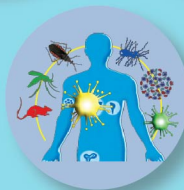




กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย  
กระทรวงมหาดไทย

# အသိဦး ကာကွယ် ဘေးကင်းအန္တရာယ်



ဘေးဖြစ်လာရင် သက်သာချင် တင်ကြိုပြင်ဆင်ထား



# မိုးခေါင်ရေရှားဘေး

မိုးခေါင်ရေရှားဘေးသည် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရေပြတ်လတ်ခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ရေရှားပါးသော မိုးခေါင်ရေရှားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ လူနေရပ်ရွာများနှင့် စိုက်ပျိုးမြေဧရိယာများကို ထိခိုက်စေပါသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ဖြစ်သော မိုးခေါင်ရေရှားခြင်းအများစုသည် မိုးရေချိန်ပမာဏသာမန်ထက်ပိုနည်း ခြင်း သို့မဟုတ်မိုးရွာသင့်သည့်အချိန်တွင် အချိန်မှန်မိုးမရွာခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သောက်ရေ သုံးရေ စိုက်ပျိုးရေးအတွက်ရေ နှင့် ဓာတုနှစ်ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်သည့်ရေတို့ ရှားပါးပြတ်လပ်ခြင်း အကျိုးဆက်များကို ဖြစ်စေပါသည်။

## ကြိုတင်ပြင်ဆင်ကာကွယ်ပြီးဆုံးရှုံးမှုကိုလျော့ချပါ။

### ပြည်သူလူထု

ရေပြတ်လပ်ချိန်တွင်သုံးရန်ရေကို အရံသင့်သိုလှောင်ထားပါ။



ရေထည့်သိုလှောင်ရန်ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ရှာဖွေသန့်ရှင်းရေးလုပ် ပြုပြင်ပြီး အဆင်သင့် ပြင်ဆင်ထားပါ။



ရေကိုခြွေတာပြီး အကျိုးရှိစွာသုံးစွဲပါ။



ရေကိုခြွေတာနိုင်သည့်ပစ္စည်းများကို ရွေးချယ်သုံးစွဲပါ။



ရေယိုစိမ့်ခြင်းကိုကာကွယ်ရန် ရေပိုက်ခေါင်း၊ ရေသွယ်ပိုက်တို့ကို အမြဲစစ်ဆေးပြီးတွေ့ရှိကာ ပြင်ဆင်ပါ။



### စိုက်ပျိုးရေးသမားများ

ဒေသတွင်းရေအခြေအနေနှင့် သင့်တော်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် စီမံချက်ပြုလုပ်ပါ။



နွေစပါးစိုက်ခြင်းကိုရှောင်ပါ။ ရေအနည်းငယ်သာလိုသော သက်တမ်းတိုစပါးမျိုးကိုစိုက်ပါ။



# တောမီး-မြူခိုးငွေ

တောမီးနှင့်မြူခိုးငွေတို့သည် ဆောင်းရာသီအကုန်မှ နွေရာသီသို့ကူးပြောင်းသော ကာလတွင် ဖြစ်ပွားမှုများသော ဘေးဖြစ်ပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ရာသီဥတုပူပြင်း ခြောက်သွေ့လာပြီး သစ်ပင်များ အရွက်ကြွေကြသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

လူသားတို့၏လုပ်ဆောင်ချက်မှာ အများဆုံးအကြောင်းအရင်း ဖြစ်ပါသည်။ သစ်တောထွက်ပစ္စည်း ရှာရန်နှင့် တိရစ္ဆာန်များဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်ရန်အတွက် မီးရှို့ခြင်းသည် ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်ဂေဟစနစ်ကိုလည်း အကျိုးထိခိုက်မှု ဖြစ်စေပါသည်။

## တောမီး

တောအစပ်ရှိ မီးလောင်စာဖြစ်စေသောအရာများ ကို ဖယ်ရှားပါ။



မီးကူးခြင်းကိုကာကွယ်ရန် မီးတားလမ်းဖောက်ပါ။ ပေါင်ပင်များနှင့် စပါးပင်ခြောက်ငတ်များကို မီးရှို့ခြင်းအစားထွန်ပြီးပြန်ဖုံးသော နည်းလမ်းဖြင့် စိုက်ပျိုးခြေကို ပြင်ဆင်ပါ။



မီးကူးခြင်းကိုကာကွယ်ရန် မီးတားလမ်းဖောက်ပါ။

## မြူခိုးငွေများ

တံခါး ပြုတ်ပေါက်များကို စေ့အောင်ပိတ်ပါ။ ရေဆွတ်အပတ်များဖြင့် အပေါက်များကိုပိတ်ဆို့ပါ။ အိမ်တွင်းဖုန်မှုန့်ပမာဏလေ့့နည်းစေပါသည်။



မီးရှို့ခြင်းတွင် နယ်နမိတ်ကန့်သတ်ခြင်းနှင့် အချိန်ကာလသတ်မှတ်ခြင်းပြုလုပ်ပါ။



တောစပ်အနီးနှင့် တောထဲတွင်မီးနှင့်ပတ်သက်သောကိစ္စများဆောင်ရွက်ခြင်းကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။



အိမ်တွင်းဖုန်မှုန့်ပမာဏလျော့နည်းစေပါသည်။ ကျန်းမာရေးနာခေါင်းပါးစပ်အကာဖြင့်ပါးစပ်နှင့်နာခေါင်းကို ပိတ်ကာပါ။ ပြင်ပဟင်းလင်းပြင်တွင်နေလျှင်မျက်မှန်တပ်ပါ။



မြူခိုးငွေဖုံးနေသောလမ်းကြောင်းကိုကားဖြတ်မောင်းရသောအခါ ဝိုမိုသတိထားပါ။



ပြင်ပဟင်းလင်းပြင်တွင် လုပ်ငန်းဆောင်တာဆောင်ရွက်ခြင်း သို့မဟုတ်ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားပြုလုပ်ခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ။





# လေဘေး

လဘေးသို့မဟုတ် မုန်တိုင်းဘေးသည် လေကြီးမိုးကြီးကျချိန် အပူပိုင်းနေ့မုန်တိုင်းသို့မဟုတ် အပူပိုင်းဆိုင်ကာလုန်းမုန်တိုင်းများ ရွေ့လျားဖြတ်သန်းချိန်တွင် ဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။ အဆောက်အဦများ ပြိုလဲကျခြင်းကြောင့် အန္တရာယ်ဖြစ်စေပြီး အိုးအိမ်အဆောက်အဦးနှင့်ပစ္စည်းဥစ္စာ ပျက်ဆီးဆုံးရှုံးမှုများကို ဖြစ်စေသည်။

## ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီးဆုံးရှုံးမှုကိုလျော့ချပါ။



အိမ်ရာအဆောက်အဦးများအား ခိုင်ခံ့မှုကိုစစ်ဆေးပါ။

လေထဲလွင့်နိုင်သောပစ္စည်းများကို လုံခြုံသောနေရာတွင် သိမ်းဆည်းပါ။



စိုက်ပျိုးရေးတွက် သီးနှံများကို လုံခြုံသောအမိုးအကာအောက်တွင် ဖုံးကာ သိမ်းဆည်းပါ။



အိမ်ပတ်ပတ်လည်ရှိ ကျိုးလွယ်သော သစ်ကိုင်းပင်စည်များကို ခုတ်ထွားပါ။



အန္တရာယ်ရှိသော လျှပ်စစ်မီးတိုင်း၊ ကြော်ငြာဆိုင်းဘုတ်များကို တွေ့ရှိပါက သက်ဆိုင်ရာ ဌာနဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပါ။



## ဘေးကင်းအောင်လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။

ခိုင်ခံ့သောအဆောက်အဦးထဲတွင် လေပြင်းမုန်တိုင်းကို ဖုန်းရှောင်ပါ။



သစ်ပင်ကြီးများအောက်တွင် လေပြင်းမုန်တိုင်းကို မရှောင်ပါနှင့်။



ခိုင်ခံ့မှုမရှိသော ကြော်ငြာဆိုင်းဘုတ်၊ လျှပ်စစ်မီးတိုင်သို့မဟုတ် အဆောက်အဦးများအနားသို့မသွားပါနှင့်။



လျှပ်စစ်ဓါတ်ကြီးပြတ် သို့မဟုတ် လဲနေသောဓါတ်တိုင်ရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်အနားသို့မကပ်ပါနှင့်။



# မိုးကြိုးပစ်

မိုးကြိုးပစ်ခြင်းသည် လေကြီးမိုးကြီးကျချိန်တွင်ဖြစ်လေ့ရှိသော သဘာဝဖြစ်ရပ်ဆန်းဖြစ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ရာသီဥတုအပြောင်းအလဲအချိန်တွင် မိုးကြိုးပစ်မှုအကြိမ်အရေအတွက်များပါသည်။ အကြောင်းရင်းမှာအာကာသတွင် လျှင်မြန်ပြင်းထန်စွာရွေလျားမှုရှိသော တိမ်ထူမှ လျှပ်စစ်ထုတ်လွှင့်မှုကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တိမ်ထူအတွင်းရှိ ရေအစက်များနှင့်ရေခဲတုံးများ ပွတ်တိုက်မှုက လျှပ်စစ်ဓါတ်ကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ လျှပ်စစ်ပမာဏအမြောက်အမြား လူ့ကိုယ်အတွင်း ပင်ရောက်စေသောကြောင့် မိုးကြိုးပစ်ခံရသူ ဥယျာဉ် တွင် ဥယျာဉ်ထက်ပိုသောနှုန်းမှာ သေဆုံးကြပါသည်။

## အသိဦးကာကွယ် ဖြစ်နိုင်ခြေကို လျော့ကြမယ်

မိုးကြိုးလွှဲတတ်ဆင်ထားသော၊ လုံခြုံသည့်နံရံရှိသော အဆောက်အဦးတွင်းသို့ဝင်နေပါ။

သတ္တုပစ္စည်းများ ကိုယ်တွင်သယ်ဆောင်ခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ။

ဟင်းလင်းမြင်တွင် လုပ်ရသောကိစ္စများကိုရှောင်ရှားပါ။

သစ်ပင်အောက်တွင် သို့မဟုတ်ဟင်းလင်းမြင်တွင် ထီးထီးတည်း မြင့်တက်ထိုးထွက်နေသော အဆောက်အဦးအနီးသို့ သွားမနေပါနှင့်။

ဆက်သွယ်ရေးပစ္စည်းများနှင့် အီလက်ထရွန်းနစ်ပစ္စည်းများ အသုံးပြုခြင်းကိုရှောင်ရှားပါ။

ကားအတွင်းရောက်နေလျှင် ခရီးသည်နှောက်ခန်းတွင် ပြုတင်းပေါက်များလုံအောင် ပိတ်ပြီး ရှောင်ပုန်းပါ။

ငွေ ကြေးနီအစရှိသော အမျိုးအစားလက်ဝတ်ရတနာများကို မဝတ်ဆင်ပါနှင့်။

ဆောင့်ကြောင့်ခြံအောင်ထိုင် ခြေကိုကြမ်းနှင့်ကပ်ပြီး မိမိကိုယ်ကို ကြမ်းပြင်နှင့်ထိတွေ့မှု အနည်းဆုံးဖြစ်အောင် ခြေထောက်အဖျားကို လှုပ်ပေးပါ။

မောင်းနှင်နေသော ကားတွင် ခရီးသည်နှောက်ခန်းတွင် ပြုတင်းပေါက်များလုံအောင် ပိတ်ပြီး ရှောင်ပုန်းပါ။

မိုးကြိုးပစ်ခံရသည့်အခါတွင် ခရီးသည်နှောက်ခန်းတွင် ပြုတင်းပေါက်များလုံအောင် ပိတ်ပြီး ရှောင်ပုန်းပါ။



ရေဘေးသို့မဟုတ် ရေကြီးခြင်းသည် မိုးအဆက်မပြတ်ရွာသွန်းပြီး ရေပြန်ထွက်စီးဆင်းစေရန် အလျင်မီမလုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်သည်။ ဌင်းအပြင် သစ်ပင်များခုတ်လဲခြင်း၊ သစ်တောဖျက်ဆီးခြင်း၊ ရေစီးရာလမ်းကြောင်းတွင် ပိတ်ဆို့ပြီးကားလမ်းဖောက်ခြင်း နှင့် ရေကိုကောင်းစွာ စီမံခန့်ခွဲနိုင်မှုမရှိခြင်း တို့ကြောင့်လည်းဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါအချက်များအားလုံးသည် ရေကြီးခြင်းအခြေအနေကို ပိုမိုဆိုးရွားလာစေသည့် ဖြည့်စွက်အကြောင်းရင်းများဖြစ်သည်။

**ရေဘေးအတွက်ကြိုတင်စီမံထားခြင်း**



မိုးလေဝသသတင်းနှင့် ဘေးအန္တရာယ် သတိပေးကြေငြာချက်များကို အမြဲနားစွင့်ပြီး ညွှန်ကြားချက်များကို အတိအကျလိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။

မရှိမဖြစ်အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို ရေဘေးဖြစ်ချိန်တွင်အသုံးပြုရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

ရေကြီးခြင်းကြောင့် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစေရန် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပြင်ဆင်ပါ။

သဘာဝအခြေအနေများ ပုံမှန်မဖြစ်မှုကို သတိထားစောင့်ကြည့်ပါ။



**ဘေးကင်းအောင်လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။**



အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို မြင့်ရာနေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းထားပါ။

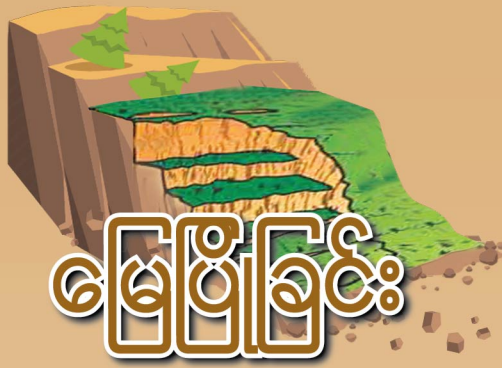
ရေနစ်ခြင်း၊ အဆိပ်ရှိတိရစ္ဆာန်၊ ဓါတ်လွှဲကျခြင်း အစရှိသော ရေကြီးချိန်ဖြစ်တတ်သော အန္တရာယ်များကိုသတိထားပါ။

အန္တရာယ်များကိုသတိထားပါ။အခြေအနေဆိုးရွားလာပါက ဘေးကင်းရာဆီသို့ ရွှေ့ပြောင်းပါ။



အိမ်ရေလွှမ်းမိုးချိန်တွင် လျှပ်စစ်လိုင်းဖြတ်ထားပါ။ လျှပ်စစ်ပစ္စည်း အသုံးမပြုပါနှင့်။





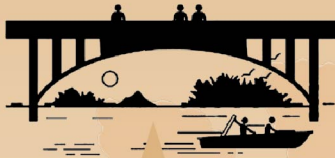
# မြေပြိုခြင်း

ရွှေလျားကျဆင်းလာခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်သည်။ မြေပြိုခြင်းတွင် ရေသည် အခြေအနေပိုဆိုးစေသော ဖြည့်စွက်အကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။ တောင်ကျရေစီးကျလာခြင်းနှင့်အတူ သို့မဟုတ် တောင်ကျရေစီးပြီးနောက်မှ မြေပြိုခြင်း ဖြစ်လေ့ရှိသည်။

## သတိထားရမည့်အချက်များ



သတိထားရမည့်အချက်များ ရေကြောင်းအစ သစ်တောဧရိယာတစ်ဝိုက်တွင် မိုးသည်းထန်စွာ ဆက်တိုက်ရွာသွန်းခြင်း



မြစ်ချောင်းများအတွင်း ရေမျက်နှာပြင် လျင်မြန်စွာမြင့်တက်ခြင်းနှင့် ရေအရောင နေဘက်လာခြင်း



ရေကြောင်းအစသစ်တောတွင်းမှ ပုံမှန်မဟုတ်သောအသံ နှင့်တောတိရစ္ဆာန်တို့ အလန့်တကြားအော်ဟစ်သံများ

## ဘေးကင်းအောင်လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။



မြေပြိုကျလာရာလမ်းကြောင်းမှ လွတ်ရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းပါ။

မိုးလေဝသသတင်းနှင့် ဘေးအန္တရာယ် သတိပေးကြေငြာချက်များကို အမြဲနားစွင့်ပြီး ညွှန်ကြားချက်များကို အတိအကျလိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။



ပုံမှန်မဟုတ်သော သဘာဝအချက်ပေးမှုများ ကိုတွေ့ရှိကချက်ခြင်းအမြန်ဆုံး ရွှေ့ပြောင်းရှောင်ရှားပါ။



ရေစီးအလွန်သန်သော ရေလမ်းကြောင်းကိုရှောင်ရှားပါ။



မြေပြိုမှုဖြစ်သောနေရာသို့သွားရောက်ခြင်း၊ ပြန်လာခြင်းမလုပ်ပါနှင့်။

# လျင်လှုပ်ခြင်း

နှင့်ကမ္ဘာ့အပေါ်ယံအလွှာ၏ မျှခြေမှုကိုတည်ငြိမ်စေရန် ပြောင်းလဲရန်တို့အတွက်ကမ္ဘာ့အပေါ်ယံအလွှာ၏ ရုတ်တရက်ရွေ့လျားခြင်း နှင့် ဌာန၏အောက်ခံကြမ်းပြင်တုန်ခါခြင်းတို့မှဖြစ်ပေါ်သော ပထဝီမြေကြီး၏ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပါသည်။

ကမ္ဘာ့အပေါ်ယံအလွှာ၏ ပြတ်ရွေ့ကြောင်းတစ်လျှောက်တွင် အများဆုံးဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိပါသည်။ ယခုလက်ရှိအချိန်ထိ လျင်လှုပ်မည့်အချိန်ကာလ၊ နေရာ နှင့်လျင်မြင့်အားအဆင့်ကို ခန့်မှန်းနိုင်သော စက်ကိရိယာမရှိသေးပါ။

## လျင်မလှုပ်မီ

မိမိအိပ်ခိုရာခံယူရာမှရှောင်ကြဉ်ပါ။



လဲကျနိုင်သောပရိဘောဂများကို ကြမ်းပြင်သို့မဟုတ် နံရံနှင့်ခြံမြှော့ရုံ နေစေရန်လုပ်ထားပါ။



ပစ္စည်းများကို မျက်နှာကျက်သို့မဟုတ် နံရံတွင်မချိတ်ဆွဲပါနှင့်။



ပစ္စည်းများကို အမြင့်တွင်မတင်ထားပါနှင့်။

## လျင်လှုပ်စဉ်

ခိုင်ခံ့သောနေရာတွင်းဝင်ပြီး ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင်ဝပ်နေပါ။



ထုပ်တန်းအောက်၊ အိမ်တံခါးဘောင် သို့မဟုတ်မှန်ရုံသော ပြုတင်းပေါက်အနီးတွင်မနေပါနှင့်။



အမြင့်မှပြုတ်ကျလာနိုင်သော ပစ္စည်းများနှင့်ဝေးရာတွင် နေပါ။



အဆောက်အအုံမှရွေ့ပြောင်းချိန်တွင် ခါတ်လှေကားနှင့်မီးရှောင်လှေကား အသုံးမပြုရပါ။



အမြန်လမ်းမ၊ တံတားအောက် နှင့်ခါတ်အားမြင့်မီးကြိုးအနီး ကားမရပ်ပါနှင့်။



ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် ရုတ်တရက်နိမ့်ကျသွားလျှင်ပင်လယ်ကမ်းစပ်မှဝေးရာသို့ရှောင်ရှားပြီး အမြင့်နေရာသို့သွားစေရန်ရန်ပါ။





ဆူနာမီဆိုသည်မှာ ပြင်းအား ၈ ရစ်တာထက်များသောငလျင်လှုပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ်ကမ်းခြေနှင့် နီးသောရေတိမ်ပိုင်း အလယ်ဗဟိုနေရာ၌ရှိသော သမုဒ္ဒရာအောက်ကြမ်းပြင်မှ မီးတောင်ပေါက်ကွဲခြင်းဖြစ်ပေါ်သောအခါ အရွယ်ကြီးမားသောရေထုကြီးများ၏ နေရာရွှေ့ပြောင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပွားသောရေလှိုင်းများဖြစ်သည်။ ပင်လယ်ရေများ နေရာအနှံ့ကျယ်ပြန့်စွာ ဖြန့်ကြဲရွေ့လျားပြီး ပင်လယ်ကမ်းစပ်သို့ မြင့်မားပြင်းထန်စွာရိုက်ခတ်ပင်ရောက်ခြင်းဖြစ်စေသည်။

**ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း**



သင်္ကေတဆိုင်ရာများနှင့် ဆူနာမီသတိပေးအချက်ပေးသံများကို လေ့လာမှတ်သားခြင်း



ဘေးကင်းရာနေရာသို့ရွှေ့ပြောင်းရန်လမ်းကြောင်းရှာဖွေထားခြင်း

ဆူနာမီလှိုင်းဘေးမှရှောင်မိပြီး ရန် ကြိုတင်လေ့ကျင့်မှုများကို ပါဝင်ဆောင်ရွက်ထားခြင်း



**ဘေးကင်းစေရန်လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း**



ပင်လယ်ကမ်းစပ်မှအလေးဆုံးကိုထွက်ခွာပါ။ သို့မဟုတ် ၁၅ မီတာထက်ပိုမြင့်သော အရပ်ဆီသို့ ခြေပြေးရှောင်ပါ။

ဘေးကင်းကြောင်းမကြေငြာမီကမ်းစပ်ဆီသို့ပြန်မလာပါနှင့်။



ပင်လယ်ရေထဲဆင်းမဆော့ပါနှင့်။ ပင်လယ်ကမ်းစပ်နားမသွားပါနှင့်။

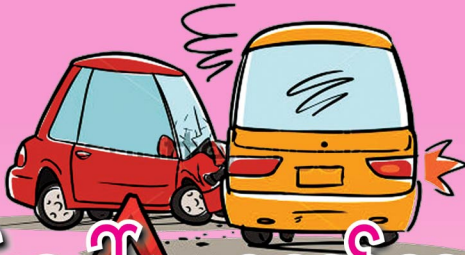


သမုဒ္ဒရာအောက်ကြမ်းပြင်တွင် ငလျင်လှုပ်ခြင်း၊ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် လျင်မြန်စွာလျော့ကျသွားခြင်း၊ ရေသတ္တဝါအများအပြား ကမ်းစပ်သို့လာကပ်ခြင်း

လေ့၊ သင်္ဘောတို့ဖြင့် ပင်လယ်၏အလယ်၊ နေရန်ရာနေရာသို့ အမြန်ဆုံးသွားနေပါ။

လေ့သင်္ဘောများဖြင့် ကမ်းစပ်ဆီသို့ပြန်မလာပါနှင့်။





# ကားလမ်းပေါ်မှမတော်တဆမှုများ

ကားလမ်းပေါ်မှမတော်တဆမှုများသည် ထိုင်းလူမျိုးများတွင် အဖြစ်အပျက်ဆုံး အသက်ဆုံးရှုံးမှုအကြောင်းရင်းဖြစ်ပါသည်။ နမော်နမဲ့မောင်းနှင်ခြင်း၊ လမ်းစည်းကမ်းမလိုက်နာခြင်း၊ အမြန်မောင်းနှင်ခြင်း၊ အရက်သေစာများပြီးမောင်းခြင်း၊ ယာဉ်ကြိုခိုင်းမှုမရှိခြင်း၊ လမ်းအနေအထားဘေးမကင်းခြင်း တို့မှာ ကားလမ်းပေါ်မှမတော်တဆမှုများ ၏ ဖြည့်စွက်အကြောင်းရင်းများဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် နှစ်သစ်ကူးပွဲတော်ကာလ နှင့်သင်္ကြန်ကာလများတွင် မတော်တဆထိခိုက်မှုနှုန်း နှစ်ဆပိုမြင့်မားပါသည်။

## ခရီးမထွက်ခင်ပြင်ဆင်ခြင်း

အိပ်ရေးပူအောင်လုံလောက်စွာ အိပ်စက်အနားယူခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို အဆင်သင့်ဖြစ်အောင်ပြင်ဆင်ပါ။



ဘေးကင်းသောလမ်းကို လေ့လာရွေးချယ်အသုံးပြုပါ။

ကားကြိုခိုင်းမှုအခြေအနေကို စစ်ဆေးပါ။



ကားမမောင်းခင်နှင့် ကားမောင်းစဉ်တွင် အရက်သေစာသောက်စားခြင်း သို့မဟုတ်အာရုံကြောစနစ်ကို ဖိနှိပ်သောအာနိသင်ရှိသည့် ဆေးသောက်ခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အသုံးပြုနိုင်ရန် ကားပြင်ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီးထားပါ။



## ဘေးကင်းအောင်ယာဉ်မောင်းပါ

ယာဉ်မောင်းတိုင်းနှင့် စီးနင်းတိုင်း ခါးပတ်ပါတ်ပါ။ ဦးထုပ်ဆောင်းပါ။



လမ်းစည်းကမ်းကိုအတိအကျလိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။ အတူတကွလမ်းကိုအသုံးပြုနေသော အခြားသူများအား စာနာစိတ်ထားပါ။

အမြန်နှုန်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း၊ မူးနေစဉ်တွင်လည်းကောင်း၊ ဖုန်းပြောရင်းဖြင့်လည်းကောင်း အိပ်ပိုက်နေစဉ်လည်းကောင်း ကားမမောင်းရ။





# ရေလမ်းခရီးမှဘေးအန္တရာယ်များ

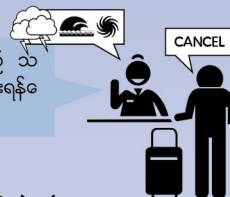
ရေလမ်းခရီးမှဘေးအန္တရာယ်များသည် ရေလမ်းခရီးသွားခြင်းနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်းအပြင် ရေတွင်ပြုလုပ်သော အခြားဆောင်ရွက်မှုများမှ ဖြစ်ပေါ်သောဘေးဖြစ်သည်။ အကြောင်းရင်းမှာ နမော်နမဲ့လုပ်ဆောင်ခြင်း၊ ရေယာဉ်မကြံ့ခိုင်ခြင်း၊ ရေလမ်းခရီးသွားချိန် သို့မဟုတ်ရေထဲတွင်ဆောင်ရွက်မှုပြုလုပ်ချိန်တွင် ဘေးကင်းရန်လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် နည်းလမ်းများကိုမသိခြင်း တို့ဖြစ်သည်။

## ရေလမ်းခရီးမသွားခင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း



ရေလမ်းခရီးမသွားခင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းမိုးလေဝသသတင်းနှင့် ဘေးအန္တရာယ်သတိပေးချက်များကို အမြဲနားစွင့်နေပါ။

မုန်တိုင်းသို့မဟုတ် လှိုင်းလေပြင်းထန်မည့် သတိပေးကြေငြာချက်များရှိချိန်တွင် ခရီးသွားရန်ရှောင်ပါ သို့မဟုတ် ရွှေ့ဆိုင်းပါ။



ဘေးကင်းသောရေယာဉ်ကိုရွေးချယ်ပါ။ သတိမှတ်အလေးချိန်ထက်ပိုပြီးကုန်သည်ပါနှင့်။



## ဘေးကင်းစေရန်လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း



ရေယာဉ်ကမ်းကပ်သည်အထိဘေးကင်းစေအောင်စောင့်ပါ။



လူများများရှိနေသည့် ရေယာဉ်ဆိပ်တွင် မစောင့်ပါနှင့်။

ရေယာဉ်ပေါ်တွင် သင့်တော်သလို နေရာဖြန့်ထိုင်ပါ။ ရေယာဉ်ဘေးဘောင်ပေါ်တွင် မထိုင်ပါနှင့်။



စနစ်တကျရေယာဉ်အတတ်အဆင်းလုပ်ပါ။



ရေကြောင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်တိုင်းဂတ်ဆင်ပါ။

## အရေးပေါ်အခြေအနေတွင်ဆောင်ရွက်ရန်



ရေယာဉ်စောင်းသွားလျှင် ရေယာဉ်မမှောက်စေရန်အတွက် စောင်းသည့်ဖက်နှင့် ဆန့်ကျင်ဖက်ကိုဖိထိန်းပါ။

ရေယာဉ်မှောက်သည့်အခါ ရေယာဉ်မှအမြန်ဆုံးထွက်ခွာရန်ပြောပါ။ ရေထဲတွင်ကိုယ်ဖော့ထားပြီး အကူအညီကိုစောင့်ပါ။





မီးဘေးသို့မဟုတ် မီးလောင်ခြင်းသည် ဆောင်းရာသီသို့မဟုတ် နွေရာသီတွင်အများဆုံး ဖြစ်သောဘေးဖြစ်သည်။ ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်း၊ လေတိုက်ပြင်းခြင်းတို့ကြောင့် မီးလောင်သောအခါ လျင်မြန်စွာမီးကူးခြင်းနှင့် မီးငြိမ်းသတ်ရန်ခက်ခဲခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။ အကြောင်းရင်းများမှာ ပေါ့ဆခြင်း၊ ဝါယာရှော့ဖြစ်ခြင်း နှင့်မီးဖိုချောင်သုံးကတ်ပ်ယိုစိမ့်မှု တို့ကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

**မီးဘေးကြိုတင်ကာကွယ်ရန်**



လောင်စာဖြစ်စေနိုင်သော အရာများကိုဖယ်ရှားပါ။ မီးလောင်လွယ်သောခါတုပစ္စည်းများကို အပူပြင်းသောအရာများနှင့် ဝေးရာတွင်ထားပါ။

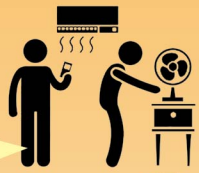
ဘေးကင်းစွာအသုံးပြုနိုင်ရန် လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများကို အခြေမပြတ်စစ်ဆေးပါ။



မီးကာကွယ်ရန်နှင့် မီးငြိမ်းသတ်ပစ္စည်းများကို တတ်ဆင်ပါ။

အသုံးပြုပြီးတိုင်းတွင် မီးခလုပ်ကိုပိတ်ပါ။ မီးပလပ်များကို ဖြုတ်ပါ။

မီးနှင့်ပတ်သက်သော အလုပ်များလုပ်လျှင် အထူးသတိထားပါ။



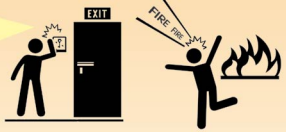
**ဘေးကင်းစေရန်လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း**

အနည်းငယ်မီးလောင်လျှင် ခါတုဆေးမီးသတ်ပူးဖြင့်ဦးစွာ မီးညှိမ်းထားပါ။



မီးအရေးပေါ်လေ့ကားအသုံးပြုပြီး ရောင်ပြေးပါ။ ဓါတ်လေ့ကားလုံးဝမသုံးပါနှင့်။

မီးပြင်းထန်လျှင် အချက်ပေးခလုပ်နှိပ်ပါ။ မီးလောင်ရာနေရာမှ အမြန်ဆုံးရွှေ့ပြောင်းပါ။



အခန်းတွင်းပိတ်မိနေပါက မီးခိုးငွေ့များဝင်မလာနိုင်အောင် ရေဆွတ်ထားသောအဝတ်များဖြင့် အပေါက်များကိုလိုက်ပိတ်ပါ။



မီးလောင်နေသော အဆောက်အဦးအတွင်းသို့ ပြန်မသွားပါနှင့်။

အဆောက်အဦးတွင်းအသက်ရှူရန်လေမရှိသောနေရာနှင့် ရေခဲခန်း၊ အိမ်သာခန်းအတွင်းဝင်မနေရ။



မီးခိုးငွေ့ကိုရှုသွင်းမှုကို ကာကွယ်နိုင်ရန် ရေဆွတ်ထားသောအဝတ်ဖြင့်နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်တို့ကိုပိတ်ထားပြီး လေးဘက်တွားကာ မီးကင်းရာလမ်းကြောင်းအတိုင်းထွက်ခွါပါ။



# ဓါတုပစ္စည်းမတော်တဆထိခိုက်မှု

ဓါတုပစ္စည်းများကို နည်းလမ်းမှားယွင်းစွာ အသုံးပြုခြင်း၊ သိမ်းဆည်းခြင်း နှင့်စွန့်ပစ်ခြင်းတို့မှဖြစ်ပွားသော နေ့စဉ်လူ ပ်ဆောင်မှုများတွင် ဖြစ်လေ့ရှိသောဘေးဖြစ်ပါသည်။ ဓါတုပစ္စည်းများကို သိမ်းဆည်းသောနေရာ၊ ထုတ်လုပ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်းတို့မှ ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ စက်မှုဇုန်နေရာများအနီးတွင်ရှိသော လူနေဒေသများသည် ဓါတုပစ္စည်းယိုစိမ့်မှုအန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေအမြင့်ဆုံးရှိသော နေရာများဖြစ်သည်။ ဓါတုပစ္စည်း ပါသောလေ့ရှိကြခြင်း၊ ဓါတုပစ္စည်းနှင့်ထိတွေ့နိုင်မှု အန္တရာယ်ရှိနိုင်သည့်အပြင် ပေါက်ကွဲမှုနှင့်မီးလောင်ခြင်း တို့လည်း ဖြစ်နိုင်သေးသည်။

## ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

အသုံးမပြုခင်တိုင်း အညွှန်းစာကိုသေချာဖတ်ပါ။ ညွှန်ကြားချက် နှင့် အသုံးပြုနည်းလမ်းမျှားကိုသေချာစွာလိုက်နာပါ။

ဓါတုပစ္စည်းမတော်တဆမှု ဖြစ်လျှင် မှန်ကန်စွာ တားဆီးလုပ်ဆောင်ရမည့်နည်းလမ်းများကို သင်ယူထားပါ။

ဓါတုပစ္စည်းအသုံးပြုသည့်အခါတိုင်း သင့်တော်သော အကာအကွယ်ပစ္စည်းများသုံးပါ။

ဓါတုပစ္စည်းများ၏ အမျိုးအစားများနှင့် အန္တရာယ်များကိုလေ့လာပါ။

1784  
1650

မတော်တဆမှုဖြစ်ပွားပါက အကြောင်းကြားရမည့် သက်ဆိုင်ရာဌာနများ၏ ဖုန်းနံပါတ်များကို မှတ်သားထားပါ။

## ဘေးကင်းစေရန်လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း

မတော်တဆမှုဖြစ်ပွားသောနေရာ၏လေဆန်အရပ် ဗီတာဂုပ်ထက်မနည်းသောအကွာအဝေးတွင် ရှောင်နေပါ။

ယိုစိမ့်သောဓါတုပစ္စည်းများကိုမထိရ။

ဓါတုပစ္စည်းအဆိပ်ဓြေ့ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်မှုကို လျော့နည်းစေရန်နာခါင်း၊ပါးစပ်တို့ကို အဝတ်ဖြင့်ပိတ်ထားပါ။

ဓါတုပစ္စည်းယိုစိမ့်သော နေရာတိုက်တွင် မီးမညှိရ။

မတော်တဆဖြစ်မှုအတွက် အကျိုးရှိစေမည့် အချက်အလက်များ နှင့်တကွ သက်ဆိုင်ရာဌာနသို့ ဖုန်းဆက်အကြောင်းကြားပါ။



# လျပ်စစ်ဘေးအန္တရာယ်

လျပ်စစ်ဘေးအန္တရာယ်သည် ပေါ့ဆခြင်း၊ လျပ်စစ်ပစ္စည်းများကို နည်းလမ်းမှားယွင်းစွာအသုံးပြုခြင်း၊ လျပ်စစ်ပစ္စည်းများ၏ အရည်အသွေးစံချိန်မမီခြင်း သို့မဟုတ်ပျက်စီးနေမှုရှိခြင်း တို့မှဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ဓါတ်လိုက်ခြင်း ရှောင်ဖြစ်ခြင်းတို့ကိုဖြစ်စေသည်။ မီးလောင်ခြင်းကိုလည်း ဖြစ်စေပါသေးသည်။

## ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

စံချိန်မီလျပ်စစ်ပစ္စည်းများကို ရွေးချယ်သုံးစွဲပါ။



လျပ်စစ်ပစ္စည်းများကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုနိုင်ရန်နည်းလမ်းကိုလေ့လာပါ။



မြေစိုက်ကြိုးသွယ်ပြီး အလိုလျောက် မီးဖြတ်သောကိရိယာတတ်ဆင်ပါ။



လျပ်စစ်ပစ္စည်းများအဆင်သင့်အသုံးပြုနိုင်သည့် အခြေအနေရရှိမရှိကို အခြေစစ်ဆေးပါ။



အစိုဓါတ်ရှိသောနေရာ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် လျပ်စစ်ပစ္စည်းတတ်ဆင်ခြင်း သို့မဟုတ်နေရာချခြင်း မပြုလုပ်ရ။

လျပ်စစ်ပစ္စည်းချို့ယွင်းနေလျှင် လျပ်စစ်ပြင်သ မားခေါ်ပြီးပြင်ပါ။



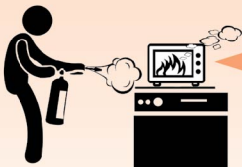
ခန္ဓာကိုယ်စိုစွတ်နေစဉ် သို့မဟုတ်စိုနေသောကြာ မီးပေါ်တွင် ရပ်နေစဉ်လျပ်စစ်ကိုအသုံးပြုခြင်း၊ ထိတွေ့ခြင်းများကိုမလုပ်ရ။

အသုံးပြုပြီးတိုင်း မီးခလုတ်ပိတ်ပါ။ ပလပ်ကြိုးဖြတ်ပါ။



## အရေးပေါ်အခြေအနေတွင်ဆောင်ရွက်ရန်

ဝါယာရှောင်ဖြစ်ခြင်းမှမီးလောင်ခြင်း



လျပ်စစ်မိန်းခလုတ်ကို အမြန်ပိတ်ပါ။ မီးလောင်သော လျပ်စစ်ပစ္စည်းနေရာတဝိုက်ကို မီးငြိမ်းခြန်းဆေးအမြန်ဖြန်းပါ။

ဓါတ်လိုက်နေသူကိုကူညီပါ။

လျပ်စစ်မိန်းခလုတ်ကို အမြန်ပိတ်ပါ။ ဓါတ်လိုက်နေသူကိုမထိပါနှင့်။ ခြောက်သွေ့သော အပတ်သို့မဟုတ်ကြိုးဖြင့်လူကိုဆွဲပါ။



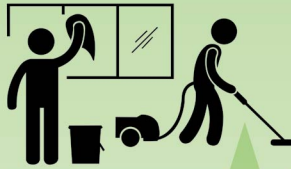


# ကူးစက်ရောဂါ

ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်း၊ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမျိုးအဟောင်းကူးစက်ရောဂါ နှင့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမျိုးအသစ် ကူးစက်ရောဂါတို့အပါအဝင် လူသားချင်းကူးစက်ရောဂါများသည် ရာသီဥတုပူနွေးလာခြင်း၊ ဂေဟစနစ်နှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်မျှခြေမရှိခြင်း၊ လူဦးရေတိုးပွားလာခြင်း၊ ထိုင်းနိုင်ငံသည် ပူနွေးစွတ်စိုသောဒေသတွင် တည်ရှိခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပွားခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းအခြေအနေများသည် ရောဂါပိုးများနှင့် ရောဂါပိုးတဆင့်သယ်ဆောင်သော တိရစ္ဆာန်များကို ပိုမိုများပြားပေါက်ဖွားစေပြီး အလွယ်တကူ မျိုးပြန့်ပွားစေသည်။

## ရောဂါကြိုတင်ကာကွယ်ရန်

အမြဲတမ်းကျန်းမာနေစေရန် မိမိကိုယ်ကိုဂရုစိုက်ပါ။



ကျန်းမာရေးစံနှုန်းနှင့်အညီ အိမ်သန့်ရှင်းရေးကိုဆောင်ရွက်ပါ။

ရောဂါပိုးပေါက်ဖွားစေနိုင်သောနေရာများနှင့် အညစ်အကြေးများကိုသုတ်သင်ရှင်းလင်းပါ။



ပူပူနွေးနွေးစား၊ အလယ်ဖွန်းသုံး၊ လက်ဆေးခြင်းတို့ကိုအတိအကျလုပ်ပါ။

## ကူးစက်ရောဂါပျံ့နှံ့ချိန်တွင်လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်

ရောဂါပိုးကာကွယ်ရန် ကျန်းမာရေးပေးစစ်အကာတတ်ဆင်ခြင်း၊ဂျယ်လီဖြင့်လက်ဆေးခြင်း တို့ပြုလုပ်ပါ။



ရောဂါပိုးကူးစက်သူနှင့် အနီးကပ်မနေပါနှင့်။



လေဝင်လေထွက်မကောင်းသော၊ လူဦးရေထူထပ်သောနေရာများတွင်နေထိုင်ခြင်းကိုရှောင်ရှားပါ။

ခလေး၊ ကိုယ်ပန်ဆောင်၊ အသက်ကြီးသူ၊ နာတာရှည်ရောဂါရှိသူများကို အထူးဂရုစိုက်ပါ။



ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေး ပုံမှန်အခြေအနေ မဟုတ်ပါက ချက်ခြင်းအမြန်ဆရာဝန်ပြုပါ။



ရောဂါကာကွယ်ဆေးများထိုးပါ။





# ဘေးဥပါဒ်များ

ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာခြင်း၊ ရာသီဥတုဖောက်ပြန်လာခြင်း၊ ကမ္ဘာ့လူဦးရေတိုးပွားလာခြင်း၊ စနစ်တကျအစီအစဉ် ချထားမှုမရှိသော သဘာဝသယံဇာတများ နှင့်ဂေဟစနစ်မျှခြေကို ဖျက်ဆီးသည့်ရုဏ်းတိုင်းနှင့်ဆက်စပ်သော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများ စသောအကျိုးဆက်များသည် သဘာဝဘေးများကို ပြင်းထန်မှုနစ်ဆပ်မိဆိုးရွားလာစေခြင်း၊ အကြိမ်အရေအတွက်ပိုများပြီး မကြာခဏဖြစ်လာစေခြင်း၊ ခန့်မှန်းရန်ခက်ခဲစေခြင်းတို့၏ အကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ပါသည်။ သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာတိုးတက်လာခြင်းကလည်း လူသားတို့၏လုပ်ဆောင်ချက်ကြောင့်ဖြစ်လာသော ဘေးများကိုဖြစ်စေသည့် အဓိကအရေးကြီးသည့် အကြောင်းရင်းဖြစ်သေးသည်။ အခြေအနေကိုပိုမိုရှုပ်ထွေးလာစေ သည်။ စီမံထိမ်းချုပ်ရန်ခက်ခဲစေပါသည်။

## အသိဦး ကာကွယ် ဘေးကင်းမယ်



မိုးလေဝသတင်းနှင့် ဘေးအန္တရာယ် အချက်ပေးကြေငြာချက်များကိုအမြဲ နားစွင့်ပါ။

အိမ်တွင်းနှင့် အိမ်ပြင်ပတပ်နံကျင် ဘေးကင်းအောင်စစ်ဆေးပါ။

ပုံမှန်မဟုတ်သောသဘာဝ အချက်ပေးမှုများကိုသတိထားစောင့်ကြည့်ပါ။

ဘေးဥပါဒ်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းတွင်လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်များကိုသိရှိထားပါ။

ဘေးကင်းရာသို့ နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာရှောင်ရန် လေ့လာထားပါ။

ဆက်သွယ်အကူအညီ တောင်းခံရမည့် ဖုန်းနံပါတ်များကို မှတ်သားထားပါ။

ဘေးကင်းရာရှောင်ခြင်းကို ပူးပေါင်းလေ့ကျင့်ကြပါ။

ဘေးဖြစ်ချိန်တွင်သုံးရန်ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

သိရှိနားလည်၊ မိမိကိုယ်ကိုပြောင်းလဲပြင်ဆင်ပြီး ဘေးကင်းသဘာဝကိုလျှောက်လှမ်းပါ။

အခြေအနေပြင်းထန်လာပါက ချက်ချင်းအမြန်ဘေးကင်းရာသို့ ရှောင်ရှားပါ။



အရေးပေါ် နံပါတ်

၁၇၈၄

သတင်းအချက်အလက်ပြန်ကြားရေးဌာနခွဲ၊ သတင်းပြန်ကြားရေးဌာန၊ ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးနှင့်ကူညီရေးဦးစီးဌာန၊ ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီးဌာန ၃/၁၂ အူထောင်နော့လမ်း၊ ဒုစစ်ပြိုနယ်၊ ဒုစစ်ခရိုင်၊ ဘန်ကောက် ၁၀၃၀၀ ဖုန်း/ဖက်စ် ၀-၂၂၄၃-၀၆၇၄ ၀-၂၂၄၃-၂၂၀၀  
www.disaster.go.th