DEPREM
EYLEM PLANI

Anadolu, bin yıllardır depremlerle sallanıyor. İç Anadolu'da gördüğümüz yüzlerce yerleşim yığıntısı **"Höyük",** güneydeki denize inmiş batık kentler hep bu doğa olayının sonucu.

"Ben depremin ne zaman olacağını biliyorum" diyenlere inanıp en ufak sarsıntıda kendimizi camdan atmak yerine, ilk titremeyi hissettiğimizde daha önceden karar verdiğimiz eylem planını uygulamak yaşamımızı kurtarabilir.

Unutmayın. İnsanları öldüren deprem değil, kötü yapılmış binalardır.

DEPREMDEN ÖNCE:

Planlayın

Birey ve kurum bazında yaşamımızın büyük bölümünü geçirdiğimiz ev ve iş yerlerimizde yangına karşı eylem planımız varsa veya olmalıysa, depreme karşı da olmalıdır.

- Yaşadığınız / Bulunduğunuz mekanı inceleyin. Korunma için bulunacağınız yeri ve muhtemel kaçış yolunu belirleyin.

- Eğer bulunduğunuz noktadan kendinizi 10-15 saniye içinde bina dışına çıkartacak ve güvenli bir açık alana ulaştıracak pozisyonunuz varsa, bu yolu saptayın. (Bu yöntem sadece giriş altı, giriş ve 1. katta olanlar için geçerlidir.)

  Deprem sırasında ilk 10-15 saniye binayı terkedebilmek açısından çok önemlidir. Daha önce yaşanan depremlerden elde edilen istitastiki verilere göre, binalarda yıkıma yol açan unsur, hissettiğiniz ilk sarsıntı değil, binanın rezonansa girmesidir. Bu da size anılan süreyi kazandırmaktadır.

  Bu süre içinde kaçma eylemini gerçekleştirebilecek bir yöntem bulduğunuz takdirde, tatbik ederek zamanı saptayın. Böylelikle hem kesin kaçış sürenizi öğrenebilir, hem bu süreyi daha da kısaltacak yöntemler geliştirebilirsiniz.

UNUTMAYIN

Kişisel kaçış zamanı ile, birilerine yardım ederek (eşiniz, çocuğunuz, iş arkadaşınız ya da bir sakat) kaybedeceğiniz zaman çok farklıdır. Farklı senaryolar geliştirmenizde ve süre tutarak denemenizde yarar vardır.

- Kapı veya cam kenarında ya da bulunduğunuz yeri 10-15 saniye içinde terkedebilecek bir mesafede iseniz, herhangi bir acil çıkış anında kullanacağınız güzergah üzerinde size engel olabilecek saksı, masa, sandalye, koltuk, sandık ve benzeri unsurları ortadan kaldırınız.

- Bazı durumlarda ani bir acil çıkış olanağı yaratabilirsiniz. (giriş katındaki camı kırarak dışarı çıkmak gibi). Bu cam kalın ya da sekurit (sağlamlaştırılmış) olabilir. Bunu kırmak için bir yangın söndürme tüpünü kaçış yolu üzerinde bulundurabilirsiniz. Unutmayın, vücudunuzda kesiklere ve yırtılmalara yol açmayı engellemek için önce camı kendinize zarar vermeden kırmalısınız.

- Binayı terkederken mutlaka başınızı yüksekten veya tavandan düşen nesnelerden (tuğla, kiremit, avize v.b.) korumalısınız. Bu aşamada yastık bir işe yaramayacak, aksine çevrenizi görmenize ve sesleri duymanıza engel olacaktır. Bir kask veya baret, bulamazsanız bir sandalye, bir tahta parçası, büyük ve kalın bir kitap işinize yarayabilir.

- Eğer binayı 10-15 saniye içinde terkedemiyorsanız, kesinlikle merdivenlerden, merdiven boşluklarından uzak durunuz. Asansör bir tuzaktır. Kullanmayınız. Yıkılan binalarda en yüksek oranda ölüm bu noktalarda meydana gelmektedir. Birinci kattan daha yüksekteyseniz, atlamayı denemeyiniz. Yaşanan depremlerde ölümle ve ciddi yaralanmalarla sonuçlanan olayların büyük bir bölümü yüksekten atlamayla ilişkilidir. Bunun yerine yüksek binalarda yapılması zorunlu olan harici yangın merdivenlerini kullanınız. Demir konstrüksyondan inşa edilen bu merdivenler, binadan bağımsız olduğu için yıkım darbesinden daha zor etkilenecek ve bağlı olduğu yerden kopması halinde, çeperlerindeki kuşaklar nedeniyle düşme anında bir koruma alanı oluşturacaktır. Dahili yangın merdivenleri koruyucu bir alan yaratmayacaktır.

- Eğer bulunduğunuz bina depreme dayanıklı ve bulunduğunuz mekandaki masa çelik veya kalın masif ahşap malzemeye sahipse başınıza düşebilecek eşyalardan sizi koruyabilir. Ama tavan çökmesi halinde hiçbir koruyucu özelliği olmayacaktır.

  ÖRNEK: Japonya'da öğrencilerin sığındığı masa altları. Bu masalar aslında boğazları birleştirilmiş birer çelik kafestir. Bu özelliği nedeniyle sıralar halinde masa birarada düşünüldüğünde çöken tavanı karşılayıcı ciddi bir direnç noktası oluşturmaktadır. Oysa Türkiyede kullanılan basit tahta veya zayıf sıraların böyle bir ağırlığı taşıyamayacağı kesindir.

- Bir "Yaşam Üçgeni Alanı" yaratın. Masa, yatak altı gibi yerler yerine, Ağırlık merkezi yere yakın çelik dolaplar (boyu uzunsa ve yapabiliyorsanız yana devirin), para kasaları, çamaşır ve bulaşık makinesi gibi nesnelerin yanına yatın ve cenin pozisyonu alın.

UNUTMAYIN: Herhangi bir yıkılma anında bu nesneler belki ezilecek ama asla yok olmayacaklardır. Yanlarında yaratacağı alan sizin yaşam üçgeniniz olacaktır.

Mutfak iyi bir saklanma ve "Yaşam üçgeni" ayaratılabilecek uygun bir ortamdır. Tezgah altında ve yanında yer alan fırın, bulaşık makinası ve buzdolabı, bu bölümün ezilme oranını en aza indirger. Ancak, setüstü dolaplardan dökülecek tabak, çanak ve bardak gibi cisimlere karşı bir önlem alınması, rafların düşmesine engel olmak için de duvarla olan bağlantılarının sabitleştirilmesinde yarar vardır.

Yaşanan depremlerden elde edilen veriler, mutfak ve banyoların en uygun yerler olduğunu göstermektedir. Çünkü enkaz altında kalındığı takdirde, bu bölümlerde hem yaşam üçgeni yaratabileceğiniz unsurlar vardır, hem de patlayan borulardan sızan suyu içerek vücudunuzu crash sendromundan koruyabilme olanağı mevcuttur. Enkaz altında kalan kişileri bekleyen en cidi tehlike böbrek yetmezliği nedeniyle ortaya çıkan sendromlardır.

- Bulunmamanız gereken bir yer de kapı pervazlarıdır. Kapı pervazlarının taşıyıcı hiçbir özelliği yoktur. Çelik kapılara da güvenmeyin. Bunların da taşıyıcı özelliği olmadığı gibi, hem tehlike anında kırılması mümkün değildir, hem de üzerinize devrilme riski bulunmaktadır.

- Depreme uykuda yakalandığınız takdirde, kullanmanız gereken 10-15 saniyelik süre bir hayli azalacaktır. Bunun için yatağınızın iki yanına 1m3'lük tahta sandıklar yaptırmanız ve içlerini kitaplarla doldurduktan sonra, kalın bir iple çevresini sarmanız yararlı olabilir. Kitaplar da büyük bir ağırlık altında ezilmeyecek, sardığınız kalın ip ise sandığın patlamasına engel olacaktır. Böyle bir hazırlığınız yoksa, yatağın hemen kenarına ve yanına yan yatarak cenin pozisyonu alın.

DEPREM ANINDA:

Uygulayın

Deprem anında 10 – 15 saniye içinde Bulunduğunuz binayı terk edebiliyorsanız Derhal kaçın, yoksa güvenli bir yer bulun

- İlk sarsıntıyı hissettiğiniz anda sakin olun. Paniğe kapılmayın. Panik, sağlıklı düşünmenizi engelleyecek, hatalı, bilinç dışı hareket etmenize yol açacaktır. Bilinçli düşünebilmek, hazırlıklarınızı felaket anında değil, daha önce yapmanıza ve planlamanıza bağlıdır.

- 10-15 saniye içimde bulunduğunuz yerden bina dışına güvenli bir açık alana çıkma olanağınız ve planınız varsa, bunu derhal önceki bölümde anılan önlemleri alarak uygulamaya koyun.

- Eğer binayı terk edemiyorsanız, daha önce belirlediğiniz yaşam üçgeni alanına gidin ve yan yatarak cenin pozisyonunu alın.

- Kesinlikle oradan oraya koşmayın ve ayakta durmayın.

> **UNUTMAYIN:**
> Yan yatarak cenin pozisyonu almanız, hem ellerinizle başınızı korurken çevreyi görme ve gözlemleme şansı verecektir. Kolon, kiriş veya duvarlar bir anda düşmeyecek, bu hareket belli bir sallantının ardından gerçekleşecektir. Bu da size son dakikada da olsa vücudunuzu koruma şansı verecektir.
>
> Herhangi bir şekilde enkaz altında ezilme durumu olduğunda vücudunuz bu şekilde azami korunma olanağına sahiptir. İç organlarınızın büyük bir bölümünü ve böbreklerinizden birini çalışır durumda tutabilmek için en ideal şekildir.
>
> Enkaz altında öncelikle böbreklerin iflas ettiği bilinmelidir. Depremzedelerin kurtarılması halinde bile, vücudunda onanamaz hasarların oluştuğu ve bu nedenle ölüm olaylarının yaşandığı saptanmıştır.
>
> Cenin pozisyonunun bir diğer özelliği ise, kurtarma ekiplerinin kazazedenin bulunduğu bölüme en küçük bir gedikten de olsa ulaşması halinde, onu bulunduğu yerden çıkartamazsa bile, elini tutmasına izin vermesidir. Saatler sonra bir dış yardımın eline dokunması sayesinde, kazazedenin beyni hızla adrenalin pompalamaya başlayacak ve onu yeniden hayata bağlayacak çok önemli bir köprü kurulmuş olacaktır.

- Balkona çıkmaktan, merdivenden inmekten, asansöre binmekten kaçının. Kolon ve kirişlerden de uzak durun. Bu arada, camlar kırılabilir, kitaplıklar devrilebilir, mutfak dolaplarındaki tabak çanaklar dökülebilir. Bunları gözardı etmeyin.

Hazırladığınız deprem çantasına ulaşmak için zaman harcamayın.

> **UNUTMAYIN:** Eğer o an elinizin altında değilse pilli radyo, fener, konserve yiyecek ve içeceklerin bulunduğu çantaya ulaşmaya çalışmak, sakınmak ve korunmak için size gerekli olan süreyi çalabilir.

DEPREM SIRASINDA ARAÇTA BULUNANLAR:

Yer sarsıntısını otomobilde, tünelde veya kapalı bir otoparkta hissettiğiniz anda;

- Paniğe kapılmayın.
- Yolda iseniz, aracınızı yol kenarına çekip, binalardan, elektrik direklerinden veya ağaçlardan uzakta durdurun.
- Tünel içinde iseniz ve çıkışa yakın değilseniz, aracınızı durdurup aşağıya inin ve yanına yan yatarak cenin pozisyonu alın. Aracınızın içinde durmayın. Aynı yöntemi kapalı bir otoparkta iseniz aynen uygulayın.

UNUTMAYIN: Araç içinde olduğunuz takdirde, üzerinize düşen bir parça ile ezilme riski taşıyorsunuz. Oysa dışına çıkıp, yanına yattığınız takdirde, üzerinize yıkılacak tavan, tünel gibi büyük kitleler aracı belki ezecek, ama yok etmeyecektir.

DEPREMDEN SONRA:

Deprem sonrasında nasıl davranacağınız önemli. Paniğe girmemek, fısıltılara kulak asmamak, Kurtarma çalışmalarına katılmak gerekiyor.

Deprem öncesi önlemlerinizi aldınız ve depremi az ya da çok hasarla atlattınız. Bu kez başka sorumluluklar sizi bekliyor. Ön koşul paniğe kapılmamak, uyanık ve hızlı davranmak.

Eviniz hayatınıza zarar vermeyecek ölçüde hasar görüp, sizin dışarı çıkmanıza izin veriyorsa, binayı terketmeden önce çevrenizdeki seslere kulak verin. Bu sesler, sizden çok daha zor durumda olan insanlara ait olabilir. Sese olan yakınlığınız sayesinde binanın dışından yapılacak bir yardımdan çok daha hızlı bir şekilde göçük altındakileri hayata kavuşturabilirsiniz.

Kalabalık mekanları boşaltırken sakin olmak, hasarı en az ölçüde atlatmak açısından önem taşır.

Toplu ve düzenli hareket bu safhada çok önemlidir. Binaların dışına çıktığınız andan itibaren de kurtarma çalışmalarına katılmak gerekir. Verebileceğiniz küçücük bir destek, bir insan hayatı, daha büyük yardımlar birden çok insanın hayatı demektir.

Felaket sonrası olası karmaşa ortamı için dikkatli olunmalı. Özellikle de söylentilere, dilden dile dolaşan deprem fısıltılarına yenilerini eklememeli ve kulak asmamalıyız. Bu tür söylentilerle, Marmara Depremi'nin ardından da yaşandığı gibi halkta daha büyük panik oluşturduğunu ve normal yaşamın bir türlü geri kazanılamadığını gördük.

- Sükunetinizi koruyun.
- Durumunuzu değerlendirin. Yaralı olup olmadığınızı belirleyin.
- Bulunduğunuz yapı yıkılmamışsa, kontrollü, hızlı ve dikkatli bir şekilde binayı terk edin. Hemen ardından gelebilecek bir artçı şok, o ana kadar yıkılmamış, ancak taşıyıcı elemanlarına zarar vermiş olan binayı yıkabilir.

  Sarsıntı anında merdivenler bağlantı yerlerinden ayrılmış, tavandan dökülebilecek sıva, beton parçası olabilir. Binadan

ayrılırken kapıları dikkatli bir şekilde açın, bu gibi tehlikelerden sakının ve başınızı koruyun.

Eğer enkaz altında iseniz…

- Kıpırdayacak durumunuz varsa ve kesin bir çıkış yolu görebiliyorsanız hareketlenin. Aksi takdirde pozisyonunuzu koruyun ve sakin olun. Fazladan her çaba, size gelecekte gerekli olacak enerjiyi ve suyu tüketecektir.

- Dışarıdan bir müdahale sesi duyana kadar bağırmaya çalışmayın. Bu enerjinizi zamansız tüketmenize yol açacaktır. Bir ses duyduğunuzda cevap verin ve pozisyonunuzu anlatmaya çalışın.

- İlerleyen saatlerde dışarıya ses verebilecek bir ses kaynağı yaratma yolu bulun. Tencere benzeri bir metale vurulacak bıçak sapı, sert bir yüzeye vurabileceğiniz diğer sert bir cismin olup olmadığını kontrol edin. Çünkü saatler geçtikten sonra böyle bir şey edinme gücünü kaybetmiş olabilirsiniz.

- Kurtarma ekipleri, olay yerine ulaştıklarında bakacakları ilk yer enkaz üzerinde kabarmış bölgelerdir. Kabaran bu bölgeler muhtemel yaşam üçgenlerinin olduğu noktalardır. (Buzdolabı, bulaşık ve çamaşır makinası, çelik para kasası, demir dolap v.b.) Böyle bir pozisyona sahipseniz, ilk ulaşılacak kurtarma bölgesindesiniz demektir.