

बाढ़ के बाद पानी पीना

इस बारे में जानकारी कि बाढ़ के बाद सुरक्षित रूप से कब और कैसे पानी पीएँ

Hindi | हिन्दी

OFFICIAL

बाढ़ के बाद, आपका जल प्रदाता आपको सलाह देगा कि आपका नल का पानी पीने के लिए सुरक्षित है या नहीं। हो सकता है कि वे निम्नलिखित जारी करें:

पानी न पीने की सलाह: आपके पानी में हानिकारक रसायन और विषाक्त पदार्थ हैं और इसे पीने से आप बहुत बीमार हो सकते हैं।

पानी उबालने की सलाह: आपके पानी में कीटाणु हो सकते हैं और यह ज़रूरी है कि पानी का उपयोग करने से पहले आप इसे उबालें। बिना उबाला गया पानी पीना आपको बीमार कर सकता है।

यदि आप नल का पानी नहीं पी सकते/ती हैं तो क्या करें

यदि आपकी जल एजेंसी ने 'पानी न पीने की सलाह' दी है तो आप नल का पानी नहीं पी सकते/ती हैं।

- आपको:
 - ✓ प्रभावित क्षेत्र से आने वाला नल का पानी नहीं पीना चाहिए
 - ✓ पानी उबालना नहीं चाहिए, क्लोरीन या ब्लीच के साथ पानी को संसाधित नहीं करना चाहिए क्योंकि ऐसा करने से यह सुरक्षित नहीं हो जाएगा।
- पानी पीने, भोजन तैयार करने, पेय पदार्थ और बैबी फॉर्मूला बनाने, बर्फ़ बनाने, दांत ब्रश करने या पालतू पशु के पीने के पानी के लिए बोतलबंद पानी का प्रयोग करें।
- कुछ स्थितियों में, आप नल के पानी का उपयोग शौचालयों को फ्लश करने, अपने हाथ धोने, शॉवर लेने (सुनिश्चित करें कि पानी निगला नहीं जाता है) और कपड़े धोने के लिए कर सकते/ती हैं। यदि आपको त्वचा में कोई जलन या कोई अन्य प्रतिक्रिया का अनुभव होता है तो पानी का प्रयोग करना बंद करें और अपने डॉक्टर से संपर्क करें।
- आपका जल प्रदाता आपको बताएगा कि आपके नल के पानी को पीना कब सुरक्षित है।

अगर आपको नल के पानी को उबालने की ज़रूरत है तो क्या करें

यदि आपके जल प्रदाता ने 'पानी उबालने की सलाह' दी है तो आपको अपने नल के पानी को उबालने की ज़रूरत है।

- अपने नल के पानी को उबालना ताकि यह पीने के लिए सुरक्षित हो जाए:
 - ✓ जब तक आप बर्तन या केतली के नीचे से बहुत सारे बुलबुले लगातार समय के लिए निकलते न देखें, तब तक पानी को उबालें।
 - ✓ प्रयोग से पहले पानी ठंडा करें।
 - ✓ ऑटोमेटिक कट-ऑफ़ स्विच वाली केतलियाँ उपयुक्त होती हैं। परिवर्तनीय तापमान वाली केतलियों को उबालने के तापमान पर सेट किया जाना चाहिए।
 - ✓ उबाले गए पानी को साफ और बंद कंटेनर में संभाल कर रखें
 - ✓ प्रयोग से पहले पानी ठंडा करें।
 - ✓ जलने की चोटों से बचने के लिए सावधानी बरती जानी चाहिए।
- उबाले गए पानी का प्रयोग पानी पीने, भोजन तैयार करने, पेय पदार्थ, और बैबी फॉर्मूला बनाने; बर्फ़ जमाने; दांत ब्रश करने और पालतू पशु के पीने के पानी के लिए किया जाना चाहिए।
- बिना उबाले पानी का प्रयोग हाथ धोने, शॉवर लेने (सुनिश्चित करें कि पानी निगला नहीं जाता है, शौचालय फ्लश करने, बर्तन और कपड़े धोने तथा बागवानी करने या बाहरी क्षेत्र को धोने के लिए किया जा सकता है।
- आपका जल प्रदाता आपको बताएगा कि आपके नल के पानी को बिना उबाले पीना कब सुरक्षित है।

सहायता लें

- जानकारी के लिए अपने जल आपूर्तिकार से संपर्क करें <www.water.vic.gov.au/water-industry-and-customers/know-your-water-corporation>.
- यदि आप चिंतित हैं कि शायद आपने संदूषित पानी पी लिया है या आपको गैस्ट्रो जैसे लक्षणों का अनुभव होता है तो अपने डॉक्टर से संपर्क करें।

यह प्रकाशन एक सुलभ फॉर्मेट में प्राप्त करने के लिए, pph.communications@health.vic.gov.au पर ई-मेल करें।