

آلودگی زدایی برای خودتان و دیگران

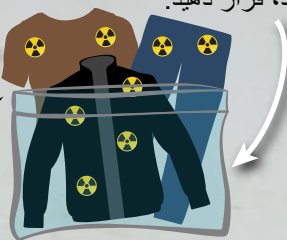
① لایه بیرونی لباس هایتان را در آورید



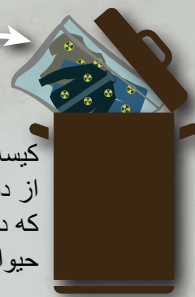
در آوردن لایه بیرونی لباس هایتان می تواند تا 90% مواد رادیواکتیو را دور کند.

در حین در آوردن لباس هایتان خیلی دقت کنید تا از مواجهه با گرد و غبار رادیواکتیو پیشگیری کنید.

لباس ها را در کیسه پلاستیکی یا ظرف دیگری که می توانید در آن را ببندید، قرار دهید.



کیسه را در جایی دور از دسترس قرار دهید، که دور از دیگر افراد و حیوانات خانگی باشد.



② خود را خوب بشویید

اگر می توانید دوش بگیرید:

از صابون و شامپو استفاده کنید. از نرم کننده استفاده نکنید زیرا موجب می شود تا مواد رادیواکتیو به موی سرتان بچسبند.

از سوزاندن با آب گرم، اسکراب یا خراش دادن پوست ممانعت کنید.

در حین شستشو بریدگی ها و خراش ها را بیوشانید تا مواد رادیواکتیو از زخم های باز وارد بدن نشوند.



اگر نمی توانید دوش بگیرید:

با استفاده از سینک و شیر آب، دست ها، صورت و بخش هایی از بدن تان که پوشیده نبوده اند را بشویید. از صابون و مقادیر زیادی آب استفاده کنید.



اگر نمی توانید از سینک و شیر آب استفاده کنید:

از دستمال مرطوب، پارچه تمیز مرطوب یا حوله کاغذی مرطوب برای تمیز کردن بخش هایی از بدن تان که پوشیده نبوده اند را بشویید. به دست ها و صورت تان توجه ویژه ای داشته باشید.



بینی خود را تمیز کنید، پلک ها، مژه ها و گوش های خود را با دستمال مرطوب، پارچه تمیز مرطوب یا دستمال حوله ای مرطوب پاک کنید.



③ لباس های تمیز بپوشید

اگر لباس های تمیز دارید:

پوشیدن لباس هایی که در گنجی یا کشو و دور از مواد رادیواکتیو هستند، ایمن است.



لایه بیرونی لباس های خود را در آورید، آنها را تکان داده یا برس بزنید و دوباره آنها را بپوشید.



اگر لباس های تمیز ندارید:

دوباره دست ها، صورت و بخشی از پوست که پوشیده نشده را در یک سینک یا شیر آب بشویید.



④ کمک به دیگران و حیوانات خانگی

در صورتی که می توانید دستکش ضد آب و ماسک بپوشید.

در حین شستشو بریدگی ها و خراش ها را بیوشانید تا مواد رادیواکتیو از زخم دور شوند.



با استفاده از یک سینک و شیر آب، دست ها، صورت و بخش هایی از بدن تان که پوشیده نبوده اند را بشویید.