

حالة الطوارئ الإشعاعية:

إزالة التلوث ذاتيًا



لا تلمس وجهك أو عينيك أو فمك.



ضع الملابس في كيس بلاستيكي أو حاوية وأحكم الغلق عليها، واحرص على بقائها بعيدًا عن الأشخاص والحيوانات الأليفة.



خلع الملابس

1

الاغتسال جيدًا

في حالة تعذر الاستحمام:

- نظّف الأنف وامسح العيون والأذنين،
- باستخدام الماء الجاري والصابون، اغسل يديك ووجهك وأجزاء الجلد المكشوفة.
- وإذا تعذر الغسيل، فامسح أجزاء الجسم المكشوفة بقطعة قماش مبللة أو منشفة ورقية، ثم ضعها بعيدًا عن الأشخاص والحيوانات الأليفة.



- استجم باستخدام الصابون والشامبو، ولا تستخدم البلسم.
- لا تستخدم الماء الساخن جدًا، ولا تفرك الجلد أو تخدشه.
- احرص على تغطية الجروح والخدوش.
- إذا كانت لديك لحية كبيرة أو شارب، فشذّب شعر الوجه.

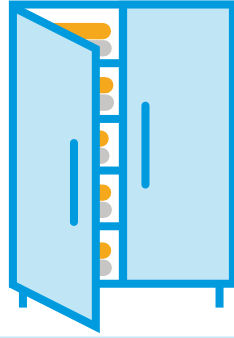


2

غير ملابسك وارتدِ ملابس نظيفة



في حالة عدم توافر ملابس نظيفة، استخدم بطانية أو ملاءة أو منشفة نظيفة للتدفئة، إذا لزم الأمر.



غير ملابسك وارتدِ ملابس كانت مخزنة في خزانة أودرج أو مكان غير مكشوف.

3

اغسل الحيوانات الأليفة جيدًا

كرّر غسل اليدين والوجه وأجزاء الجلد المكشوفة.



اغسل الحيوانات الأليفة بالصابون تحت الماء الجاري.



ارتدِ قفازات مطاطية وقناعًا، وحافظ على بقاء الجروح والخدوش مغطاة.

4

للمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الرابط: www.who.int/health-topics/radiation-emergencies



ابق مستعدًا ومتابعًا للمستجدات



ابق داخل المبنى



ادخل إلى مبنى