะช่วยให้ได้ระบายและผ่อนคลายความเครียด
3. ผักผ่อนและกินอาหารที่เป็นประโยชน์ เพราะมีปัญหาทั้งความเครียดและทางกายเพิ่มขึ้นเมื่อร่างกายอ่อนแอ
4. จัดลำดับสิ่งที่จะต้องทำตามลำดับก่อนหลังและค่อย ๆ ทำ
5. ขอความช่วยเหลือจากจิตแพทย์เมื่อเกิดอาการซึมเศร้าจนที่จะรับมือได้
6. ดูแลเด็กๆ ให้ดี และโปรดเข้าใจเด็กมีความตื่นกลัวไม่แพ้กัน และอย่าตำหนิเด็กที่มีพฤติกรรมแปลก ๆ หลังจกน้ำท่วม เช่น ซึมที่นอน ดูนิวโป้งหรือเกาะคุณอยู่ตลอดเวลา จำไว้ว่าเด็กพึ่งผ่านเหตุการณ์ที่รุนแรงในชีวิต
7. ระวังเรื่องสุขอนามัย เมื่ออยู่ในพื้นที่เคยน้ำท่วม

ขั้นตอนที่ 2 การจัดการดูแลบ้านของคุณ

ที่ผ่านมามีคนจำนวนมากเสียชีวิตเนื่องจากน้ำท่วมส่วนใหญ่เกิดจากถูกไฟดูด หรืออุบัติเหตุที่เกิดขึ้นจากน้ำลัดสิ่งแรกที่ต้องทำเมื่อกลับบ้านคือ การตรวจสอบความปลอดภัย ก่อนเข้าบุนุระและอยู่อาศัย โดยมีขั้นตอนดังนี้

- 1.ปรับปรุงคลื่นวิทยุโทรทัศน์ พังรายงานสถานการณ์
- 2.ติดต่อบริษัทประกันภัย เพื่อตรวจสอบความเสียหาย และซ่อมแซมทรัพย์สินต่าง ๆ
- 3.เดินตรวจตารอบ ๆ บ้าน และเช็คสายไฟฟ้า สายถึงแก๊สโดยถ้าหากเกิดแก๊สรั่วจะสามารถรู้ได้จากกลิ่นแก๊สให้ระวังและรีบ โทรแจ้งร้านที่เป็นตัวแทนจำหน่าย
- 4.ตรวจสอบความเสียหายของโครงสร้าง ตัวบ้าน ระเบียง หลังคา ให้แน่ใจว่าโครงสร้างทุกอย่างปลอดภัย
- 5.ตัดระบบไฟฟ้าที่จ่ายเข้าบ้าน
- 6.ปิดวาล์วแก๊สให้สนิทหากได้กลิ่นแก๊สรั่วก่อนไม่ควรเข้าใกล้บริเวณนั้น
- 7.เข้าไปในบ้านอย่างระมัดระวัง แลพอย่าใช้วัสดุที่ทำให้เกิดประกายไฟ
- 8.ถ่ายรูปความเสียหาย เพื่อเรียกร้องค่าชดเชยจากประกัน (ถ้ามี)
- 9.เก็บกู้สิ่งของที่มีค่า และห่อหุ้มรูปภาพหรือเอกสารสำคัญ
- 10.เก็บกวาดทำความสะอาดบ้าน เปิดหน้าต่างและประตู เพื่อระบายอากาศ และตรวจสอบความมั่นคงของโครงสร้างพื้นฐานของสิ่งก่อสร้างต่าง ๆ
- 11.ซ่อมแซมโครงสร้างที่เสียหาย
- 12.เก็บกวาดกิ่งไม้หรือสิ่งปฏิกูลในบ้าน
- 13.ตรวจ หารอยแตกหรือรั่วของท่อน้ำถ้าพบให้ปิดวาล์วตรงมิเตอร์น้ำ และไม่ควรดื่มและประกอบอาหารด้วยน้ำจากก๊อกน้ำ จนกว่าจะรู้ว่าสะอาดและปลอดภัย
- 14 ระบายน้ำออกจากห้องใต้ดินอย่างช้า ๆ เนื่องจากแรงดันน้ำภายนอกอาจจะมากจนทำให้เกิดรอยแตกของผนังหรือพื้นห้องใต้ดิน
- 15.กำจัดตะกอนที่มาจากน้ำเนื่องจากเชื้อโรคส่วนมากมักจะมาจากตะกอน