

ਸੜ ਜਾਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ

ਘਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਾੜ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।



ਬਚਾਅ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸੜਣ ਅਤੇ ਫਲੂਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੋ



ਗਰਮ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ, ਕੰਢਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨੂਡਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿਓ।



ਜੇ ਕਿਸੇ ਬਰਤਨ, ਕੜਾਹੀ ਜਾਂ ਪਤੀਲੇ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਢੱਕਣ ਜਾਂ ਅੱਗ ਬੁਝਾਊ ਕੰਬਲ ਨਾਲ ਢੱਕ ਦਿਓ ਅਤੇ ਚੁੱਲ੍ਹੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।

ਪਤੀਲੇ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।

ਕਦੇ ਵੀ ਤੇਲ ਵਾਲੀ ਅੱਗ ਉੱਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾ ਸੁੱਟੋ।



ਕਦੇ ਵੀ ਬਾਹਰਵਾਰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਵਾਲੇ ਚੁੱਲ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅੰਦਰ ਨਾ ਕਰੋ।



ਬਚਾਓ



ਹਟਾਓ



ਠੰਢਾ ਕਰੋ



ਢੱਕੋ



ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ

health.tas.gov.au/burns ਵਿਖੇ ਤਸਮਾਨੀਅਨ ਬਰਨਜ਼ ਯੂਨਿਟ ਅਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਅਨ ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਬਰਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ anzba.org.au ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣੋ



ਸੜ ਜਾਣ ਲਈ ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਸੜ ਜਾਣ ਦਾ ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।



ਹਟਾਓ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਪਰੇ
ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਗਹਿਣਿਆਂ
ਨੂੰ ਉਤਾਰ ਦਿਓ



ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਨੈਪੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰ
ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਗਰਮ ਰਹਿ
ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



ਠੰਢਾ ਕਰੋ

ਸੜੇ ਹੋਏ ਹਿਸੇ ਨੂੰ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ
ਠੰਢੇ, ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ
ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੋ



ਸੜ ਦੇ ਉੱਤੇ ਬਰਫ,
ਮੱਲੂਮਾਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ
ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।

ਸੜ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਪੱਟੀ ਨਾਲ
ਢੱਕੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।



ਬਚਾਓ



ਹਟਾਓ



ਠੰਢਾ ਕਰੋ



ਢੱਕੋ



ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ

health.tas.gov.au/burns burns ਵਿਖੇ ਤਸਮਾਨੀਅਨ ਬਰਨਜ਼ ਯੂਨਿਟ ਅਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਅਨ
ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਬਰਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ anzba.org.au ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣੋ