



Heat Wave Action Plan-2023

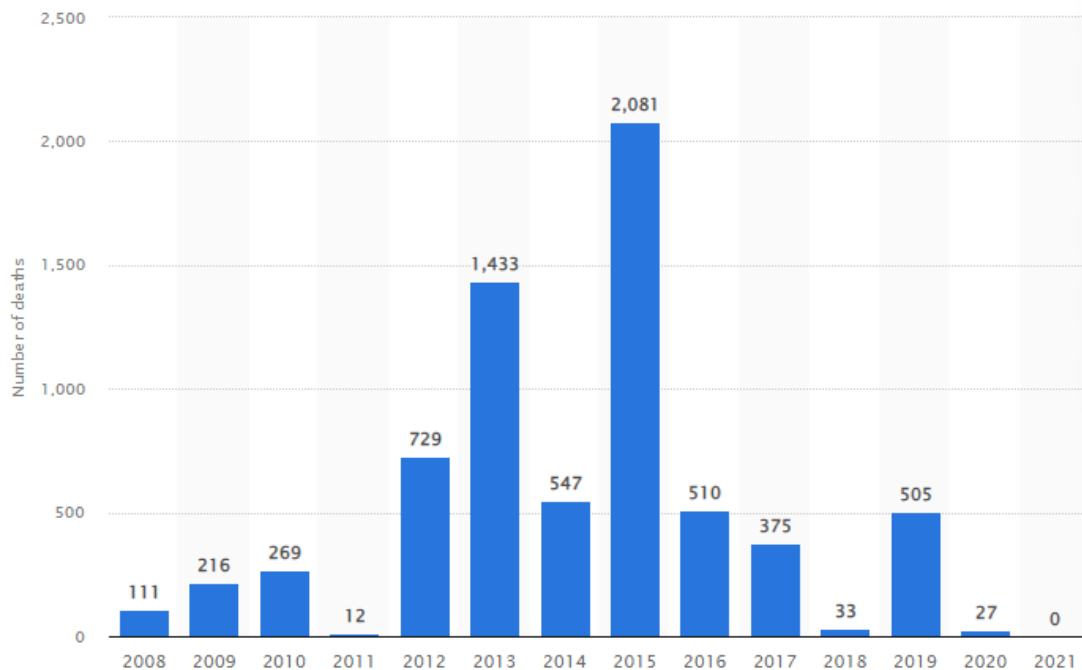


जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण,
बागपत

प्रस्तावना (Preface)

यह उम्मीद की जाती है कि बढ़ते औसत वैश्विक तापमान के कारण दुनिया भर में अत्यधिक गर्म लहरें अधिक आम हो जाएंगी। 21वीं सदी की शुरुआत के बाद से इसमें लगभग एक डिग्री सेंटीग्रेड की वृद्धि हुई है। अल-नीनो प्रभाव के साथ मिलकर मौसम का यह पैटर्न एशिया और यूरोप में तापमान बढ़ा रहा है। इसके अलावा उच्च आर्द्रता, मानव द्वारा महसूस किए जा रहे तापमान के प्रभावों को मिश्रित करती है।

अत्यधिक गर्मी से खतरनाक, यहां तक कि घातक परिणाम हो सकते हैं, जिनमें हीट स्ट्रेस और हीटस्ट्रोक शामिल हैं। भारत भी जलवायु परिवर्तन के प्रभावों के प्रति संवेदनशील है। विशेषज्ञ चेतावनी देते रहे हैं कि बढ़ते तापमान से और बाढ़ें, गर्मी की लहरें, तूफान, समुद्र का जल स्तर बढ़ना और अप्रत्याशित कृषि उपज घटेगी। इस बात के प्रमाण हैं कि जलवायु परिवर्तन चरम मौसम की घटनाओं के साथ-साथ प्राकृतिक आपदाओं की गंभीरता और आवृत्ति में वृद्धि कर रहा है। वनों की कटाई भी पर्यावरणीय अस्थिरता को बढ़ा रही है और ग्लोबल वार्मिंग और जलवायु परिवर्तन में योगदान दे रही है। पिछले कई वर्षों से भारत में लू का चलन बढ़ रहा है, जिससे भारत के कई शहर गंभीर रूप से प्रभावित हुए हैं। **2013** में हीट वेव ने लगभग **1433** से अधिक लोगों की जान ले ली। भारत में **2015** में **2,081** से अधिक लोगों की मौत हुई। हीट वेव ने भारत के विभिन्न चिड़ियाघरों में जानवरों को प्रभावित करने के अलावा मवेशियों और वन्यजीवों की मौत का भी कारण बना।



© Statista 2023

हीट-वेव की बढ़ी हुई घटनाएं और गंभीरता सभी एजेंसियों के लिए आम जनता, पशुधन और वन्य जीवन को बचाने के लिए रोकथाम, तैयारी और सामुदायिक आउटरीच के लिए आवश्यक कार्यवाही करने के लिए एक वेक-अप कॉल है।

अंतर्वस्तु (Content)

क्रम संख्या	अध्याय Chapter	विशेष विवरण Specifications	पेज संख्या
		प्रस्तावना Preface	I.
		अंतर्वस्तु Content	II.
1		Foreward By DM	III.
2		Foreward By ADM	IV.
3	अध्याय 01	परिचय Introduction	1
	1.2	जिला प्रोफाइल District Profile	2
	1.3	हीटवेव (लू) की परिभाषा एवं मौसम विभाग द्वारा परिभाषित संबंधित मानदण्ड Definition of Heatwave and related criteria defined by Meteorological Department	2-3
	1.4	विभिन्न क्षेत्रों पर हीटवेव (लू) का प्रभाव Impact of Heatwave on Different Sector	3-4
	1.5	विगत 05 वर्षों में सर्वाधिक तापमान तथा हीटवेव (लू) दिवस की संख्या Highest temperature and number of Heatwave days during last 05 years	4
4	अध्याय 02	हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्य योजना का सूत्रण Formulation of Heatwave Management Action Plan	5
	2.1	हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्य योजना की आवश्यकता Need for Heat wave Management Action Plan	5
	2.2	हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्य योजना का उद्देश्य Objective of the Heatwave Mangement Action Plan	5
	2.3	जनपद में लू के प्रतिजोखिम का आंकलन Assessment of vulnerability to Heat in the District (Identifying vulnerable areas and population)	5
	2.4	हीटवेव (लू) कार्य योजना की प्रमुख रणनीतियाँ Key Strategies of The Heat wave Action Plan	6
	2.5	हीटवेव पूर्व चेतावनी प्रसार तंत्र Heat wave Early Warning Communication System	7-8
5	अध्याय 03	विभिन्न विभागों/एजेन्सी के चरण वार उत्तरदायित्व Phase Wise Roles and Responsblities Various Deapartment/Agencies)	9-14
	3.1	विभाग वार हीटवेव/लू के पूर्व के समय (जनवरी-मार्च)-लू/हीटवेव के दौरान (अप्रैल-जून) और लू/हीटवेव के बाद के समय (जुलाई-दिसम्बर) के दौरान जिम्मेदारियाँ-	14-17
6	अध्याय 04	हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारियों का प्रबंधन Managing Heat wave Related Illness	18
	4.1	हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारी की रोकथाम। Prevention of Heat Wave Related	18
	4.2	हीट वेव रोगों/विकारों के लक्षण एवं प्रथमोचार।	18-19

		Identification of Heat Wave Related Illness & First Aid	
	4.3	हीटवेव (लू) से प्रभावित मृतकों की पहचान करना तथा आंकड़ों का संग्रहण। Identification of Heat Wave Related Casualties & Collection of Data	19
	4.4	हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारियों के प्रबंधन के लिये जन स्वास्थ्य सुविधाओं की पूर्व तैयारी। Public Health Facilities preparedness for Managing of Heat Related Illness	19
	4.5	हीटवेव (लू) के दौरान “क्या करें क्या न करें” Do’s & Dont’s during Heat Wave	20-21
	अध्याय 05	जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण/जिला प्रशासन द्वारा की गयी गतिविधियाँ। Activities under taken by DDMA’s/District Administration.	22
	5.1	हीटवेव से संबंधित बीमारियों के प्रबंधन के लिये अभिनव कार्य/ बेस्ट प्रैक्टिसेज, उपाय (सामुदायिक जागरूकता, स्वास्थ्य सेवाओं की पूर्व तैयारी, कमजोर वर्ग के लिये सुरक्षात्मक उपाय, आंकड़ों का संग्रह एवं प्रतिवेदन तथा अन्य कार्य। Innovative Action/Best Practices/Measure for Management of Heat Related Illness, Community Awareness, Health Facilities Preparedness, Preventing Vulnerable population, Data Recording and Reporting.	22-23
	5.2	क्षमतावर्धन एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम की रूपरेखा। Capacity Building & Profile of Training Programme	24
	5.3	दीर्घ कालिक हीटवेव (लू) से सुरक्षा के उपाय। Long Term Heat Resilience Measures	24
	5.4	वित्तीय प्रावधान Budgetary Provision	24-25
		संलग्नक—(Annexure) 1. सूचना 2. शिक्षा एवं संचार सामग्री। (IEC Material)	26-38
	6	महत्वपूर्ण फोन नम्बर की लिस्ट (नोडल अधिकारी सहित) List of Important Phone Number (Including Nodal Officer)	39-40



Shri Raj kamal Yadav (IAS),
District Magistrate, Baghpat

Foreward

यह मुझे बहुत खुशी देता है कि बागपत जिले के लिए एक विस्तृत "हीट वेव प्लान 2023" तैयार किया गया है। जिसमें संबंधित लाइन विभागों के सभी विवरण शामिल हैं, जो एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। मैं राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग, बागपत को दस्तावेज की तैयारी और कार्यान्वयन के लिए सभी आवश्यक सहयोग और मार्गदर्शन प्रदान करने के लिए धन्यवाद देना चाहता हूँ।

भारत में 2015 में 2,081 से अधिक लोगों की मौत हुई। हीट वेव ने भारत के विभिन्न चिड़ियाघरों में जानवरों को प्रभावित करने के अलावा मवेशियों और वन्यजीवों की मौत का भी कारण बना। पिछले 5 वर्षों में 2022 सबसे अधिक गर्म रहा है।

वर्तमान हीट वेव प्लान – 2023 हितधारकों, नीति निर्माताओं, प्रशासकों, क्षेत्र स्तर के अधिकारियों और जिला कलेक्टरों को गर्मी के प्रभाव को कम करने में मदद करने के लिए तैयार किया गया है। मैं हताहतों की संख्या में और कमी लाने के लिए कार्ययोजना के सफल कार्यान्वयन की कामना करता हूँ। यह सुझाव दिया जाता है कि आपदा न्यूनीकरण के तंत्र को समझने और समझाने के लिए विभिन्न विभागों के जिला स्तर के अधिकारी सावधानी पूर्वक योजना का अध्ययन करेंगे।

मुझे उम्मीद है कि यह दस्तावेज जिला प्रशासन बागपत का मार्गदर्शन करेगा और लू की स्थिति से योजनाबद्ध तरीके से निपटने में सहायक होगा।


(राज कमल यादव)
जिलाधिकारी
बागपत।

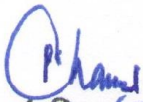


ADM (F/R)/CEO -Partipal Chauhan,
District Disaster Management Authority, Baghpat

Foreward

जनपद बागपत ने एक हीट वेव प्रबंधन योजना की परिकल्पना की है जो सहभागी दृष्टिकोण के माध्यम से तैयार की गई है और सटीक और उपयोगकर्ता के अनुकूल है। मैं श्री अश्वनी कुमार (जिला आपदा विशेषज्ञ, बागपत) और विभिन्न विभागों, हितधारकों द्वारा हीट वेव योजना बागपत की तैयारी के प्रयासों की सराहना करता हूँ।

यूपीएसडीएमए (UPSDMA) के दिशानिर्देशनुसार हीट वेव एक्शन प्लान 2023 का मुख्य उद्देश्य हीटवेव प्रबंधन योजना तैयार करके जनपद को सुरक्षा प्रदान करना है। यह विभिन्न विभागों, व्यक्तियों और समुदायों को गर्मी कम करने के पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करने और अपने पड़ोसियों, दोस्तों, रिश्तेदारों और खुद को बहुत हीट वेव के दौरान अपरिहार्य स्वास्थ्य समस्याओं से बचाने के लिए एकजुटता और समन्वय में मदद करेगा। मुझे विश्वास है कि बागपत की यह हीट वेव योजना जिले के हीट वेव शमन प्रयासों में काफी हद तक मदद करेगी और बाद में हीट वेव के कारण होने वाले जान-माल के नुकसान को कम करेगी।


(प्रतिपाल चौहान)
अपर जिलाधिकारी (वि०/रा०)
बागपत।

अध्याय 01: पृष्ठभूमि एवं वस्तु स्थिति (Background and Current Situation)

भारत, लगभग 1.32 बिलियन लोग दुनिया का दूसरा सबसे अधिक आबादी वाला देश है। जिसमें जनसंख्या घनत्व का उच्च स्तर है। भारत दुनिया के सबसे खराब आपदा प्रवण देशों में से एक है। 2011 की जनगणना के अनुसार, भारत की 31% आबादी शहरी क्षेत्रों में रहती है और 69% ग्रामीण क्षेत्रों में रहती है। प्रवृत्ति से पता चलता है कि शहरी क्षेत्रों में रहने वाले व्यक्तियों की संख्या प्रवास और बढ़ते शहरीकरण के कारण ग्रामीण क्षेत्रों में आबादी की तुलना में तेज दर से बढ़ती रहेगी।

विश्व मौसम विज्ञान संगठन, यह सीधे समुदायों को प्रभावित कर रहा है; (WMO) 2011 और 2012 के दौरान के दौरान वैश्विक जलवायु पर बयानों से संकेत मिलता है कि वैश्विक तापमान में वृद्धि जारी है।

21 वीं में सबसे अधिक भूमि क्षेत्र में संख्या, तीव्रता और अवधि में वृद्धि करने का अनुमान है, जो तापमान और वर्षा के पैटर्न में क्रमिक, कपटी परिवर्तन के माध्यम से अपनी आजीविका को कम कर रहा है, और जिसके परिणामस्वरूप बाढ़, साइक्लोन, जैसे खतरों की आवृत्ति और तीव्रता बढ़ जाती है, सूखे, बेमौसम बारिश और ओलावृष्टि, जिससे फसलों और कृषि-ग्रामीण अर्थव्यवस्था को व्यापक नुकसान होता है। हीट वेव असामान्य रूप से उच्च तापमान की अवधि है, जो कि सामान्य अधिकतम तापमान से अधिक है जो प्री-मानसून (अप्रैल से जून) गर्मियों के मौसम के दौरान होता है। हीट –वेव आमतौर पर मार्च से जून के बीच होते हैं, और कुछ दुर्लभ मामलों में जुलाई तक भी विस्तार होता है। भारत के इंडो-गैंगेटिक मैदानों पर गर्मी की लहरें अधिक होती हैं। **भारत ने 2022 में 16 राज्यों में 280 हीट वेव दिन दर्ज किए –जो कि एक दशक में सबसे अधिक है।**

उच्च आर्द्रता और परिणामी वायुमंडलीय स्थितियों के साथ अत्यधिक तापमान इन क्षेत्रों में रहने वाले लोगों पर प्रतिकूल प्रभाव डालते हैं, जिससे शारीरिक तनाव होता है, कभी-कभी मृत्यु भी हो जाती है। यह असामान्य और असुविधाजनक गर्म मौसम मानव और पशु स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है और सामुदायिक बुनियादी ढांचे जैसे कि बिजली आपूर्ति, सार्वजनिक परिवहन और अन्य आवश्यक सेवाओं में भी बड़ा व्यवधान पैदा कर सकता है।

1.1 परिचय (Introduction):-

हीट वेव को **“साइलेंट डिजास्टर”** भी कहा जाता है क्योंकि यह धीरे-धीरे विकसित होती है और पूरे देश में मनुष्यों और जानवरों को मारती और घायल करती है। जलवायु परिवर्तन के कारण वैश्विक स्तर पर लंबी अवधि के उच्च दैनिक चरम तापमान और अधिक तीव्र गर्मी की लहरें लगातार बढ़ रही हैं। भारत भी हर बीतते साल के साथ गर्मी की लहरों के बढ़ते मामलों के संदर्भ में जलवायु परिवर्तन के प्रभाव को महसूस कर रहा है। महत्वपूर्ण बात यह है कि, क्या करें और क्या न करें। स्वास्थ्य सुविधाओं के लिए जल्दी रिपोर्ट करने और समय पर निदान और उपचार के बाद, निवारक कार्यों पर जनता को शिक्षित करके हीट वेव के प्रतिकूल प्रभाव को रोका जा सकता है।

भारत में वर्तमान गर्मी की लहर के पीछे क्या कारण है? मार्च में राजस्थान के पश्चिमी हिस्सों पर एंटी-साइक्लोन और पश्चिमी विक्षोभ की अनुपस्थिति ने शुरुआती और अत्यधिक गर्मी की लहरों को ट्रिगर किया था। वातावरण में उच्च दबाव प्रणालियों के आसपास हवाओं के डूबने से प्रतिचक्रवात गर्म और शुष्क मौसम का कारण बनते हैं। सक्रिय पश्चिमी विक्षोभ की कमी के कारण समय-समय पर हल्की वर्षा और गरज के साथ वर्षा की अनुपस्थिति, वर्ष के इस समय के लिए विशिष्ट है। हालांकि

उत्तर-पश्चिम भारत में मार्च और अप्रैल में कम से कम चार पश्चिमी विक्षोभ देखे गए, लेकिन वे इतने मजबूत नहीं थे कि मौसम में महत्वपूर्ण बदलाव ला सकें। इस क्षेत्र में 2022 में 1 मार्च से 20 अप्रैल तक कोई महत्वपूर्ण प्री-मानसून गतिविधि नहीं देखी गई, जिसने लगातार गर्मी की लहर की घटनाओं की गंभीरता को बढ़ा दिया।

जिला प्रोफाइल (District Profile) :-

महाभारत के पांडव बंधुओं द्वारा स्थापित इस शहर को मूल रूप से व्याघ्रप्रस्थ ("टाइगरसीटी") के रूप में जाना जाता था क्योंकि कई शताब्दियों पहले बाघों की आबादी पाई गई थी, और पांडव भाइयों द्वारा पूछे गए पांच गांवों में से एक था महाभारत से बचने के लिए दुर्योधन ने बरनावा, बड़ौत के पास, लाक्षाग्रह का स्थान है - लाख से बना महल, जिसे दुर्योधन के एक मंत्री पुरोचन ने पांडवों को मारने के लिए बनवाया था।

कहानी के कई संस्करण हैं जैसे शहर ने इसका नाम कैसे अर्जित किया। एक कम लोकप्रिय संस्करण में कहा गया है कि शहर ने संस्कृत शब्द वाक्यप्रस्थ ("भाषण देने वाले शहर") से अपना नाम प्राप्त किया है। इस तरह के शब्दों और संस्करणों से प्रेरित होकर, मुगल काल के दौरान शहर को अंततः बागपत नाम दिया गया।

भौगोलिक स्थिति:- जनपद बागपत समुद्र तल से 253 मीटर (830ft) उचाई पर, यमुना नदी के पूर्वी तट पर स्थित है। यह 28° 57' 0" N, 77° 13' 0" E के भौगोलिक निर्देशांक पर स्थित है। यह नदी पश्चिम से हरियाणा राज्य के पानीपत और सोनीपत जिले से अलग करती है। उत्तर में जनपद शामली व मुजफ्फरनगर की सीमा मिलती है। पूर्व में मेरठ और उत्तर में गाजियाबाद और दिल्ली स्थित है। यमुना, हिण्डन, कृष्णा जनपद की तीन प्रमुख नदिया हैं।

1.3 हीट वेव घोषणा मानदंड:-

विश्व मौसम विज्ञान संगठन (WMO) ने अभी तक ऊष्मा तरंगों के लिए एक मानक और गणितीय रूप से कठोर परिभाषा नहीं अपनाई है। आईएमडी के अनुसार, हीट-वेव घोषित करने के लिए, कम से कम दो दिनों के लिए मौसमसंबंधी उप-मंडल में कम से कम 2 स्टेशनों में निम्नलिखित मानदंड पूरे होने चाहिए और इसे दूसरे दिन घोषित किया जाएगा। एक सब-डिवीजन पर हीट-वेव का पूर्वानुमान केवल तभी जारी किया जाएगा जब सब-डिवीजन में कम से कम दो स्टेशनों पर ऐसी स्थितियों का अनुभव होने की उम्मीद हो। (source: <https://www.researchgate.net/publication/361100221>)

जब तक किसी स्टेशन का अधिकतम तापमान मैदानों के लिए कम से कम 40°C और पहाड़ी क्षेत्रों के लिए कम से कम 30°C तक नहीं पहुँच जाता है तब तक हीट वेव पर विचार नहीं किया जाना चाहिए।

- जब किसी स्टेशन का सामान्य अधिकतम तापमान 40 °C से कम या उसके बराबर हो तो

हीट वेव: सामान्य से प्रस्थान 05 °C से 06 °C है।

गंभीर हीट वेव: सामान्य से प्रस्थान 7 °C या अधिक

- जब किसी स्टेशन का सामान्य अधिकतम तापमान 40 °C से अधिक होता है।

हीट वेव: सामान्य से प्रस्थान 04°C से 05 °C

गंभीर हीट वेव: सामान्य से प्रस्थान 6 °C होता है या अधिक।

- जब सामान्य अधिकतम तापमान के बावजूद वास्तविक अधिकतम तापमान 45°C या उससे अधिक रहता है, तो गर्मी की लहरों को घोषित किया जाना चाहिए।

1.4 विभिन्न क्षेत्रों पर हीट वेव (लू) का प्रभाव (Impact of Heat Wave On Different Sector)

स्वास्थ्य पर प्रभाव (Health):-

- गर्मी की लहरों ने मानव स्वास्थ्य के लिए गंभीर चुनौतियां पेश की हैं और सार्वजनिक स्वास्थ्य आपात स्थिति पैदा की है। लंबे समय तक गर्मी के संपर्क में रहने से हीट स्ट्रोक और हीट थकावट होती है और विभिन्न श्वसन और हृदय रोग होते हैं।

(source: <https://www.researchgate.net/publication/361100221>)

आजीविका पर प्रभाव (Livelihood):-

- कार्य दिवसों के नुकसान के कारण गरीब और सीमांत किसानों की आजीविका पर नकारात्मक प्रभाव पड़ा है। किसानों पर प्रभाव के अलावा, गर्मी की लहरें खेतिहर मजदूरों, छोटे रेहड़ी-पटरी वालों, ईंट बनाने वाले श्रमिकों, निर्माण श्रमिकों और रिक्शा चालकों के जीवन पर प्रतिकूल प्रभाव डालती हैं। भारत में, यह अनुमान लगाया गया है कि गर्मी की लहरों के परिणामस्वरूप 2030 तक 9.04% कृषि श्रमिकों, 5.29% उद्योग श्रमिकों, 9.04% निर्माण श्रमिकों और 1.48% अन्य सेवा श्रमिकों के काम के घंटे कम हो जाते हैं (अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन, 2019)। गर्मी की लहरों का इन श्रमिकों की उत्पादकता पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है और इससे भारत की समग्र अर्थव्यवस्था प्रभावित होती है।

अर्थव्यवस्था पर प्रभाव (Economic):-

गर्मी की लहरों की लगातार घटना भी अर्थव्यवस्था के विभिन्न क्षेत्रों पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है। उदाहरण के लिए, कार्य दिवसों के नुकसान के कारण गरीब और सीमांत किसानों की आजीविका पर नकारात्मक प्रभाव पड़ा है। हीटवेव का इन श्रमिकों की उत्पादकता पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है, जिससे अर्थव्यवस्था पर असर पड़ता है।

- 2019 की एक ILO रिपोर्ट के अनुसार, भारत ने 1995 में गर्मी के तनाव के कारण लगभग 4.3% काम के घंटे खो दिए और 2030 में 5.8% काम के घंटे कम होने की उम्मीद है।
- यह यह भी दर्शाता है कि 2030 में गर्मी के तनाव के कारण प्रत्येक कृषि और निर्माण क्षेत्र में क्रमशः 9.04% काम के घंटे कम होने की उम्मीद है।

भूजल पर प्रभाव (Underground Water) :-

अत्यधिक तापमान या गर्मी की लहरों ने वाष्पोत्सर्जन में वृद्धि की और परिणामस्वरूप फसलों के लिए सिंचाई की संख्या में वृद्धि हुई। कई स्थानों पर, गर्मी की लहरों ने पानी की खपत को बढ़ा दिया जिसके परिणामस्वरूप भूजल की अधिक निकासी हुई जिससे भूजल की कमी हुई और बिजली का अधिक उपयोग हुआ जिसके परिणामस्वरूप उच्च उत्सर्जन हुआ।

कृषि पर प्रभाव (Agriculture):-

उत्तर प्रदेश के कई जिलों में अत्यधिक तापमान के कारण वनस्पति खराब हुई और गोभी और फूलगोभी जैसी सब्जियों की वृद्धि रुक गई। कई जिलों में गर्मी की लहर के परिणामस्वरूप वनस्पति की खराब वृद्धि, पौधों की छतरी में कमी, कई सब्जियों की फसलों में गंभीर फूल और फल गिरना, ककड़ी,

करेले का जल्दी सूखना, टमाटर में दरारें और झुलसना, फलों के आकार में कमी और वजन में कमी 40 से 50% तक। गर्मी की लहरों के कारण उत्तर प्रदेश में सामान्य स्थिति की तुलना में खीरे और करेले की उपज में 30 से 50% और टमाटर में 40% से अधिक की कमी आई है। पौधे की छतरी में कमी, गंभीर फूल और फलों का गिरना, फलों का जबरन पकना, टमाटर में फलों का जलना और झुलसना, और फलों के आकार और वजन में 40% की कमी देखी गई। अधिकतम तापमान में वृद्धि के कारण पौधों की वृद्धि रुक गई, प्रजनन चरण की शुरुआत, सफेद मक्खियों का एक उच्च संक्रमण, भिंडी का मुरझाना और झुलसना, फलों के आकार और वजन में 40 से 50% की कमी, फलों के जबरन पकने, फटने और सनस्कल्ड के कारण टमाटर में लक्षण, और उत्तर प्रदेश में प्याज के बल्ब के आकार में 30% की कमी देखी गई। गर्मी की लहर के कारण गोरखपुर में भिंडी, टमाटर और प्याज की पैदावार सामान्य स्थिति की तुलना में क्रमशः 20 से 25%, गोंडा और झांसी में 25 से 40% और कुशीनगर में 25 से 30% कम हो गई।

पशुओं पर प्रभाव (Livestock) :-

गर्म मौसम ने पशुओं और दुधारू पशुओं के शरीर के तापमान में 0.5 से 3.5 डिग्री सेल्सियस की वृद्धि की। उत्तर प्रदेश के गोरखपुर और झांसी जिलों में गर्म हवाओं के कारण दुधारू पशुओं के लिए हरे चारे की उपलब्धता कम हो गई और दूध की उपज में 11% तक की कमी देखी गई।

मुर्गी पालन पर प्रभाव (Poultry):-

हीट वैक्स ने हीट वेव के शुरुआती 2 दिनों के दौरान परतों में अंडे के उत्पादन को 10% तक कम कर दिया और फिर परिवेश के तापमान के आधार पर बाद के दिनों में गिरावट को लगभग 4-7% तक बनाए रखा गया। ब्रायलर चिकन में शरीर के वजन में कमी निर्धारित मानक (35 वें दिन लगभग 2 किग्रा) की तुलना में लगभग 500-600 ग्राम पक्षी थी। गर्मी के मौसम के दौरान, प्रदर्शन में कमी फीड सेवन में महत्वपूर्ण कमी के साथ निकटता से जुड़ी हुई थी

(ब्रॉयलर में 15-20% और अंडे देने वाली मुर्गी में 35 ग्राम पक्षी दिन)। कम फीड सेवन भी अंडे के वजन में लगभग 3-5 ग्राम की कमी के साथ जुड़ा हुआ है।

गर्मी की लहरों ने परतों की मृत्यु दर को प्रति माह 0.5% की नियमित मृत्यु दर के मुकाबले प्रति माह 3.5-4.0% तक बढ़ा दिया। इसी तरह, ब्रायलर चिकन में हीट वेव से मृत्यु दर में 8% तक की वृद्धि हुई। तीव्र गर्मी तनाव के दौरान रोग के प्रकोप और मृत्यु दर के कारण के रूप में प्रतिरक्षा दमन को जिम्मेदार ठहराया गया था।

1.5 विगत 05 वर्षों में सर्वाधिक तापमान तथा हीटवेव (लू) दिवस की संख्या

Highest temperature and number of heatwave days during last 05 years

source : krishi Vigyan kendr, Baghpat)

Year	Maximum Temperature Recorded					Number of Heat Wave days
	March	April	May	June	July	
2018	37	43	46	45	41	04
2019	35	41	43	46	43	07
2020	32.2	39.2	43.5	39.4	37.6	05
2021	33.7	41.5	40	44.5	44.2	06
2022	40.1	44.9	46.9	46.2	39.7	15

अध्याय 02 :- हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्ययोजना का सूत्रण (Formulation of Heatwave Management Action Plan)

जनपद के हीटवेव के प्रबंधन के लिए एक समन्वित बहु-एजेंसी दृष्टिकोण की आवश्यकता है। वर्तमान में गर्मी की लहरों की समस्या का प्रबंधन परिचालन स्तर पर किया जा रहा है लेकिन इसे रणनीतिक स्तर पर प्रबंधित करने की आवश्यकता है। गर्मी की लहरों के प्रबंधन में स्पष्ट भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की आवश्यकता है, पर्याप्त सामरिक निगरानी, और कई प्रणालियों में सक्रियण और डेटा साझा करने के लिए ट्रिगर्स के आसपास अधिक स्पष्टता और पूरे समुदाय में अत्यधिक गर्मी के प्रभावों का मानचित्रण (Mapping) या विश्लेषण जरूरी है।

2.1 हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्ययोजना की आवश्यकता (Need for Heatwave Management Action Plan)

गर्मी की लहरों के जनपद के प्रबंधन के लिए एक समन्वित बहु-एजेंसी दृष्टिकोण की आवश्यकता है। वर्तमान में, गर्मी की लहरों की समस्या को परिचालन स्तर पर प्रबंधित किया जा रहा है लेकिन इसे रणनीतिक स्तर पर प्रबंधित करने की आवश्यकता है। गर्मी की लहरों के प्रबंधन में स्पष्ट भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की आवश्यकता है, पर्याप्त सामरिक निगरानी, और कई प्रणालियों में सक्रियण और डेटा साझा करने के लिए ट्रिगर्स के आसपास अधिक स्पष्टता और पूरे समुदाय में अत्यधिक गर्मी के प्रभावों का मानचित्रण या विश्लेषण।

2.2 हीटवेव (लू) प्रबंधन कार्ययोजना की उद्देश्य (Objective of the Heat Wave Management Action Plan)

हीट-वेव एक्शन प्लान का उद्देश्य भारत के शहरों/कस्बों में अत्यधिक गर्मी प्रतिक्रिया गतिविधियों के कार्यान्वयन, समन्वय और मूल्यांकन के लिए एक ढांचा प्रदान करना है जो अत्यधिक गर्मी के नकारात्मक प्रभाव को कम करता है। योजना का प्राथमिक उद्देश्य उन आबादी को उन जगहों पर गर्मी से संबंधित बीमारी के जोखिम के बारे में सचेत करना है जहां अत्यधिक गर्मी की स्थिति या तो मौजूद है या करीब है, और उचित सावधानी बरतने के लिए, जो उच्च जोखिम में हैं। सभी शहर अपने अनुभव से सीख सकते हैं और अपने विशिष्ट तहसील/कस्बों में हीट वेव से निपटने के लिए एक योजना विकसित कर सकते हैं और इस प्रकार नकारात्मकता को कम कर सकते हैं। अत्यधिक गर्मी का स्वास्थ्य प्रभाव। इसके अलावा राज्य सरकारों को भी लू से निपटने के लिए व्यापक योजना तैयार करनी चाहिए।

2.3 जनपद में लू के प्रति जोखिम का आंकलन (कमजोर वर्ग एवं क्षेत्र की पहचान करना)(Assessment of Vulnerability to Heat in the District (Identifying Vulnerable Areas and Population))

जो लोग 60 वर्ष से अधिक आयु के सबसे अधिक जोखिम वाले लोग होते हैं, शिशु व छोटे बच्चे, गर्भवती या स्तनपान करवाने वाली महिलाएँ, लोग जिनका वजन ज्यादा है या जो स्थूलकाय हैं, लोग जो अधिक चल फिर नहीं सकते, लोग जो अपने आप अकेले रहते हैं, जिनका कोई घर नहीं है या कोई सामाजिक सहारा नहीं है, लोग जो गर्म वातावरण में काम करते हैं, लोग जो गर्मी में जोशपूर्ण रूपसे व्यायाम करते हैं, लोग जिन्हें लम्बी, पुरानी बीमारियाँ है (जैसे कि दिल की बीमारी, उँचा रक्त चाप, डाईबिटीज या गुर्दे की बीमारी, मानसिक बीमारी, डिमेन्शिया, शराब या अन्य मादक द्रव्यों को

लेना), लोग जिन्हें घातक बीमारी है, जैसे कि कोई संक्रामक रोग जिसमें बुखार या आँतों में सूजन (Gastroenteritis) की बीमारी हो (दस्त अथवा अब उल्टी आना)। गर्मी के मौसम में सभी का ध्यान रखना चाहिए पर कई लोगों को गर्मी के कारण गम्भीर हो सकते हैं। जनपद बागपत में उक्त से सम्बन्धित ऐसा कोई क्षेत्र नहीं है, जिससे पशुपालन/पशु प्रभावित हो किसी भी स्थिति में अगर प्रभावित हो जाता है तो जनपद स्तर पर पूर्ण तैयारी कर ली जाती है।

2.4 हीटवेव (लू) कार्ययोजना की प्रमुख रणनीतियाँ (Key Strategies of the Heat Wave Action Plan)

हीट-वेव एक्शन प्लान का उद्देश्य व्यक्तियों और समुदायों को अपने पड़ोसियों, दोस्तों, रिश्तेदारों और खुद को बहुत गर्म मौसम के दौरान परिहार्य स्वास्थ्य समस्याओं से बचाने में मदद करना है। ब्रॉडकास्ट मीडिया और अलर्ट करने वाली एजेंसियों को भी यह योजना उपयोगी लग सकती है। गंभीर और विस्तारित गर्मी की लहरें भी सामान्य, सामाजिक और आर्थिक सेवाओं में व्यवधान पैदा कर सकती हैं। इस कारण से, दीर्घकालिक रणनीतिक योजना पर स्वास्थ्य और अन्य संबंधित विभागों के साथ मिलकर काम करते हुए, स्थानीय स्तर पर गर्मी की लहरों को तैयार करने और प्रतिक्रिया देने में सरकारी एजेंसियों की महत्वपूर्ण भूमिका होगी।

- **पूर्व चेतावनी प्रणाली और अंतर-एजेंसी:-** अनुमानित उच्च और चरम तापमान पर निवासियों को सचेत करने के लिए पूर्व चेतावनी प्रणाली और अंतर-एजेंसी समन्वय स्थापित करें। कौन क्या करेगा, कब और कैसे करेगा, यह विशेष रूप से स्वास्थ्य के लिए व्यक्तियों और प्रमुख विभागों की इकाइयों को स्पष्ट किया जाता है।
- **क्षमता निर्माण/प्रशिक्षण कार्यक्रम:-** गर्मी से संबंधित बीमारियों की पहचान करने और प्रतिक्रिया देने के लिए स्थानीय स्तर पर स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों के लिए **क्षमता निर्माण/प्रशिक्षण कार्यक्रम**, विशेष रूप से अत्यधिक गर्मी की घटनाओं के दौरान। इन प्रशिक्षण कार्यक्रमों को चिकित्सा अधिकारियों, पैरामेडिकल स्टाफ और सामुदायिक स्वास्थ्य कर्मचारियों पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए ताकि वे मृत्यु दर और बीमारी को कम करने के लिए गर्मी से संबंधित चिकित्सा मुद्दों को प्रभावी ढंग से रोक सकें और उनका प्रबंधन कर सकें।
- **व्यक्तिगत, सामुदायिक समूह और मीडिया:-** अत्यधिक गर्मी के प्रभावों से लड़ने के लिए व्यक्ति, सामुदायिक समूह और मीडिया भी आवश्यक हैं। व्यक्ति खुद को, अपने परिवार को, और अपने समुदायों को हानिकारक गर्मी की लहरों से बचाने के लिए विशिष्ट निवारक कदम उठा सकते हैं, जिनमें शामिल है।

—हीट वेव के शुरुआती लक्षणों के बारे में अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य केंद्र से बात करना।

—अत्यधिक गर्मी के दौरान भारी काम को सीमित करना।

—पानी पीना।

—धूप से बाहर रहना।

—हल्के रंग के और सूती कपड़े पहनना—पड़ोसियों की जाँच करना।

—अपने साथी समुदाय के सदस्यों को Cool रहने के बारे में सूचित करना और खुद को गर्मी से बचाएं।

मीडिया स्वास्थ्य खतरों के बारे में समाचार साझा करके एक आवश्यक जागरूकता-निर्माण भूमिका निभाता है, और विज्ञापन चलाकर और स्थानीय संसाधनों की जानकारी प्रदान करके सार्वजनिक सुरक्षा को बढ़ाता है।

- **जन जागरूकता और सामुदायिक पहुँच:-** प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक और सोशल मीडिया और सूचना, शिक्षा और संचार (IEC) सामग्री जैसे पैम्फलेट, पोस्टर और विज्ञापन और टेलीविजन विज्ञापनों (टीवीसी) के माध्यम से अत्यधिक गर्मी-लहर से बचाव के बारे में जन जागरूकता संदेश प्रसारित करना और गर्मी से संबंधित बीमारियों के इलाज के उपाय।
- **गैर-सरकारी और नागरिक समाज के साथ सहयोग:-** गैर-सरकारी संगठनों और नागरिक समाज संगठनों के साथ सहयोग बस स्टैंडों में सुधार, अस्थायी आश्रयों का निर्माण, जहां आवश्यक हो, सार्वजनिक क्षेत्रों में बेहतर जल वितरण प्रणाली और हीट वेव की स्थिति से निपटने के लिए अन्य नवीन उपाय।

2.5 हीटवेव पूर्व चेतावनी प्रसार तंत्र (Heat Wave Early Warning Communication System)

भारत मौसम विज्ञान विभाग (IMD), पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय, मौसम-संवेदनशील गतिविधियों के इष्टतम संचालन के लिए सभी मौसम संबंधी खतरों के लिए चेतावनी सहित वर्तमान और पूर्वानुमान मौसम की जानकारी प्रदान करने के लिए नोडल एजेंसी है। यह उष्णकटिबंधीय चक्रवातों, तेज हवाओं, भारी वर्षा/बर्फ, गरज-तूफान, ओलावृष्टि, धूल भरी आंधी, गर्मी की लहर, गर्म रात, कोहरा, शीत लहर, ठंडी रात, जमीनी पाला आदि जैसी गंभीर मौसम की घटनाओं के खिलाफ चेतावनी प्रदान करता है। यह भी प्रदान करता है वास्तविक समय डेटा और अधिकतम तापमान, गर्मी की लहर चेतावनी, चरम तापमान, और कमजोर शहरों/ग्रामीण क्षेत्रों के लिए गर्मी अलर्ट की मौसम भविष्यवाणी करता है। जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण को चेतावनी प्राप्त होते ही सभी एस0,डी0,एम0 और तहसीलदार को ईमेल, फोन, व्हाट्सपप पर सूचित कर दिया जाता है। लेखपालों, बी0डी0ओ0, ग्राम प्रधानों आदि द्वारा तत्काल प्रभाव से प्रचार-प्रसार कराया जाता है।

2.5.1 हीट-वेव के संकेतक (Indicators of Heat-Wave)

पूर्व चेतावनी प्रणालियां निर्णय लेने वालों की तैयारियों और अनुकूल मौसम स्थितियों का लाभ उठाने के लिए उनकी तत्परता को बढ़ा सकती हैं। प्राकृतिक खतरों के लिए पूर्व चेतावनी प्रणाली ठोस वैज्ञानिक और तकनीकी ज्ञान दोनों पर आधारित है। विनाशकारी मृत्यु दर और हालिया हीट-वेव घटनाओं की बीमारी के जवाब में, कई देशों ने हीट-वेव पूर्व चेतावनी प्रणाली की शुरुआत की है। हीट-वेव प्रारंभिक चेतावनियों को कमजोर आबादी को रोकथाम के उपायों की समय पर अधिसूचना के माध्यम से हीट-वेव से बचने योग्य मानव स्वास्थ्य परिणामों को कम करने के लिए डिजाइन किया गया है।

2.5.2 हीट अलर्ट या हीट वार्निंग का पूर्वानुमान और जारी करना (Forecast and Issuance of Heat Alert or Heat Warning)

भारत मौसम विज्ञान विभाग (IMD): आईएमडी मौसम संबंधी टिप्पणियों के लिए अनिवार्य है और मौसम-संवेदनशील गतिविधियों के इष्टतम संचालन के लिए वर्तमान और पूर्वानुमानित मौसम संबंधी जानकारी प्रदान करता है। यह उष्ण कटिबंधीय चक्रवात, धूल भरी आंधी, भारी बारिश और बर्फ, ठंड और गर्मी की लहरों आदि जैसी गंभीर मौसम की घटनाओं के खिलाफ चेतावनी प्रदान करता है। यह वास्तविक समय डेटा और अधिकतम तापमान, हीटवेव चेतावनियों और कमजोर लोगों के लिए हीट-अलर्ट भी प्रदान करता है। गंभीरता और आवृत्ति के शहर/ग्रामीण क्षेत्र। आईएमडी समय पूर्वानुमान की निम्नलिखित सीमा और वैधता प्रदान करता है:

कलर कोड	सतर्क	चेतावनी	प्रभाव	सुझाव
हरा कोई कार्रवाई नहीं	सामान्य दिन	अधिकतम तापमान सामान्य है	आरामदायक तापमान। किसी सावधानी की आवश्यकता नहीं है	शून्य
पीला अलर्ट(तैयार रहें)	हीट अलर्ट	जिला स्तर पर लू की स्थिति, 2 दिनों तक बने रहने की संभावना है।	गर्मी आम जनता के लिए सहनीय है लेकिन कमजोर लोगों के लिए मध्यम स्वास्थ्य चिंता का विषय है उदाहरण शिशुओं, बुजुर्गों, पुरानी बीमारियों वाले लोग।	गर्मी के संपर्क में आने से बचें
ऑरेंज अलर्ट (तैयार रहें)	दिन के लिए भीषण गर्मी की चेतावनी	i. 2 दिनों तक भीषण लू की स्थिति बने रहने की संभावना है। ii. इसकी अलग-अलग गंभीरता के कारण लू के 4 दिन या उससे अधिक समय तक बने रहने की संभावना है।	उन लोगों में गर्मी के लक्षणों की संभावना बढ़ जाती है जो या तो लंबे समय तक धूप में रहते हैं या भारी काम करते हैं। कमजोर लोगों जैसे शिशुओं, बुजुर्गों, पुरानी बीमारियों वाले लोगों के लिए उच्च स्वास्थ्य चिंता।	हीट एक्सपोजर से बचें— कूल रहें। डिहाइड्रेशन से बचें
रेड अलर्ट (कार्रवाई करें)	दिन के लिए अत्यधिक गर्मी की चेतावनी	i. भीषण गर्मी की लहर के 2 दिनों से अधिक समय तक रहने की संभावना है। ii. गंभीर गर्मी की लहर के दिनों की कुल संख्या 6 दिनों से अधिक होने की संभावना है।	सभी उम्र में हीट सिकनेस और हीट स्ट्रोक विकसित होने की बहुत अधिक संभावना है।	कमजोर लोगों के लिए अत्यधिक देखभाल की जरूरत है।

Impact & action suggested by NDMA Guideline on heat wave-2019

अध्याय 03:- विभिन्न विभागों/एजेन्सी के चरणवार उत्तरदायित्व (Phase wise Roles and Responsibilities of Various Departments/Agencies)

गर्मी की लहरों के राज्य के प्रबंधन के लिए एक समन्वित बहु-एजेंसी दृष्टिकोण की आवश्यकता है। वर्तमान में, गर्मी की लहरों की समस्या को परिचालन स्तर पर प्रबंधित किया जा रहा है लेकिन इसे रणनीतिक स्तर पर प्रबंधित करने की आवश्यकता है। गर्मी की लहरों के प्रबंधन में स्पष्ट भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की आवश्यकता है, पर्याप्त सामरिक निगरानी, और कई प्रणालियों में सक्रियण और डेटा साझा करने के लिए ट्रिगर्स के आसपास अधिक स्पष्टता और पूरे समुदाय में अत्यधिक गर्मी के प्रभावों का मानचित्रण या विश्लेषण।

चरण-I Phase -1:- प्री-हीट वेव सीजन Pre Heat Wave Season (जनवरी से मार्च)

I. जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

- हीट वेव के प्रतिकूल प्रभावों को कम करने की योजना पर अधिक ध्यान देने के लिए जिले में हीट वेव की चपेट में आने वाले उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों की सूची तैयार करना।
- समय-समय पर कार्य योजना की समीक्षा करने के लिए हीट वेव के प्रति प्रतिक्रिया तंत्र में शामिल संबंधित विभागों/एजेंसियों/एनजीओ के साथ बैठकें आयोजित करना।
- चिकित्सा से जुड़े निवारक उपायों और उपचार प्रोटोकॉल में स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं, लिंक श्रमिकों, स्कूली बच्चों और स्थानीय समुदाय के लिए प्रशिक्षण आयोजित करें।
- अस्पतालों, स्कूलों और पेशेवर संघों को भी स्थानीय भाषा में हीट स्ट्रेस से बचाव के टिप्स के साथ पैम्फलेट और पोस्टर सॉफ्ट कॉपी/हार्ड कॉपी प्रसारित करना।
- आपदा प्रबंधन जिला वेब साइट (एनआईसी) पर हीट वेव एक्शन वेब पेज स्थापित करना।

II. पंचायतीराज विभाग

- गर्मी की लहर के मौसम के दौरान चेतावनी और सूचना पोस्ट करने के लिए क्षेत्रों की पहचान करना।

III. स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

- सार्वजनिक स्वास्थ्य केंद्रों (PHCs) /स्थानीय अस्पतालों और शहरी स्वास्थ्य केंद्रों (UHC) में नर्सिंग स्टाफ, पैरामेडिक्स, फील्ड स्टाफ और लिंक श्रमिकों सहित चिकित्सा कर्मचारियों के लिए लक्षित प्रशिक्षण कार्यक्रमों, क्षमता निर्माण प्रयासों और संचार को डिजाइन करना और शुरू करना।
- गर्मी से संबंधित रुग्णता और मृत्यु दर को ट्रैक करने के लिए अस्पतालों में भर्ती और आपातकालीन मामले के रिकॉर्ड को अपडेट करना और दैनिक गर्मी से संबंधित डेटा और

व्यवहार परिवर्तन प्रभावों को ट्रैक करने के लिए सरल, उपयोगकर्ता के अनुकूल साधन बनाना।

- स्थानीय अस्पतालों और शहरी स्वास्थ्य केंद्रों में गर्मी-केंद्रित परीक्षा प्रक्रियाओं को अपनाना।
- आपातकालीन अवधि के दौरान फील्ड स्तर के कर्मचारियों तक पहुंचने के लिए एसएमएस (SMS) सुविधा का विकास।
- पीएचसी (PHC) और अन्य स्थानीय अस्पतालों में ओआरएस (ORS) पाउडर सहित चिकित्सा आपूर्ति की सूची की जांच करना।
- जिले के 108/102 आपातकालीन केंद्रों, एंबुलेंस और अस्पतालों के लिए पुनर्प्रयोग (Reuse) सॉफ्ट प्लास्टिक आइस पैक खरीदें और वितरित करें।

108/102 आपातकालीन सेवा के माध्यम से निम्नलिखित सेवाएं प्रदान करना।

- a) IV तरल पदार्थों की पर्याप्त आपूर्ति सुनिश्चित करें।
- b) गर्मी से संबंधित बीमारी के बारे में पैरामेडिक्स के लिए हैंड आउट्स तैयार करें।
- c) प्रमुख स्थानीय कार्यक्रमों के दौरान जन जागरूकता पैदा करने के लिए एंबुलेंस पर डिस्प्ले बनाएं।
- d) उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों की सूची का उपयोग करके कम से कम समय में उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों के लिए मार्गों की पहचान करना और आबादी के कमजोर वर्गों तक पहुंचना।

IV. श्रम विभाग

- अत्यधिक गर्मी के स्वास्थ्य प्रभावों और उच्च तापमान अवधि के दौरान किए जाने वाले सुरक्षात्मक उपायों पर नियोक्ताओं, बाहरी मजदूरों और श्रमिकों को जागरूक करें।
- हीट अलर्ट और एक्शन कम्युनिकेशन में शामिल करने के लिए फैक्ट्री के चिकित्सा अधिकारियों, ठेकेदारों और हाउस साइड नॉन-फैक्ट्री वर्कर्स की सूची तैयार करना।

V. पशुपालन विभाग

- गर्मी की लहरों के दौरान मवेशियों और कुक्कुट की देखभाल के लिए सुझावों के साथ पोस्टर और पैम्फलेट तैयार करना।
- जिला प्रमुखों एवं कृषक प्रशिक्षण केन्द्रों के माध्यम से गर्मी की अवधि में पशुओं एवं कुक्कुटों को बचाने के सुरक्षात्मक उपायों का प्रचार-प्रसार।
- मवेशियों और कुक्कुटों के उपचार के लिए आवश्यक दवाओं की सूची की जाँच करना। मवेशियों के लिए पीने के पानी की कमी होने पर पेयजल उपलब्ध कराने की योजना तैयार करना।

VI. शिक्षा विभाग

- बच्चों के अनुकूल शैक्षिक निवारक प्रशिक्षण तैयार करना और स्थानीय स्कूलों में गर्मी संरक्षण सामग्री वितरित करना।
- स्कूल के शिक्षकों को गर्मी संरक्षण युक्तियों और गतिविधियों के ज्ञान से लैस करने के लिए प्रशिक्षण जो वे कक्षाओं में प्रसारित कर सकते हैं।
- सामान्य गर्मी की अवधि शुरू होने से पहले परीक्षाओं का समय निर्धारण।

VII. परिवहन विभाग

- जोखिम क्षेत्रों की सूची प्राप्त करना और उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों में बस समय और उपलब्ध आश्रयों की समीक्षा करना।
- यात्रियों के प्रतीक्षा क्षेत्रों में छाया/आश्रय, पीने के पानी की योजना बनाना।
- बसों, ऑटो, बस स्टेशनों पर एहतियाती उपायों (क्या करें और क्या न करें) का प्रदर्शन।
- बस स्टेशनों में ओआरएस (ORS), आइस (ICE) पैकेट आदि और चिकित्सा सेवाएं उपलब्ध कराने की योजना।

VIII. अग्निशमन विभाग

- किसी भी आग आपात स्थिति का सामना करने के लिए वाहनों और अग्निशमन उपकरणों की तैयारी की जांच करना।

ग्री-हीट सीजन प्रारंभिक चेतावनी प्रणाली विकसित करने और इन समूहों के प्रशिक्षण और क्षमता निर्माण पर जोर देने के साथ जनता, स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों और स्वैच्छिक समूहों (देखभाल करने वालों) को अलर्ट की संचार योजना के लिए समर्पित है।

चरण-II Phase -2 :- हीट वेव सीजन During Heat Wave Season (मार्च से जून) के दौरान

हाई अलर्ट, स्थिति की निरंतर निगरानी, एक ओर संबंधित विभागों/एजेंसियों और जनता के साथ समन्वय

I. जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण।

- पूर्वानुमान और स्थापित सीमा की गंभीरता से मेल खाने के लिए हीट अलर्ट स्तर की निगरानी करें और उसे बढ़ाएं।
- गर्मी की चेतावनी के दौरान रिपोर्ट और ताजा विकास पर चर्चा करने के लिए नियमित (दैनिक, यदि आवश्यक हो) सम्मेलन आयोजित करें। प्रमुख एजेंसियों के साथ विशेष बैठक बुलाई जा सकती है।
- यह सुनिश्चित करने के लिए कि सभी हितधारकों के साथ संचार चैनल कार्यात्मक और संचालन कर रहे हैं।

- ताजा पेयजल सहित प्रत्येक विभाग के साथ कर्मचारियों की उपस्थिति और आवश्यक आपूर्ति की उपलब्धता सुनिश्चित करें।
- बिजली आपूर्ति को सूचित करें, कंपनियां महत्वपूर्ण सुविधाओं (जैसे अस्पताल और यूएचसी) को बिजली बनाए रखने को प्राथमिकता दें।
- गर्मी की चेतावनी समाप्त होने पर सभी हितधारकों को सूचित करें।

II. स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

- अस्पतालों, पीएचसी और यूएचसी के आसपास गर्मी से संबंधित बीमारी की रोकथाम के सुझावों का प्रदर्शन।
- सभी अस्पतालों-PHCS/ UHCs को दवाओं और सामग्री की अतिरिक्त आपूर्ति से लैस करें। गर्मी की बीमारी के इलाज और रोकथाम के प्रोटोकॉल को अपनाना सुनिश्चित करें।
- यदि संभव हो, तो गर्मी की चेतावनी के दौरान मरीजों की आमद में भाग लेने के लिए अस्पतालों और पीएचसी/यूएचसी में अतिरिक्त कर्मचारियों को तैनात करें।
- सभी पीएचसी/यूएचसी और अस्पतालों में आपातकालीन वार्ड तैयार रखें।
- नोडल अधिकारी को प्रतिदिन हीटस्ट्रोक के मरीजों की सूचना दें और साप्ताहिक जनरेट करें।
- हीट अलर्ट के दौरान नोडल अधिकारी के लिए हीट वेव के सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रभावों पर रिपोर्ट। मृत्यु प्रमाणपत्रों में मृत्यु का कारण दर्ज की जायें।

108/102 आपातकालीन सेवा के माध्यम से निम्नलिखित सेवाएं प्रदान करना

- a) एम्बुलेंस के लिए गतिशील रणनीतिक तैनाती योजना को सक्रिय करें।
- b) आइस पैकेट, IV तरल पदार्थ और दवाओं की पर्याप्त आपूर्ति।
- c) पूर्व-अस्पताल देखभाल का सटीक रिकॉर्ड रखें।
- d) ड्यूटी पर पर्याप्त कर्मचारी और यदि आवश्यक हो तो छुट्टी को प्रतिबंधित करें।

III. श्रम विभाग

- गर्मी की चेतावनी के दौरान नियोक्ताओं को दोपहर के व्यस्त समय (दोपहर 12–3 बजे) से बाहर काम करने वालों के शेड्यूल को बदलने के लिए प्रोत्साहित करें।
- निर्माण श्रमिकों को आपातकालीन आइस पैक और गर्मी-बीमारी की रोकथाम सामग्री प्रदान करना सुनिश्चित करना।
- नियोक्ताओं द्वारा कार्यस्थलों पर आश्रय/कूलिंग क्षेत्रों, पानी और आपातकालीन दवाओं जैसे ओआरएस, IV तरल पदार्थ आदि की आपूर्ति सुनिश्चित करें।

IV. पशुपालन विभाग

- गांवों और महत्वपूर्ण चौराहों पर गर्मी की अवधि के दौरान मवेशियों और कुक्कुट पक्षियों की सुरक्षा के लिए किए जाने वाले एहतियाती उपायों पर पोस्टर प्रदर्शित करें और पैम्फलेट वितरित करें।
- सभी पशु चिकित्सालयों में दवाओं का पर्याप्त स्टॉक सुनिश्चित करें।
- मवेशियों/मुर्गी पक्षियों के उपचार में अनुवर्ती कार्रवाई के लिए गांवों में हीट वेव के दौरान फील्ड स्टाफ का दौरा सुनिश्चित करें।

V. शिक्षा विभाग

- यदि स्कूल चल रहा है तो छात्रों और शिक्षकों के लिए पानी की आपूर्ति सुनिश्चित करें।

VI. परिवहन विभाग

- बस स्टैंड, ऑटोस्टैंड में गर्मी से होने वाली बीमारी से बचाव पर पोस्टर प्रदर्शित करें।
- बस स्टैंड, ऑटो स्टैंड आदि में छाया/आश्रय, पेयजल, आदि की उपलब्धता सुनिश्चित करें।

VII. अग्निशमन विभाग

- गर्मी चेतावनी अवधि के दौरान कर्मचारियों की उपस्थिति सुनिश्चित करें।
- आग से लड़ने के लिए पानी और फोम की पर्याप्त आपूर्ति सुनिश्चित करें।

चरण-III Phase -3: – पोस्ट-हीट वेव सीजन Post-Heat Wave Season (जुलाई से दिसंबर)

I. जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

- प्रक्रिया मूल्यांकन और सुधार के लिए मात्रात्मक और गुणात्मक डेटा की समीक्षा।
- प्रमुख विभागों/एजेंसियों और संबंधित हितधारकों के साथ बैठक आयोजित करके हीट वेव एक्शन प्लान का वार्षिक मूल्यांकन।
- पहुंच और प्रभाव के आधार पर योजना प्रक्रिया का मूल्यांकन करें। प्रदर्शन, फीडबैक के आधार पर योजना में संशोधन।

II. स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण

- गर्मी के दौरान गर्मी से संबंधित मृत्यु दर की महामारी विज्ञान मामले की समीक्षा करें।
- औसत दैनिक तापमान के आधार पर गर्मी जोखिम कारकों, बीमारी और मृत्यु पर डेटा से महामारी विज्ञान के परिणामों का संचालन और संग्रह करें।
- हीट वेवयोजना के हस्तक्षेप से पहले और बाद में डेटा के आधार पर मृत्यु दर और रुग्णता दर को मापें।
- संशोधित हीट वेव प्लान की समीक्षा करें।

- 108/104 आपातकालीन सेवा सुनिश्चित करें।

चरण-III में ध्यान योजना के मूल्यांकन और अद्यतनीकरण पर है। गर्मी के अंत में यह मूल्यांकन करना महत्वपूर्ण है कि गर्मी स्वास्थ्य कार्य योजना ने काम किया है या नहीं। योजना का निरंतर अद्यतन एक आवश्यकता है। वैश्विक जलवायु परिवर्तन से गर्मी की लहरों की आवृत्ति, तीव्रता और अवधि और इसके कारण होने वाली मौतों में और वृद्धि होने का अनुमान है। सार्वजनिक स्वास्थ्य, निवारक उपायों को ध्यान में रखने की आवश्यकता है। जलवायु परिवर्तन से अतिरिक्त खतरे को समय के साथ समायोजित किया जा सकता है। जो उपाय अभी प्रभावी हैं, वे आने वाले दशकों में शायद अब प्रभावी न हों।

3.1 विभाग वार हीटवेव/लू के पूर्व के समय (जनवरी-मार्च)-लू/हीटवेव के दौरान (अप्रैल-जून) और लू/हीटवेव के बाद के समय (जुलाई-दिसम्बर) के दौरान जिम्मेदारियां:-

विभाग का नाम Department	कार्रवाईयाँ Activities लू के पूर्व के समय (जनवरी-मार्च) Pre Heat Season (Jan-March)	कार्रवाईयाँ Activities लू के दौरान (अप्रैल-जून) During the Heat Season (April - June)	कार्रवाईयाँ Activities लूके बाद (जुलाई-दिसम्बर) During the Heat Season (July - December)
जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण	➤ हीटवेव से बचाव हेतु सभी विभागीय अधिकारियों के द्वारा अपने विभागों के लिये 'हीटवेव प्लान' तैयार करने के निर्देश जारी करना।	➤ हीटवेव से बचाव हेतु जन जागरूकता अभियान चलाना। ➤ समाचार पत्रों के माध्यम से लू के बचाव का प्रचार प्रसार करवाना।	➤ हीटवेव से बचाव हेतु सभी विभागीय अधिकारियों के द्वारा अपने विभागों के लिये 'हीटवेव प्लान' का निरीक्षण करना।
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग	➤ समस्त जिला चिकित्सालय में 01 वार्ड एवं सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर 04-04 बड़े हीट वेव के मरीजों हेतु आरक्षित करने हेतु निर्देशित किया गया है। ➤ चिकित्सालय में स्थापित समस्त उपकरणों को किर्याशील रखना सुनिश्चित करेंगे यदि कोई उपकरण खराब है तो उक्त को समन्वित कंपनी के माध्यम से ठीक कराना सुनिश्चित करेंगे। ➤ मरीजों के लिए कूलरूम की व्यवस्था सुनिश्चित की जाये।	➤ हीट वेव हेतु अपने-अपने चिकित्सालय में ओ आर एस, फ्लूइड, आइस पैक एवं समस्त आवश्यक औषधियों रखना सुनिश्चित करेंगे। ➤ चिकित्सा इकाइयों पर पर्याप्त मात्रा में शुद्ध पेयजल की उपलब्धता, अत्यधिक तापमान की स्थितियों का सामना करने के लिए चिकित्सा इकाइयों पर कूलिंग उपकरणों की निरन्तर क्रियाशीलता सुनिश्चित करेंगे।	

पशु चिकित्सालय विभाग	➤ पीने की पानी की समुचित व्यवस्था उलब्ध करने की सलाह दी गयी है। पशु चिकित्साधिकारियों/पशुधन प्रसार अधिकारियों को निर्देश दिए गए हैं कि वे भ्रमण कर पशुपालको को ऐसे विषय में जागरूक करे की वह पशुओं को दिनभर में 4 से 5 बार पानी अवश्य पिलाये और समान धोने/कृषि कार्य करने वाले पशुओं को सुस्ताने के बाद ही पानी पिलाया जाये। हीट वेव से बचाव के लिए जनपद में ग्राम पंचायत एवं सिंचाई विभाग के सहयोग से सूखे हुए तालाब के पानी से भरवाये जाने की व्यवस्था अति आवश्यक है। ➤ हरे चारे की व्यवस्था अधिकारियों के माध्यम से सुझाव दिए गए हैं कि हरे चारे की व्यवस्था करे। ➤ हीट वेव की निगरानी हेतु प्रत्येक विकास खंड स्तर पर एक टीम का गठन किया गया है। ➤ हीट वेव के कारण होने वाली संक्रामक बीमारियों से बचाव हेतु वैक्सीन का टीकाकरण पशुओं में निशुल्क पशु स्वामी के द्वार पर जाकर कराया जायेगा। ➤ हीटवेव के कारण पशुओं में हीटस्ट्रोक, डायरिया, डिहाईड्रेशन आदि बीमारियों की सम्भावना बनी रहती है, जिसके लिए पशु चिकित्सालयों पर ग्लुकोस, नार्मलस्लाइन, एन्टीहिसटेमिनिक, कार्टीकोस्टराइड एवं एन्टीबायोटिक आदि जीवन रक्षक औषधियों की आपूर्ति किये जाने का प्रस्ताव है।	➤ अत्यधिक गर्मी के कारण हरे चारे की पत्तिया विषाक्त हो जाती है, जिसको खाने से पशुओं को अफारा व दस्त की शिकायत हो जाती है, जिसके बचाव हेतु पशु चिकित्सालयों पर फ्लूइड्स व सोडियम थायो सल्फेट की व्यवस्था की गयी है। ➤ टीम गठन जिसका दायित्व होगा की वह अपने क्षेत्र में भ्रमण कर ये सुनिश्चित कर ले कि किसी भी पशु में हीट वेव की स्थिति होने पर उसे तुरंत उचित उपचार प्रदान किया जा सके।	
अग्निशमन विभाग	फायर सर्विस बागपत द्वारा अग्निसचेतक योजना के तहत विभिन्न प्रकार के अग्नि सुरक्षा	फायर सर्विस बागपत द्वारा निरन्तर प्रचार के साथ – साथ जनपद के सभी फायर स्टेशनो	अग्नि सचेतक योजना के तहत युवाओं को प्रशिक्षित करना तथा

	तथा आपात प्रबंधन के विषयो पर जन जागरूकता अभियान चलाये जाते हैं। वर्तमान में जनपद के प्रत्येक ब्लॉक में न्यूनतम 100 अग्नि सचेतक युवाओं को प्रशिक्षित कर पंजीकृत किया गया है। जिनके माध्यम से जागरूकता अभियान में हीट वेव से सम्बंधित बिन्दुओं पर भी प्रचार प्रसार किया जा रहा है।	पर वाहन/उपकरण तथा मानव संसाधन को हीट वेव के दौरान लगने वाली आग से वृद्धि होने के दृष्टिगत महत्वपूर्ण स्थानों को चिह्नित कर अग्निसचेतकों को त्वरित कार्यवाही हेतु आवश्यक दिशा निर्देश दिए जाते रहेंगे।	प्रचार प्रसार करना।
कृषि विभाग	भारतीय मौसम विभाग, रेडियो और समाचार पत्रों के माध्यम से स्थानीय मौसम एवं तापमान की जानकारी किसानों तक पहुँचाना।	कृषकों को विभिन्न माध्यम (किसान मेला, गोष्ठी, किसान, पाठशाला, आदि) से लू से बचाव हेतु जागरूक किया जाता है, जिससे फसलों का बचाव किया जा सके। प्रमुख सुझाव निम्नवत हैं। ➤ फसलों व सब्जियों को लू से बचने के लिए ड्रिप सिंचाई पद्धति का उपयोग किया जा सकता है, जिससे जमीन में पर्याप्त नमी बनी रहे। ➤ खेतों की निराई –गुड़ाई समय पर करे जिससे मिट्टी भुरभुरी हो जाती है और नमी बनी रहती है। ➤ फसलों की सिंचाई सुबह 05 से 10 बजे तक और सायं काल के 05 बजे से रात तक करने से फसलों का लू के प्रकोप से बचाव होता है। ➤ गर्मी अधिक होने के कारण वाष्पीकरण की प्रक्रिया तेज हो जाती है इसके बचाव में समय समय पर सिंचाई करते रहे एवं सिंचाई हल्की करनी चाहिये।	➤ वर्षा ऋतु में खेत की मेड़ों पर वृक्ष लगाएँ। ➤ किसानों को बताना है कि पराली और फसल के अवशेष न जलायें।
जिला बेसिक शिक्षा बागपत।	➤ समस्त विद्यालयों में आगामी माह में अत्यधिक गर्मी से बचाव हेतु कक्षा-कक्षों में छात्र/छात्राओं की संख्या के अनुसार पंखों की व्यवस्था सुनिश्चित कर ली जाये। ➤ ठण्डे एवं शुद्ध पेयजल की व्यवस्था तथा विद्यालयों में प्राथमिक चिकित्सा की व्यवस्था	➤ समस्त परिषदीय विद्यालयों के प्रधानाचार्यों को पत्र जारी कर निर्देशित करते हुये छात्र/छात्राओं को लू के दौरान बिन्दुवार सावधानियाँ रखने की सलाह— ✓ छात्र/छात्राओं एवं शिक्षकों को पर्याप्त और नियमित अंतराल पर पानी पीते रहे।	➤ मौसम परिवर्तित होने पर शरीर को पूर्ण रूप से ढकने वाले कपड़ों का इस्तमाल करने हेतु समस्त छात्र/छात्राओं को जागरूक किया जाये। जुलाई अगस्त माह में वर्षा वाले मौसम में होने वाली

	की जाये।	✓ खुद को हाईड्रेड रखने के लिये ओ०आर०एस० घोल नारियल पानी, नीबू पानी, छाछ, आदि घरेलू पेय पदार्थों का इस्तमाल करे। ✓ हल्के रंग के ढीले ढाले और सूती कपडे पहन। ✓ धूप में निकलते समय सिर को ढक कर रखे। ✓ विद्यालयों में साफ एवं ठण्डे पानी की व्यवस्था किया। ✓ बहुत अधिक आवश्यकता होने पर धूप/गर्मी में घर से वाहर निकले। ✓ कक्षा-कक्ष की खिडकियों को खुल रखे और कमरों में पंखों की व्यवस्था करें। ✓ अचानक ठण्डी जगह से एक दम गर्म जगह में न जाये। ✓ गर्मी के मौसम में चाय कॉफी गरम पेय का सेवन कम करें एवं मसालेदार चीजों का सेवन कम करे। सभी छात्र/छात्राओं को सलाह दी जाये कि घर से निकलते समय खाली पेट न जाये। हल्का व शीघ्र पचने वाला भोजन।	बीमारियों के प्रति छात्र/छात्राओं को जागरुक किया जाना।
--	----------	---	--

अध्याय 04:- हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारियों का प्रबंधन (Managing Heat Wave Related Illness)

4.1 हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारी की रोकथाम। (Prevention of Heat Wave Related Illness)

गर्मी से संबंधित बीमारी काफी हद तक परिहार्य है। हस्तक्षेप का सबसे महत्वपूर्ण बिंदु अतिसंवेदनशील व्यक्तियों द्वारा उपयुक्त रोकथाम रणनीतियों के उपयोग से संबंधित है। चिकित्सकों और फार्मासिस्टों के लिए प्रभावी रोकथाम और प्राथमिक चिकित्सा उपचार का ज्ञान, गर्म मौसम के दौरान दवाओं के संभावित दुष्प्रभावों के बारे में जागरूकता के अलावा महत्वपूर्ण है।

4.2 हीटवेव रोगों/विकारों के लक्षण एवं प्रथमोचार। (Identification of Heat Wave Related Illness & First Aid)

लंबी अवधि और उच्च तीव्रता वाली गर्मी की लहरों का रोगों की संख्या और मृत्यु दर पर सबसे अधिक प्रभाव पड़ता है। मानव स्वास्थ्य पर अत्यधिक गर्मी का प्रभाव आर्द्रता में वृद्धि से बढ़ सकता है। इस बात के प्रमाण बढ़ रहे हैं कि ओजोन के उच्च स्तर और महीन कणों वाले पदार्थों के साथ मृत्यु दर पर गर्मी की लहरों का प्रभाव अधिक होता है। वैश्विक जलवायु परिवर्तन से गर्मी की लहरों की आवृत्ति, तीव्रता और अवधि और इसके कारण होने वाली मृत्यु में और वृद्धि होने का अनुमान है।

गर्मी से होने वाली बीमारी से बचा जा सकता है। यदि कमजोर आबादी/समुदायों को विभिन्न मीडिया के प्रभावी उपयोग के माध्यम से मूल रूप से क्या करें और क्या न करें के बारे में जागरूक किया जाए तो इसे सबसे अच्छी तरह से रोका जा सकता है। गर्मी के मौसम में दवाओं के संभावित दुष्प्रभावों के बारे में जागरूकता के अलावा प्रभावी रोकथाम और प्राथमिक चिकित्सा उपचार का ज्ञान, चिकित्सकों और फार्मासिस्टों के लिए गर्मी की बीमारियों के प्रभावों को कम करने के लिए महत्वपूर्ण है।

विभिन्न ताप विकारों के लिए लक्षण और प्राथमिक चिकित्सा (Symptoms and First Aid for Various Heat Disorders)

ताप विकार	लक्षण	प्राथमिक चिकित्सा
घमौरियां	त्वचा की लालिमा और दर्द, संभावित सूजन, छाले, और सिरदर्द।	शरीर को प्राकृतिक रूप से ठंडा होने से रोकने वाले छिद्रों को अवरुद्ध करने वाले तेलों को हटाने के लिए साबुन का उपयोग करके स्नान करें। यदि फफोले हो जाते हैं, तो सूखी, विसंक्रमित ड्रेसिंग लगाएं और चिकित्सा पर ध्यान दें।
गर्मी की अकड़न	दर्दनाक ऐंठन आमतौर पर पैर और पेट की मांसपेशियों या हाथ पैरों में होती है। भारी पसीना आना।	किसी ठंडी या छायादार जगह पर चले जाएं। ऐंठन से राहत पाने के लिए ऐंठन वाली मांसपेशियों पर दृढ़ दबाव डालें या धीरे से मालिश करें। पानी के घूंट पिलाएं। यदि जी मिचलाना होती है, तो बंद कर दें।
गर्मी से थकावट	भारी पसीना, कमजोरी, त्वचा का ठंडा होना, पीला पड़ना, सिरदर्द और हाथ पैरों में चिपचिपापन। कमजोर नाड़ी। सामान्य तापमान संभव है। बेहोशी, उल्टी।	पीड़ित को ठंडे स्थान पर लिटा दें। ढीले कपड़े। एक ठंडा, गीला कपड़ा लगाएं। पीड़ित को पंखा या वातानुकूलित स्थान पर ले जाएं। धीरे-धीरे पानी के घूंट दें और अगर मतली हो तो बंद कर दें। यदि उल्टी होती है, तो तत्काल चिकित्सा की तलाश

		करें एंबुलेंस के लिए 108/102/112 पर कॉल करें।
हीट स्ट्रोक (सन स्ट्रोक)	उच्च शरीर का तापमान। गर्म, रूखी त्वचा। तेज, मजबूत नाड़ी। संभावित बेहोशी या परिवर्तित मानसिक स्थिति। पीड़ितों को पसीना नहीं आएगा।	हीट स्ट्रोक एक गंभीर चिकित्सा आपात स्थिति है। आपातकालीन चिकित्सा सेवाओं के लिए एंबुलेंस के लिए 108 और 112 पर कॉल करें या पीड़ित को तुरंत अस्पताल ले जाएं। देरी घातक हो सकती है। पीड़ित को ठंडे वातावरण में ले जाएं। शरीर के तापमान को कम करने के लिए ठंडे पानी से स्नान या स्पंज करने का प्रयास करें। अत्यधिक सावधानी बरतें। कपड़े उतारो। पंखे या एयर कंडीशनर का प्रयोग करें। यदि व्यक्ति होश में नहीं है तो मौखिक रूप से तरल पदार्थ न दें।

4.3 हीटवेव (लू) से प्रभावित मृतकों की पहचान करना तथा आंकड़ों का संग्रहण। (Identification of HeatWave Related Casualties & Collection of Data)

अतीत में, जब राज्य सरकार ने लू से प्रभावित परिवारों के लिए अनुग्रह मुआवजे की घोषणा की, तो यह देखा गया कि प्रत्यक्ष नकद राहत के प्रावधान से अवगत कुछ लोगों ने प्राकृतिक मौतों को लू से होने वाली मौतों के रूप में बताया। झूठी रिपोर्टिंग की स्थिति में, मृत्यु के वास्तविक कारण का सत्यापन और पता लगाने के लिए निम्नलिखित प्रक्रियाओं का उपयोग किया जा सकता है। चिकित्साधिकारियों द्वारा डाटा का संग्रह और रिकॉर्ड किया जायेगा।

- विशेष समय अवधि और स्थानों पर अधिकतम तापमान रिकॉर्ड किया गया।
- रिकॉर्डिंग घटनाएं, पंचनामा या अन्य गवाह, साक्ष्य, या मौखिक – शव परीक्षण।
- कारणों के साथ पोस्टमॉर्टम/मेडिकल जांच रिपोर्ट।
- स्थानीय प्राधिकरण या स्थानीय निकाय जांच/सत्यापन रिपोर्ट।

4.4 हीटवेव (लू) से संबंधित बीमारियों के प्रबंधन के लिये जन स्वास्थ्य सुविधाओं की पूर्वतैयारी (Public Health Facilities preparedness for Managing of Heat Related Illness)

- स्वास्थ्य केन्द्रों पर गर्मी से होने वाली बीमारियों और विकार में काम आने वाली दवाइयाँ व उपकरण पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध करा दिए गए हैं।
- मार्च के महीने में हीटवेव रोगों के शीघ्र निदान और प्रबंधन के बारे में स्वास्थ्य कर्मियों का प्रशिक्षण प्रस्तावित है।
- प्रचार माध्यमों द्वारा जनता को “क्या करें, क्या न करें” के बारे में जानकारी देना तथा अन्तर्विभागीय समन्वय स्थापित करना।
- हीट वेव रोग में प्रभावी निरोधात्मक एवं प्राथमिक उपचार (फर्स्ट एण्ड ट्रीटमेन्ट) की जानकारी चिकित्सकों द्वारा फार्मासिस्ट हेतु आवश्यक तथा महत्वपूर्ण है।
- आशावर्करो को (ORS) अपने अपने एरिया में वितरण करने के लिए दिए जायेंगे।

4.5 हीटवेव (लू) के दौरान “क्या करें क्या न करें”(Do's & Dont's during Heat Wave)

क्या करें

सभी लोगों के लिए

1. रेडियो, टी वी और समाचार पत्रों के माध्यम से स्थानीय मौसम एवं तापमान की जानकारी रखें।
2. पर्याप्त और नियमित अंतराल पर पानी पीते रहें। सफर में अपने साथ पीने का पानी हमेशा रखें।
3. खुद को हाइड्रेट रखने के लिए औ आर एस घोल(ORS), नारियल का पानी, लस्सी, चावल का पानी, नींबू का पानी, छाछ, आम का पन्ना इत्यादि घरेलू पेय पदार्थ का इस्तमाल करें।
4. हल्के रंग के ढीले-ढले और सूती कपड़े पहनें।
5. धूप में निकलते समय अपना सिर ढक कर रखें, कपड़े, टोपी या छाता का उपयोग करें।
6. कोविड अनुकूल व्यवहार को अपनाये, हाथों को साबुन और पानी से बार-बार धोएं, मास्क का प्रयोग एवं सामाजिक दूरी का पालन करें।

नियोक्ता और कर्मकार के लिए

1. कार्य स्थल पर ठंडा पेयजल उपलब्ध रखें।
2. कर्मकारों को सीधी धूप में काम करने से सावधान करें।
3. अत्यधिक परिश्रम वाले कार्यों को दिन के ठण्डे समय में निर्धारित करें।
4. खुले वातावरण या बाहरी गतिविधियों के लिए अवकाश की आवृत्ति व समय में वृद्धि करें।
5. गर्भवती एवं ऐसे कर्मकारों को जिन्हें चिकित्सा देखभाल की जरूरत हो उनका अतिरिक्त ध्यान रखें।

वृद्ध एवं सवेदनशील व्यक्तियों के लिए

1. अत्यधिक गर्मी/लू के दौरान दिन में कम से कम दो बार उनकी जाँच करे विशेष रूप से जब वे अकेले हो।
2. सुनिश्चित करें कि उनके पास फोन हो।
3. यदि वे गर्मी से बेचौनी या तनाव महसूस कर रहे हो तो उन्हें ठंडक देने का प्रयास करें।
4. उन्हें ठण्डे पानी से नहलाएं, उनके गर्दन, पेट एवं सिर पर बार-बार गीला तौलिया रखें।
5. ठंडा रखने कि कार्यवाही के उपरान्त चिकित्स्य या एम्बुलेंस कि मदद लें।
6. उन्हें अपने पास हमेशा पानी कि बोतल रखने के लिए प्रेरित करें।

शिशुओं के लिए

1. उन्हें पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ एवं पानी पिलाएं।
2. अत्यधिक गर्मी/लू के दौरान शिशुओं में होने वाली बीमारियों के बारे में जानें।
3. यदि बच्चों के पेशाब का रंग गहरा नजर आये तो समझ लें कि वह डिहाइड्रेशन (पानी की कमी) के शिकार है।
4. बच्चों को बिना निगरानी के पार्क की गयी कार में अकेला ना छोड़े, वाहन जल्दी गर्म होकर खतरनाक तापमान पीड़ा कर सकते है जो बच्चों के लिए घातक हो सकती है।

पशुओं के लिए

1. जहां तक संभव हो, तेज गर्मी के दौरान जानवरों को घर के अंदर रखें ।
2. यदि उन्हें घर के भीतर रखा जाना संभव न हो तो उन्हें किसी छायादार स्थान में रखें, जहां वे आराम कर सकें। ध्यान रखें कि जहां उन्हें रखा गया हो वह दिन भर चाय रहे।
3. जानवरों को किसी बंद गार्डन शेड या गैराज में न रखें, क्योंकि गर्म दिन में इन्हें जल्दी गर्मी लग सकती है।
4. ध्यान रखें कि आपके जानवरों को पीने के लिए साफ और ताजा पानी उपलब्ध हो, पानी को धूप में न रखें इससे पानी गरम हो जायेगा। दिन के समय उनके पानी में बर्फ का टुकड़ा डेल जिससे पानी ठंडा रहे।
5. पीने के पानी के दो बर्तन रखें ताकि एक में पानी खत्म होने पर दूसरे बर्तन में भरे पानी को वो पी सकें।
6. अपने पालतू जानवरों का खाना धूप में न रखें।
7. किसी भी परिस्थिति में जानवरों को वाहन में अकेला न छोड़ें।

अन्य सावधानियाँ

1. जितना हो सकें घर के अंदर रहे।
2. अपने घर को ठंडा रखें। पर्दे, शटर या सनशेड का प्रयोग करें और रात में खिड़किया खुली रखें ।
3. घर के निचली तलों पर रहने पर प्रयास करें ।
4. पंखे का प्रयोग करें, ठंडे पानी में नियमित स्नान करें ।
5. कमजोरी, चक्कर आने या बीमार महसूस होने पर तुरंत डॉक्टर को दिखाए ।
6. जानवरों को छायामें रखें और उन्हें पीने के लिए भरपूर पानी दे ।

आपातकालीन स्थिति में सहायता हेतु निम्न नम्बरो पर सम्पर्क कर सकते हैं।

एम्बुलेंस – 108

पुलिस – 112

राहत आयुक्त कार्यालय – 1070

क्या न करें

1. तेज धूप में विशेष रूप से दोपहर 12.00 से 3.00 बजे के बीच बाहर जानें से बचे ।
2. भीषण गर्मी में दोपहर के समय अधिक श्रम वाली गतिविधियों को न करें ।
3. तेज धूप में नंगे पांव घर से बहार न जायें।
4. दोपहर में जब दिन का तापमान अधिक हो उस दौरान खाना पकाने से बचे । रसोई घर को हवादार बनाये रखने के लिए खिड़की व दरवाजे खुली रखें।
5. शराब, चाय, कॉफी और कार्बोनेटेड शीतल पेय पदार्थ का सेवन करने से बचे क्योंकि ये शरीर को निर्जलित करते हैं।
6. उच्च प्रोटीन वाले भोजन से बचे और बासी भोजन न करें।
7. पार्क किये गए वाहनों में बच्चों या पालतू जानवरों को न छोड़ें – क्योंकि कि वे लू से प्रभावित हो सकते हैं।

अध्याय 05:- जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण/जिला प्रशासन द्वारा की गयी गतिविधियां।
(Activities under taken by DDMA/District Administration)

जनपद/ब्लाक पर नोडल अधिकारी नामित करने, जनपद एवं ब्लाक स्तर पर मॉनीटर किये जाने, हीट वेव के समय “क्या करें व क्या न करें” की प्रचार प्रसार किये जाने, मोबाइल मैसेज/व्हाट्सएप आदि सोशल मिडिया के माध्यम से चेतावनी प्रेषित किये जाने, तीव्र गर्मी के बचाव हेतु विद्यालय समय में परिवर्तन किये जाने, पेय जल की समुचित व्यवस्था व श्रमिकों/कामगारों के कार्य करने के घंटों में परिवर्तन किये जाने के निर्देश जारी करना।

- 5.1 हीटवेव से संबंधित बीमारियों के प्रबंधन के लिये अभिनव कार्य/बेस्ट प्रैक्टिसेज, उपाय (सामुदायिक जागरूकता, स्वास्थ्य सेवाओं की पूर्व तैयारी, कमजोर वर्ग के लिये सुरक्षात्मक उपाय, आंकड़ों का संग्रह एवं प्रतिवेदन तथा अन्य कार्य।

(Innovative Action /Best Practices / Measure for Management of Heat Related Illness (Community Awareness, Health Facilities Preparedness, Preventing Vulnerable Population, Data Recording and reporting).

हीट वेव से सम्बंधित बीमारियों के प्रबंधन के लिए सभी लाइन डिपार्टमेंट्स को दिशा निर्देश स्टेज -1 के आधार पर दिए गए हैं सामुदायिक जागरूकता जिम्मेदार विभाग द्वारा तहसील वार किये जायेंगे। स्वास्थ्य सेवाओं के साथ-साथ जिला चिकित्साधिकारी की अध्यक्षता में रैपिड रिस्पांस टीम (संक्रामक रोग /दैवीय आपदा नियंत्रण दल – Rapid Response Team (Infectious Disease Divine Disaster Control Team)) का गठन किया गया जिसमें जनपद स्तरीय टीम एवं ब्लॉक स्तरीय नोडल अधिकारियों की सूची संलग्न है। उपरोक्त समस्त कार्यवाही इस कार्ययोजना में पूर्ण कर लिया गया है।

Rapid Response Team (Infectious Disease Divine Disaster Control Team)

रैपिड रिस्पान्स टीम

संक्रामक रोग/दैवीय आपदा नियंत्रण दल

मुख्य चिकित्सा अधिकारी बागपत कार्यालय

नोडल अधिकारी- डा० गजेन्द्र सिंह अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी/डी०एस०ओ० (मो० नं० 9412552614)
जनपद स्तरीय टीम-

क्रम सं०	नाम	पद नाम	मो०न०
1	डा० गजेन्द्र सिंह	अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी	9412552614
2	डा० मसूद अनवर	उप मुख्य चिकित्सा अधिकारी	7838610071
3	डा० सुरुचि शर्मा	चिकित्सा अधिकारी (पब्लिक हेल्थ एक्सपर्ट)	9354868553
4	डा० दिग्विजय सिंह	एपीडिमियोलॉजिस्ट	7011213112
5	श्री अजय कुमार शर्मा	एन०एम०एस०	9557985810
6	श्री मौ० उमर	पैरामेडिकल हेल्थ वर्कर	9358899586
7	श्री विरेन्द्र कुमार	चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी	7017326406

ब्लॉक स्तरीय नोडल अधिकारी-

1	डा० विभाष राजपूत	चिकित्सा अधीक्षक बागपत	9999778149
2	डा० विजय कुमार	चिकित्सा अधीक्षक बडौत	9213350041
3	डा० अमित कुमार	चिकित्सा अधीक्षक बिनौली	8700817946
4	डा० अरविन्द मलिक	चिकित्सा अधीक्षक खेकडा	9412785055
5	डा० यशवीर सिंह	चिकित्सा अधीक्षक छपरौली	7300730156
6	डा० सुधीर शर्मा	चिकित्सा अधीक्षक पिलाना	7895733575


मुख्य चिकित्सा अधिकारी
बागपत।

कार्यालय मुख्य चिकित्सा अधिकारी बागपत।

पत्रांक- मु०चि०ओ०/संक्रामक/2022-23 -9595

दिनांक- 31.03.2023

प्रतिलिपि- निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित।

1. समस्त अपर/उप मुख्य चिकित्सा अधिकारी बागपत।
2. समस्त चिकित्सा अधीक्षक जनपद बागपत।
3. डा० अजेन्द्र सिंह मलिक, नगर स्वास्थ्य अधिकारी जनपद बागपत।
4. समस्त अधिशासी अधिकारी नगर पालिका/नगर पंचायत जनपद बागपत।
5. उपरोक्त समस्त अधिकारी/कर्मचारी जनपद बागपत।


मुख्य चिकित्सा अधिकारी
बागपत।

5.2 क्षमतावर्धन एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम की रूपरेखा। (Capacity Building & Profile of Training Programme)

मार्च के महीने में हीटवेव रोगों के शीघ्र निदान और प्रबंधन के बारे में जनपद स्तर पर संबन्धित अधिकारियों के साथ समन्वय स्थापित कर समय के अंतर्गत प्रशिक्षण व जागरूकता कार्यक्रम के साथ अनेक प्रकार के मॉकड्रिल आयोजित कराये जाते हैं जिससे हीटवेव व अन्य आपदाओं से जौखिम को न्यून किया जा सके, अर्थात् समय के अंतर्गत एवं जागरूकता कार्यक्रम के साथ अनेक प्रकार के मॉकड्रिलस प्रस्तावित किये जाते हैं।

5.3 दीर्घ कालिक हीटवेव (लू) से सुरक्षा के उपाय। (Long Term Heat Resilience Measures)

- यदि दिशा – निर्देशों में वृक्षारोपण के बारे में बजट मौजूद होगा तो वन एवं कृषि विभाग के साथ अन्तर क्षेत्रीय समन्वय स्थापित किया जायेगा। वृक्षा रोपण लम्बी अवधि के लिए गर्मी से बचाव का उपाय हो सकता है।
- भवन निर्माण नियमों का पालन करते हुए नई कॉलोनियों को अधिक हवादार और ईको-फ्रेंडली बनाया जायें। आवश्यक हो तो आवास मानकों के बारे में सलाह दी जाएगी।

5.4 वित्तीय प्रावधान (Budgetary Provision)

आपदा प्रबंधन अधिनियम 2005 के अनुसार "आपदा" किसी भी क्षेत्र में प्राकृतिक एवं मानव निर्मित कारणों से या दुर्घटना या उपेक्षा से उत्पन्न होती है, जो समुदाय कि सामान करने कि क्षमता से परे होती है और जिसका परिणाम जीवन कि सारवान हानि एवं मानवीय पीड़ाएँ, व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक सम्पति कि क्षति एवं पर्यावरण कि हानि के रूप में परिलक्षित है। उत्तर प्रदेश राज्य सरकार द्वारा हीट-वेव (लू) कि राज्य विशिष्ट आपदा कि श्रेणी में अधिसूचित किया है।

इस प्रकार हीट-वेव (लू) भी राज्य आपदा मोचक निधि के अंतर्गत रहत प्रदान करने हेतु शामिल है। इस सन्दर्भ में जारी कि गयी अधिसूचना बॉक्स में दी गयी है।

राज्य- आपदा रहत कोष के तहत सामान्य रहत के लिए हीट-वेव (लू) के शिकार लोगो को रहत देने के लिए मानदंड :

(स्रोत : राज्य हीट वेव प्रबंधन कार्य –योजना 2022)

अहेतुक सहायता राशि	सहायता के लिए मानदंड
a) मृत व्यक्तियों के परिवारों को अनुग्रह सहायता राशि।	✓ रु 4.00 लाख, राज्य सरकार द्वारा अधिकृत रहत कार्य अथवा पूर्व तैयारी में लगे व्यक्ति भी इसमें शामिल है इस शर्त के साथ कि सक्षम प्राधिकारी द्वारा मृत्यु के कारण का प्रमाणीकरण किया गया है
b) किसी अंग अथवा आँखों के बेकार हो जाने पर देय अनुग्रह राशि।	✓ रु 59100/- प्रति व्यक्ति, उस दशा में जब शारीरिक अक्षमता 40 प्रतिशत से 60 प्रतिशत के बीच है। ✓ रु 2.00 लाख प्रति व्यक्ति, उस दशा में जब शारीरिक अक्षमता 40 प्रतिशत से अधिक हो। इस शर्त के साथ कि सरकारी अस्पताल या डिस्पेंसरी के चिकित्सक द्वारा शारीरिक अक्षमता कि सीमा तथा कारण प्रमाणित किया गया हो।

c) गंभीर चोट जिसके कारण अस्पताल में भर्ती होने पर अनुग्रह राशि।	✓ रु 12,700/- प्रति व्यक्ति, गंभीर चोट जिसके कारण एक सप्ताह से अधिक समय तक अस्पताल में भर्ती होने के आवश्यकता हो। ✓ रु 4,300/- प्रति व्यक्ति, गंभीर चोट जिसके कारण एक सप्ताह से कम समय तक अस्पताल में भर्ती होने के आवश्यकता हो।
---	---

संलग्नक—(Annexure)

1. सूचना
2. शिक्षा एवं संचार सामग्री। (IEC Material)





30 प्र० राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण



लू प्रकोप एवं गर्म हवा

लू से जन-हानि भी हो सकती है। इसके असर को कम करने के लिए और लू से होने वाली मौत की रोकथाम के लिए निम्न सावधानियाँ बरतें —

- कड़ी धूप में बाहर न निकलें, खासकर दोपहर 12:00 बजे से 3:00 बजे तक के बीच में।
- जितनी बार हो सके पानी पियें, प्यास न लगे तो भी पानी पियें।
- हल्के रंग के ढीले — ढीले सूती कपड़े पहनें। धूप से बचने के लिए गमछा, टोपी, छाता, धूप का चश्मा, जूते और चप्पल का इस्तेमाल करें।
- सफर में अपने साथ पानी रखें।
- शराब, चाय, कॉफी जैसे पेय पदार्थों का इस्तेमाल न करें, यह शरीर को निर्जलित कर सकते हैं।
- अगर आपका काम बाहर का है तो, टोपी, गमछा या छाते का इस्तेमाल जरूर करें और गीले कपड़े को अपने चेहरे, सिर और गर्दन पर रखें।
- अगर आपकी तबियत ठीक न लगे या चक्कर आए तो तुरन्त डॉक्टर से सम्पर्क करें।
- घर में बना पेय पदार्थ जैसे कि लस्सी, नमक चीनी का घोल, नींबू पानी, छाछ, आम का पना इत्यादि का सेवन करें।
- जानवरों को छांव में रखें और उन्हें खूब पानी पीने को दें।
- अपने घर को ठंडा रखें, पर्दे, शटर आदि का इस्तेमाल करें। रात में खिड़कियाँ खुली रखें।
- फैन, ढीले कपड़े का उपयोग करें। ठंडे पानी से बार — बार नहाएं।

क्या करें : क्या न करें :

- धूप में खड़े वाहनों में बच्चों एवं पालतू जानवरों को न छोड़ें।
- खाना बनाते समय कमरे के दरवाजे के खिड़की एवं दरवाजे खुले रखें जिससे हवा का आना जाना बना रहे।
- नशीले पदार्थ, शराब तथा अल्कोहल के सेवन से बचें।
- उच्च प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थ का सेवन करने से बचें। बासी भोजन न करें।
- खिड़की को रिफ्लेक्टर जैसे एल्युमीनियम पन्नी, गत्ते इत्यादि से ढक कर रखें, ताकि बाहर की गर्मी को अन्दर आने से रोका जा सके।
- उन खिड़कियों व दरवाजों पर जिनसे दोपहर के समय गर्म हवाएँ आती है, काले पर्दे लगाकर रखना चाहिए।
- स्थानीय मौसम के पूर्वानुमान को सुनें और आगामी तापमान में होने वाले परिवर्तन के प्रति सतर्क रहें।
- आपत् स्थिति से निपटने के लिए प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण लें।
- बच्चों व पालतू जानवरों को कभी भी बंद वाहन में अकेला ना छोड़ें।
- जहाँ तक संभव हो घर में ही रहें तथा सूर्य के सम्पर्क से बचें।
- सूर्य के ताप से बचने के लिए जहाँ तक संभव हो घर की निचली मंजिल पर रहें।
- संतुलित, हल्का व नियमित भोजन करें।
- घर से बाहर अपने शरीर व सिर को कपड़े या टोपी से ढक कर रखें।

30 प्र० राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी



Uttar Pradesh State Heat Action Plan



लू-तापघात के लक्षण

अधिक गर्मी एवं लू के कारण होने वाली बीमारियाँ मुख्य रूप से दो प्रकार की होती हैं.
हीट इग्जॉस्चन एवं हीट स्ट्रोक

हीट इग्जॉस्चन के लक्षण	हीट स्ट्रोक लक्षण
- अत्यधिक प्यास - शरीर का तापमान बढ़ा हुआ (100.4°F से $< 104^{\circ}\text{F}$) - मांसपेशियों में ऐंठन - जी मिचलाना/उलटी होना - सिर का भारीपन/सिरदर्द - रक्त चाप का कम होना - चक्कर आना - भ्रांति/उलझन में होना - अल्पमूत्रता/पेशाब का कम आना - अधिक पसीना एवं चिपचिपी त्वचा	- शरीर का तापमान बढ़ा हुआ ($> 104^{\circ}\text{F}$) - पसीना आना बंद होना/पसीने की ग्रंथि का निष्क्रिय होना - मांसपेशियों में ऐंठन, चिपचिपी त्वचा - त्वचा एवं शरीर का लाल होना - जी मिचलाना/उलटी होना, चक्कर आना - सिर का भारीपन/सिरदर्द, चक्कर आना - भ्रांति/उलझन में होना - अल्पमूत्रता/पेशाब का कम आना - मानसिक असंतुलन - साँस की समस्या, धसन प्रक्रिया तथा धड़कन तेज होना
प्राथमिक उपचार	उपचार
- व्यक्ति को तुरंत पंखे के नीचे तथा छायादार ठन्डे स्थान पर ले जाये. - कपड़ों को ढीला करें. - शरीर को गीले कपड़े से स्पंज करे. - ओ आर एस का घोल पिलाये. - निम्बू का पानी नमक के साथ पिलाये. - मांसपेशियों पर दबाव डालें तथा हल्की मालिश करें. - शरीर के तापमान को बार बार जाँचे. - यदि कुछ समय में सामान्य न हो तो तुरंत चिकित्सा केंद्र ले जाये.	- मरीज को तुरंत नजदीक के स्वास्थ्य केंद्र में ले जायें कपड़ों को ढीला करें. - तुरंत पंखे के नीचे तथा छायादार ठन्डे स्थान पर ले जाये, शरीर को गीले कपड़े से स्पंज करे. - अगर मरीज कुछ पीने की अवस्था में हो तो पानी या शीतल पेय पिलायें. - ओ आर एस का घोल पिलायें. - निम्बू का पानी नमक के साथ पिलायें. - मांसपेशियों पर दबाव डालें तथा हल्की मालिश करे.

उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी
तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



Uttar Pradesh State Heat Action Plan



हारेगी गर्मी जीतेगा उत्तर प्रदेश

लू/उष्माघात जानलेवा हो सकता है, इससे बचाव ही उपचार है



REST

अधिक परिश्रम के
मध्य विश्राम अवश्य करें



AVOID

चाय, कॉफी
एवं शराब न पियें

प्यास की इच्छा
न होने पर भी
पानी पीये

Drink
More
Water



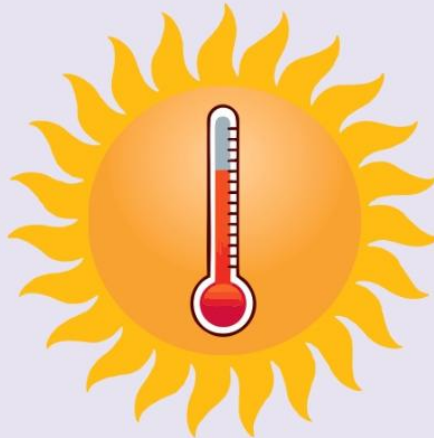
LIMIT

अधिक गर्मी में
व्यायाम न करें



BE COOL

अधिक धूप में बाहर
ना जाये तथा
पंखे के नीचे बैठें



SOAK

शरीर अधिक गर्म
लगने पर स्नान करें



EAT FRESH

ठंडक प्रदान करने
वाले फल खायें



DRESS DOWN

हल्के/सफेद रंग
के तथा ढीले कपड़े पहनें



SEEK SHADE

छाया में बैठें



CHECK ON OTHERS

वृद्धो एवं बच्चो
का विशेष ध्यान रखें

उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी
तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



Uttar Pradesh State Heat Action Plan



लू-तापघात जानलेवा हो सकता है, इससे बचाव ही उपचार है.



ठंडक प्रदान करने वाले
पेय पदार्थ पियें



सफेद या हल्के रंग के
कपड़े पहनें



अधिक गर्मी में घर से
बाहर न निकलें



छाया में बैठकर विश्राम करें



बुजुर्गों, बच्चों एवं गर्भवती
महिलाओं का विशेष ध्यान रखें



घर की छत पर
चूने/सफेद रंग का पेन्ट करें



सिर पर गीला कपड़ा तथा
शरीर को कपड़े से ढककर
बाहर निकलें



प्यास की इच्छा न होने पर भी
बार-बार पानी पियें

उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी
तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



UTTAR PRADESH STATE HEAT ACTION PLAN



श्रमिकों को तापघात से बचायें ।



श्रमिकों को सुरक्षित वातावरण प्रदान कराना हमारी जिम्मेदारी है ।



कार्य के बीच-बीच में विश्राम दें ।



रेड अलर्ट के समय कार्य का समय बदलें ।



कार्य स्थल पर ठण्डे पानी की व्यवस्था करें ।



कार्यस्थल पर प्राथमिक उपचार की व्यवस्था करें ।



अधिक गर्म होने वाले उपकरणों को ठण्डा करने की व्यवस्था करें ।



श्रमिकों के बच्चों के लिए ठण्डे एवं आरामदायक कमरे की व्यवस्था करें ।

श्रमिकों को तापघात से बचाव के तरीके समझायें एवं बार-बार पानी पीने के लिये प्रेरित करें ।

उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



Uttar Pradesh State Heat Action Plan



लू-तापघात जानलेवा हो सकता है, इससे बचाव ही उपचार है.

लू-तापघात के लक्षण



शरीर का तापमान बढ़ना
एवं पसीना न आना



सिरदर्द होना या सर का
भारीपन महसूस होना



त्वचा का सूखा एवं
लाल होना



उलटी होना



बेहोश हो जाना



मांसपेशियों में ऐंठन

लू- तापघात का प्राथमिक उपचार

(१) व्यक्ति को ठंडे एवं छायादार स्थान पर ले जायें

(२) एम्बुलेन्स को फोन करें (108)

एवं नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र पर ले जाएं

(४)

अगर बेहोश न हो तो

ठंडा पानी पिलायें

(५)

जितना हो सके कपड़े
शरीर से निकाल दे

(८)

पंखे से शरीर पर

हवा डालें

(६)

शरीर के ऊपर पानी
से स्प्रे करें

(३)

व्यक्ति को पैर ऊपर
रखकर सुला दे

(७) गीले कपड़े या स्पंज रखें



उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी
तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



UTTAR PRADESH STATE HEAT ACTION PLAN



Clinical Presentation and Treatment Protocol Heat Related Illnesses

Heat-Related Illness	Clinical Presentation	Treatment
Heat oedema	- Mild swelling of feet, ankle and hands - It appears in a few days of exposure to the hot environment - Does not progress to pretibial region	- Usually resolves spontaneously within days to 6 weeks - Elevate leg - Compressive stocking - Diuretics are not effective
Prickly Heat	- Pruritic, maculopapular, erythematous rash typically over covered areas of body - Itchiness - Prolonged or repeated heat exposure may lead to chronic dermatitis	- Antihistamine - Wear clean, light, loose-fitting clothing - Avoid sweat generating situations - Chlorhexidine is a light cream or lotion base - Calamine lotion
Heat Cramps	- Painful, involuntary, spasmodic contractions of skeletal muscle (calves, thighs and shoulder) - Occur in individuals sweating profusely and only drinking water or hypotonic solutions - Limited duration - Limited to specific muscle group	- Fluid and salt replacement (IV or oral) - Rest in a relaxed environment
Heat Tetany	- Hyperventilation - Extremity/s and circumoral paresthesia - Carpopedal spasm	- Calm the patient to reduce respiratory rate - Remove from hot environment
Heat syncope	- Postural hypotension - Commonly in non-acclimatized elderly	- Rule out other causes of syncope - Removal from the hot environment - Rest and IV drip
Heat Exhaustion	- Headache, nausea, vomiting - Malaise, dizziness - Muscle cramps - Temperature less than 40°C or normal - May progress to heatstroke if fails to improve with treatment - No CNS involvement	- Remove the patient from the heat stress area - Volume replacement - If there is no response to treatment in 30 minutes, then aggressively cool the patient to a core temperature of 39°C
Heatstroke	- Core body temperature greater than 40°C - Signs of CNS dysfunction: Confusion, delirium, ataxia, seizures, coma - Other late findings: anhidrosis, coagulopathy, multiple organ failure	- Remove the patient from the heat stress area - Volume replacement - If there is no response to treatment in 30 minutes, then aggressively cool the patient to the core temperature of 39°C (further details later in document)

Reference: National Action Plan On Heat Related Illnesses, NCDC, MOHFW, 2021

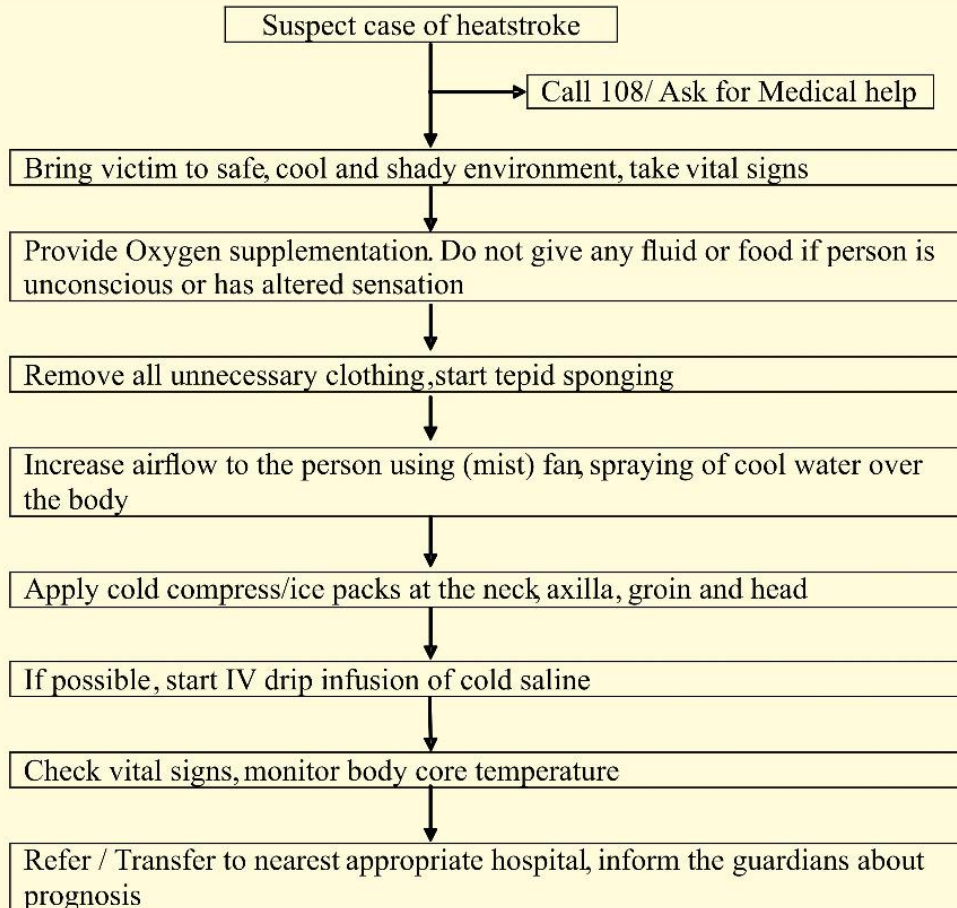
Issued in Public Interest by Uttar Pradesh Disaster Management Authority
Technical supported by UNICEF, Uttar Pradesh and Indian Institute of Public Health-Gandhinagar



UTTAR PRADESH STATE HEAT ACTION PLAN



Management workflow of Suspected Heatstroke victims at PHC level before referral to higher centre



Consider heat illness in differential diagnosis if:

a. Presented with suggestive symptoms and signs	b. Patient has one or more of the following risk factors:
	i. Extremes of age (infants, elderly) ii. Debilitation/physical deconditioning, overweight or obese iii. Lack of acclimatization to environmental heat (recent arrival, early in summer season) iv. Any significant underlying chronic disease, including psychiatric, cardiovascular, neurologic, hematologic, obesity, pulmonary, renal, and respiratory disease v. Taking one or more of the following: 1. Sympathomimetic drugs 2. Anticholinergic drugs 3. Barbiturates 4. Diuretics 5. Alcohol 6. Beta-blockers

Reference: National Action Plan On Heat Related Illnesses, NCDC, MOHFW, 2021 .

Issued in Public Interest by Uttar Pradesh Disaster Management Authority
 Technical supported by UNICEF, Uttar Pradesh and Indian Institute of Public Health-Gandhinagar

Annexure-6

Format A: Death reported due to Heat Wave (States report to NDMA)

Name of the State:				Year:				Reporting Periods:				Date of Reporting:					
District		Location				Occupation				Economic							
		Urban		Rural		Total	Farmers	Labours	Hawkers	Others	Total	BPL	APL	Total			
	Age Group	M	F	M	F	M	F										
District 1	0-6 years																
	7-18 years																
	19-35 years																
	36-60 years																
	61 > above																
	Sub Total																
District 2	0-6 years																
	7-18 years																
	19-35 years																
	36-60 years																
	61 > above																
	Sub Total																
Total State																	

*If any other information related to heat wave, please enclose a separate page.

Name and designation of the reporting officer:

Signature with Date

Format B: Details of the death reported due to Heat-Wave (record kept with State government)

S. No.	Name and Address	Age	Sex (M/F)	Occupation	Place of death	Date and time of death	Max Temp recorded (Rectal and Oral)	Deaths reported during heat wave period or Not	List of chronic diseases present (Ask the family members)	Date and time of post mortem (If conducted)	Date and time of joint enquiry conducted with a revenue authority	Cause of death		Remarks	
														Related to post-mortem	Related to joint enquiry
1															
2															
3															
4															

Name and designation of the reporting officer:

Signature with Date

Format A

DAILY REPORT OF HEAT STROKE CASES AND DEATHS (District report to State government)

[illegible]

Format B
(To be cumulated at the State Level and sent to Central Government)

Date:

DEATHS DUE TO HEAT RELATED ILLNESS -State

S. No.	Name of the district (Name of all districts)	New cases admitted due to Heat Related Illness since the last reporting period	Cumulative cases admitted due to Heat Related Illness since 1st April	Deaths due to Heat Related Illness since the last reporting period	reported deaths due to Heat Related Illness since 1st April	Remarks (If any shortage of ORS/ fluids/ IV Treatment facilities etc...)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
TOTAL						

6 महत्वपूर्ण फोन नम्बर की लिस्ट (नोडल अधिकारी सहित)

List of Important Phone Number (Including Nodal Officer)

क्रमांक Sr No.	पदनाम Designation	विभाग Department	मो० नं० Mob. No.	कार्यालय फोन नं० Official Phone No.	ई-मेल Email ID
1	जिलाधिकारी बागपत	राजस्व विभाग	9454417562	0121- 2220520	dmbag@nic.in
2	पुलिस अधीक्षक बागपत	पुलिस विभाग	9454400258	0121- 2220518	
3	अपर पुलिस अधीक्षक	पुलिस विभाग	9454401030	0121-2220518	
4	अपर जिलाधिकारी (वि० / रा०)	राजस्व विभाग	9454417633	0121-2221036	
5	मुख्य विकास अधिकारी	विकास विभाग	9415048775	0121-2220027	cdobg-up@nic.in
6	मुख्य चिकित्साधिकारी बागपत	स्वास्थ्य विभाग	8765560260 9412106400	0121-2220886	cmobpt@gmail.com
7	अपर मुख्य चिकित्साधिकारी बागपत	स्वास्थ्य विभाग	9412552614	0121-2220886	cmobpt@gmail.com
8	अधिशाली अभियन्ता लोअर खण्ड पूर्वी यमुना नहर मु०नगर	सिंचाई विभाग	9458726565	0131-2620717	
9	अधिशाली अभियन्ता ड्रेनेज खण्ड मेरठ	सिंचाई विभाग	9411951905 9412577967	0121-2644254	
10	उपजिलाधिकारी बागपत	राजस्व विभाग	9454416713	0121-2220035	
11	उपजिलाधिकारी बडौत	राजस्व विभाग	9454416714	01234-263297, 2663296	
12	उपजिलाधिकारी खेकड़ा	राजस्व विभाग	9454416715	0121-2233980	
13	जिला पूर्ति अधिकारी बागपत	राजस्व विभाग	9453668993	0121-2220300	
14	उप सम्भागीय परिवहन अधिकारी बागपत	परिवहन विभाग	8005441056	NIL	
15	जिला पशुधन	पशुपालन	9412701388	0121-2221838	

	अधिकारी बागपत	विभाग			
16	अधिशाली अभियन्ता विद्युत वितरण खण्ड बागपत	विद्युत विभाग	9412749242	0121-2221050	
17	अधिशाली अभियन्ता लोक निर्माण विभाग बागपत	लोक निर्माण विभाग	9837340537 9760860703	0121-2221765	
18	जिला वन अधिकारी बागपत	वन विभाग	9453006644 9453006648	0121-2641762	
19	अधिशाली अभियन्ता जल निगम बागपत	जल निगम	9473942599	0121-2220759	
20	अधिशाली अभियन्ता नलकूप बागपत	नलकूप विभाग	9454414620	0121-2221522	
21	पुलिस क्षेत्राधिकारी बागपत	पुलिस विभाग	9454401562	0121-2221012	
22	पुलिस क्षेत्राधिकारी बडौत	पुलिस विभाग	9454401560	01234-262941	
23	पुलिस क्षेत्राधिकारी खेकडा	पुलिस विभाग	9454401561	0121-2233111	
24	जिला पंचायत राज अधिकारी बागपत	पंचायती राज विभाग	7503334336	2222338	
25	उप कृषि निदेशक बागपत	कृषि विभाग	9412489993	2221957	
26	जिला कृषि अधिकारी बागपत	कृषि विभाग	9368357207	2220895	
27	जिला उद्यान अधिकारी बागपत	उद्यान विभाग	9456272980	2220307	
28	जिला वन अधिकारी	वन विभाग	9453006648	2220963	
29	फायर स्टेशन अधिकारी बागपत	अग्निशमन विभाग	7839861668		fso- bpt.bg@up.gov.in
30	फायर स्टेशन अधिकारी	अग्निशमन विभाग	9454418752		fsobad.bg- up@gov.in
31	फायर स्टेशन अधिकारी	अग्निशमन विभाग	9454418386		fsokhe.bg- up@gov.in

सम्पर्क सूत्र:

जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

कलेक्ट्रेट, बागपत उत्तर प्रदेश – 250609

Email: ddmabaghpat@gmail.com