

مدارک اضطراری

فهرست مدارکی که در شرایط اضطراری لازم است در دسترس داشته باشید:

- اطلاعات در مورد تماسهای لازم در شرایط اضطراری
 - نقشه برای خانواده در شرایط اضطراری
 - گواهینامه رانندگی/کارت شناسایی
 - گذرنامه یا پاسپورت
 - شناسنامه یا گواهی تولد
 - کارت‌های سوشال سکيوریتی
 - پرونده های پزشکی
 - اطلاعات تماس برای ارائه کنندگان خدمات پزشکی و بهداشت روانی
 - نسخه ها
 - پرونده های مایه کوبی یا واکسیناسیون
 - کارت های بیمه
 - صورت حسابهای بانکی
 - کارت های اعتباری
- برای دیدن فهرست کاملتر لطفاً به تارنماهای مذکور در این بروشور مراجعه کنید.

ملاحظات بیشتر

اگر شما یا یکی از نزدیکان تان دچار ازکار افتادگی (disability) هستید یا مشکل دسترسی و عملکرد دارید خوبست که اقلام زیر در کیف موقعیتهای اضطراری گذاشته شود:

- فهرست داروهای تجویز شده توسط پزشک شامل مقدار مصرف، اطلاعات مربوط به معالجه و آلرژی
- دارو به مقدار بیشتر از نیاز
- باتری و چارجرهای باتری برای دستگاه های کمک کننده دارای تکنولوژی
- اطلاعات مربوط به سلامتی پزشکی شامل جزئیات ازکار افتادگی، دستگاه های دارای تکنولوژی که کمک کننده هستند و دستگاه هایی که استفاده بلند مدت دارند.

County of Orange Health Care Agency



منابع

اوسی لینکس

(855)OC-Links or (855) 625-4657

شماره برای ناشنویان TDD (714) 834-2332

www.ohealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/

دوشنبه تا جمعه از ۸ صبح تا ۶ بعدازظهر

تیم مرکزی ارزیابی

ارزیابی اضطراری روانپزشکی

(866) 830-6011

خدمات ۲۴ ساعته ۷ روز هفته

خدمات ۲۴ ساعته جلوگیری از خودکشی

(877) 7 CRISIS or (877) 727-4747

www.suicidepreventionlifeline.org/

SAMHSA

کمک تلفنی 24 ساعته برای اضطرارهای ناشی از فاجعه

(800) 985-5990

شماره تکست Text TalkWithUs to 66746

www.disasterdistress.samhsa.gov/

خط تلفن اطلاعات اورنج کانتی - تلفن شماره 211

Orange County Information Line - Dial 211

www.211OC.org

کانتی اورنج - سازمان مراقبت های بهداشتی

خدمات بهداشت رفتاری - کمک رسانی اضطراری

Orange County

Health Care Agency

Behavioral Health Services - Disaster Response

405 W. 5th Street, Suite 550

Santa Ana, CA 92701

www.ohealthinfo.com/bhs

County of Orange

کانتی اورنج

Health Care Agency

سازمان مراقبتهای بهداشتی



چگونه کیف یا بسته ای (KIT) با
اقلام لازم برای موقعیتهای اضطراری
درست کنیم



نشانی:

405 W. 5th Street, Suite 550

Santa Ana, CA 92701

تارنمای:

<http://ohealthinfo.com/bhs>

رسالت ما

اطمینان از اینکه اورنج کانتی امروز و برای نسلهای آینده جایی امن، سالم و رضایت بخش برای زندگی، کار و تفریح است با فراهم کردن خدمات عمومی منطقه ای استثنایی و مقرون به صرفه.

برای چه "کیت" اضطراری درست کنیم؟

در صورت وقوع یک موقعیت اضطراری توصیه میشود که افراد اقلیمی اصلی در رابطه با نیازهای اولیه شان را داشته باشند تا حداقل برای سه روز بتوانند به زندگی خود ادامه دهند. با وجودیکه این بروشور فهرست اقلام اصلی کیت موارد اضطراری را مشخص میکند مهم است در نظر داشت که بر اساس محل زندگی تان و احتیاجات خاص خانواده شما ممکن است لازم باشد اقلام دیگری را به این فهرست بیفزائید. همچنین هر فرد باید داشتن حداقل دو کیت اضطراری که به راحتی در دسترس باشند را در نظر داشته باشد، یکی برای منزل و دومی برای سر کار یا در اتوموبیل.

درست کردن یک کیت برای موارد اضطراری یکی از اقداماتی است که وزارت امنیت سرزمین مادری برای آمادگی برای پاسخ دادن به یک فاجعه توصیه میکند. اضافه بر این توصیه میکنند که شما نقشه ای برای موقعیت اضطراری برای خانواده تان داشته باشید و در مورد انواع موارد اضطراری که ممکنست در منطقه شما اتفاق بیفتد و پاسخ مناسب به آن آمادگی داشته باشید.

لینک های مورد استفاده

در تهیه اطلاعات این بروشور از تارنماهای زیر استفاده شده است و در آنها میتوان اطلاعات بیشتری در مورد منابع دیگر در زمینه آمادگی در شرایط اضطراری بدست آورد.

<https://www.ready.gov/kit>

<http://www.readyoc.org/prepare/kit.html>

<http://www.readyoc.org/prepare/disabilities.html>

اقلامی که توصیه میشود داشته باشید

وزارت امنیت سرزمین مادری ایالات متحده از طریق "کمپین آمادگی" توصیه میکند که اقلام زیر را در یک کیت موقعیتهای اضطراری داشته باشید:

- آب به مقدار یک گالن برای هر نفر برای هر روز برای مدت سه روز جهت آشامیدن و استفاده های بهداشتی
- غذا حد اقل برای سه روز از غذاهای فاسد نشدنی
- یک دستگاه رادیو که با باتری و یا کوک دستی کار میکند و یک رادیوی NOAA که وضعیت هوا و سایر شرایط را به صورت مداوم اعلام میکند و دارای صدای اعلام خطر است و باتری اضافی برای هر دو رادیو
- چراغ قوه و باتری اضافی
- جعبه کمک های اولیه
- سوت برای علامت دادن و درخواست کمک
- ماسک گرد و غبار برای فیلتر کردن هوای آلوده و ورق های پلاستیک و نوار چسب صنعتی (duct) برای ایجاد پناهگاه موقت در محل
- دستمال های مرطوب، کیسه های زباله و بند های پلاستیکی برای مصرف بهداشتی شخصی
- آچار فرانسه و انبر دست برای بستن آب و گاز
- در قوطی باز کن (اگر در کیت قوطی غذا وجود دارد)
- نقشه های محلی
- تلفن های همراه با چارجر، تبدیل و چارجر خورشیدی

برای خود هدفی تعیین کنید که در هر زمان تعدادی از اقلام را جمع آوری کنید و قبل از اینکه متوجه بشوید کیت موقعیت های اضطراری تان را کامل کرده اید!

*به یاد داشته باشید که اقلامی مانند محصولات درون قوطی، داروها، غذاهای حیوانات خانگی و از این قبیل تاریخ مصرف دارند و در صورت عدم استفاده در مهلت مقرر باید جایگزین بشوند.

اقلام دیگری که میتوانید اضافه کنید

وقتی که "کیت" اصلی اضطراری را درست کردید میتوانید اقلام زیر را به آن اضافه کنید:

- داروهای نسخه ای و عینک طبی
- شیر خشک نوزاد و پوشک
- غذای حیوانات خانگی و آب اضافی برای آنها
- مدارک مهم خانواده شامل نقشه خانواده برای وضعیت اضطراری در محفظه ضد آب و قابل حمل
- پول نقد در اسکناسهای کوچک و مقداری پول خورد
- کیسه خواب یا پتوی گرم برای هر نفر
- یکدست کامل لباس اضافی برای هر نفر شامل پیراهن آستین بلند، شلوار بلند و کفشهای محکم. اگر در آب و هوای سرد زندگی میکنید اضافه کردن لباسهای بیشتر را در نظر بگیرید.
- بلیچ کلورین خانگی و قطره چکان پزشکی - از بلیچ رقیق شده به نسبت یک بلیچ به نه آب، میتوان به عنوان ماده ضد عفونی کننده استفاده کرد. یا در موارد اضطراری میتوانید با افزودن 16 قطره مایع بلیچ خانگی به یک گالن آب آن را قابل مصرف کنید. از بلیچ عطر دار، بدون ضرر برای رنگ و یا بلیچی که ماد اضافی برای تمیز کردن دارد استفاده نکنید.
- کپسول آتش خاموش کن
- کبریت در محفظه ضد آب
- ابزاری که استفاده های چندگانه دارند
- وسایل بهداشت شخصی شامل اقلام مورد لزوم برای بانوان
- لیوان کاغذی و بشقاب، محفظه های پلاستیکی و حوله کاغذی
- کاغذ، مداد، خودکار
- بازی هایی که کودکان دوست دارند و نیاز به برق ندارد (مانند کتاب، بازی های مختلف، پازل)
- اقلامی که به شما و عزیزانتان آرامش میدهد (در مورد اقلام سبک و کوچک فکر کنید)