

Što učiniti prije, tijekom i nakon potresa? Donosimo upute stručnjaka

29.12.2020. 13:00:00

Potres je iznenadno i brzo podrhtavanje Zemlje uzrokovano pucanjem stijena u Zemljinoj unutrašnjosti ili njihovim pomicanjem duž već postojećih pukotina (rasjeda). Ako se snažan potres dogodi u naseljenom području, često nastaju i katastrofalne posljedice za stanovništvo uz veliku materijalnu štetu. Iako potres sam po sebi ne ubija, ubijaju građevine i njihovi dijelovi prilikom urušavanja.

Iako se točno vrijeme potresa ne može predvidjeti, postoje određeni koraci koji se mogu poduzeti. Grad Zagreb je u suradnji sa Seizmološkom službom Republike Hrvatske pripremio upute kako se ponašati prije, tijekom i nakon potresa.

Prije potresa

Nekoliko je stvari koje možete učiniti prije potresa kako biste se što bolje pripremili – zaštitili sebe, svoju obitelj i svoju imovinu:

- Popravite neispravne električne instalacije, plinske i vodovodne cijevi.
- Ako je moguće, ugradite fleksibilne cijevi za plin i vodu kako bi se izbjeglo njihovo pucanje.
- Držite velike i teške predmete na nižim policama.
- Dobro pričvrstite visoke, plitke ormare te police, ogledala i okvire slika na zidove.
- Onemogućite gibanje pokretnih (na kotačićima) dijelova namještaja (TV i kompjutorski stolici i slično) i tehničke opreme (termoakumulacijske peći, klima-uređaji i slično).
- Boce, staklo, porculan i druge lako lomljive predmete držite u niskim zatvorenim ormarićima. Brave će spriječiti ispadanje sadržaja iz ormara.
- Ako je moguće, provjerite stanje temelja. Ako su temelji dobri, manja je vjerojatnost da će kuća biti oštećena.
- Pronađite "sigurna" mjesta u svakoj sobi – čvrst stol ili nosivi zid, koja će vam poslužiti kao zaklon za vrijeme potresa.
- Nadohvat ruke spremite baterijsku svjetiljku, baterijski radio, zviždaljku i komplet prve pomoći.
- Uvijek imajte određene zalihe hrane i pića (prije svega vode).
- S članovima svoje obitelji odredite dva mjesta za sastajanje nakon potresa. Prvo u blizini kuće (na nekoj otvorenoj površini), a drugo izvan susjedstva (u slučaju da niste u mogućnosti doći do kuće). Svatko u obitelji mora znati mjesto i adresu sastanka.

Tijekom potresa

Minimalno se krećite tijekom potresa. Nastojte što kraćim putem doći do najbližeg sigurnog mjesta. Ostanite u kući dok potres ne prestane, a zatim što mirnije iziđite na otvoreni prostor podalje od građevina. Barem za djecu nastojte ponijeti tople odjevne predmete i pokrivače. Ponesite dokumente, novac i lijekove za bolesne članove obitelji.

Ako ste u mogućnosti, ponesite i prvu pomoć te hranu i vodu. Prije izlaska iz kuće svakako nastojte isključiti plin, struju i vodu.

Ako ste u zatvorenom prostoru:

- Sakrijte se pod čvrsti stol ili klupu ili uz nosivi zid. Ako nema stola u blizini, zaštitite lice i glavu rukama te se prislonite uz kut nosivog zida.
- Ostanite daleko od stakla, prozora, vanjskih vrata i vanjskih zidova, te svega što bi moglo pasti, primjerice rasvjetna tijela ili namještaj.
- Ako ste u krevetu kad počne potres, ostanite tamo – čekajte i glavu zaštitite jastukom, osim ako ste pod teškim rasvjetnim tijelom koje bi moglo pasti. U tom slučaju, premjestite se na najbliže sigurnije mjesto.
- Sklonite se ispod okvira vrata samo ako znate da je riječ o snažnom nosivom zidu.
- Ostanite u zatvorenom sve dok se podrhtavanje tla potpuno ne smiri i tada iziđite na otvoreno. Većina ozljeda tijekom potresa događa se kada ljudi panično istrčavaju na otvoreni prostor. Ljude najčešće ranjavaju predmeti koji padaju ili polomljene instalacije (građevinski materijal, staklo prozora ili vrata, električni kabeli, plinske cijevi...).
- Nipošto se nemojte služiti dizalom.

Ako ste na otvorenom:

- Ostanite na otvorenom. Maknite se od zgrada, rasvjetnih stupova, drveća...

Ako ste u vozilu:

- Zaustavite se brzo, ali sigurno, i ostanite u vozilu.
- Izbjegavajte zaustavljanje blizu ili ispod zgrade, drveća, nadvožnjaka i rasvjetnih stupova.
- Budite oprezni jer su nakon potresa moguća oštećenja ceste, nadvožnjaka, mostova.
- Vozilo parkirajte na širokom prostoru kako ne bi ometalo prolaz većim službenim vozilima. Vapne vozilo ne smije smetati pri uporabi hidranta.

Ako ste pod ruševinama:

- Ne palite šibice ili upaljače.
- Kretanje smanjite na minimum.
- Pokrijte usta maramicom ili dijelom odjeće.
- Pokušajte ostati smireni i lagano udarajte po cijevima ili zidu tako da vas spasioци mogu pronaći. Koristite se zviždaljkom, ako je imate.
- Ne vičite ako ne morate jer vikanje može uzrokovati udisanje opasne količine prašine.

Nakon potresa

- Budite spremni za ponovno podrhtavanje tla. Naknadni potresi slabije su jakosti od glavnoga udara, ali su opasni jer mogu uzrokovati dodatne štete na već oštećenim građevinama.
- Najsigurnije jest ostati na otvorenom dok se ne utvrdi koja je građevina sigurna.
- Ostanite mirni i strpljivi.
- Pregledajte ozlijeđene te pružite prvu pomoć ranjenim osobama.
- Obavijestite hitne službe ako ima ranjenih.
- Pratite radijski program kako biste čuli vijesti i upute nadležnih službi.
- Pozorno pratite znakove za uzbunjivanje.
- Nadležne službe daju informacije preko javnih sredstava informiranja (TV i radio). Ako se proglasi evakuacija ili sklanjanje, postupite prema napucima.
- Pobrinite se za kućne ljubimce