

अगर पाकिस्तान परमाणु हमला करता है या पारंपरिक युद्ध छेड़ता है, तो इसके **तीन संभावित रूप** हो सकते हैं:

I. सीमित पारंपरिक युद्ध (Conventional War)

- मिसाइल, तोपों और लड़ाकू विमानों से सीमावर्ती इलाकों में हमला
- नागरिक ठिकानों पर हमले की कोशिश (जैसे रेलवे स्टेशन, एयरपोर्ट, डैम)

सुरक्षा उपाय:

- एयर रेड सायरन और शेल्टर तक तुरंत पहुँचना
 - घर में एक आपातकालीन किट तैयार रखना (नीचे बताया गया है)
 - मोबाइल पर सरकारी अलर्ट सिस्टम और समाचार पर नज़र रखना
-

II. परमाणु हमला (Nuclear Strike)

- बड़े शहरों जैसे दिल्ली, मुंबई, अहमदाबाद, अमृतसर या सैन्य ठिकानों पर हमला हो सकता है

सुरक्षा उपाय:

- अगर हमले का संकेत मिले, तुरंत जमीन पर लेट जाएँ, मुँह-नाक ढँकें
 - **धमाके के बाद 10-15 मिनट अंदर रहें**, ताकि रेडिएशन का असर कम हो सके
 - घर में **खिड़कियाँ-दरवाजे बंद करें**, पानी और खाना सील करके रखें
 - **Iodine tablets** की जानकारी रखें (थायरॉइड को रेडिएशन से बचाता है)
-

III. सायबर या ब्लैकआउट अटैक

- बिजली, इंटरनेट, मोबाइल नेटवर्क, और बैंकिंग सिस्टम को ठप करने की कोशिश

सुरक्षा उपाय:

- जरूरी दस्तावेज़ और पैसे नकद में रखें
 - पावरबैंक, टॉर्च, रेडियो तैयार रखें
 - जरूरी नंबर और पते ऑफलाइन लिखकर रखें
-

आपातकालीन किट में क्या-क्या होना चाहिए?

जरूरी चीजें	कारण
सील बंद पानी (3-5 दिन का)	रेडिएशन से बचा हुआ पानी
सूखा खाना (बिस्कुट, नमकीन, मूँगफली)	लंबे समय तक चल सके
टॉर्च + बैटरियाँ	ब्लैकआउट में उपयोग
रेडियो (FM/AM)	सरकारी निर्देश सुनने के लिए
पावरबैंक और चार्जर	संचार बनाए रखने के लिए
मास्क, कपड़ा, रुमाल	धूल, धुँएँ और रेडिएशन से बचने
प्राथमिक उपचार किट	चोट या जलन में उपयोग
दस्तावेज़ (ID, नक्शा, नंबर)	संचार टूटने पर ज़रूरी होगा

और हमें क्या करना चाहिए?

- **पैनिक न करें, अफवाहों से बचें** – सोशल मीडिया पर बिना पुष्टि के कुछ शेयर न करें
- **सरकारी निर्देशों का पालन करें** – TV, रेडियो, सरकारी ऐप्स जैसे NDMA, MyGov पर नजर रखें
- **परिवार के साथ योजना बनाएं** – मिलन स्थल, संपर्क संख्या तय रखें
- **मकान के सबसे मजबूत हिस्से में रहें** – जैसे बाथरूम या सीमेंट का कमरा

अगर परमाणु हमला दिल्ली जैसे बड़े शहर पर होता है, तो असर बहुत भयावह हो सकता है। मान लो हमला 150–300 किलोटन के परमाणु बम से होता है (जो आजकल आम है), तो दिल्ली पर इसका असर कुछ इस तरह हो सकता है:

□ 1. विस्फोट और गर्मी का असर (पहले 0–10 सेकंड):

- 0–2 किमी तक (Ground Zero): सब कुछ पूरी तरह नष्ट – बिल्डिंगें, सड़कें, वाहन, लोग।
- 2–5 किमी: इमारतें गिर सकती हैं, भारी आग, 3rd-degree जलन, हजारों की मौत संभव।
- 5–10 किमी: खिड़कियाँ टूटेंगी, हल्की इमारतें क्षतिग्रस्त, जलने और चोट लगने की संभावना।

□ उदाहरण:

अगर बम इंडिया गेट या संसद भवन के पास गिरता है, तो 5–7 किमी के दायरे में Connaught Place, AIIMS, Lajpat Nagar, Karol Bagh, JNU, और आसपास के इलाके गंभीर रूप से प्रभावित होंगे।

☒ 2. विकिरण और Fallout (रेडियोधर्मी राख का फैलाव):

- हवा की दिशा में Fallout 50–200 किमी तक फैल सकता है।
- उदाहरण के लिए, अगर हवा पूर्व की तरफ चल रही है, तो नोएडा, गाज़ियाबाद, बुलंदशहर जैसे शहरों में भी रेडियोधर्मी राख गिर सकती है।

- Fallout की वजह से 24–72 घंटे तक बाहर निकलना जानलेवा हो सकता है।

☐♂ आप कैसे बच सकते हैं:

1. अगर पहले से चेतावनी मिले:

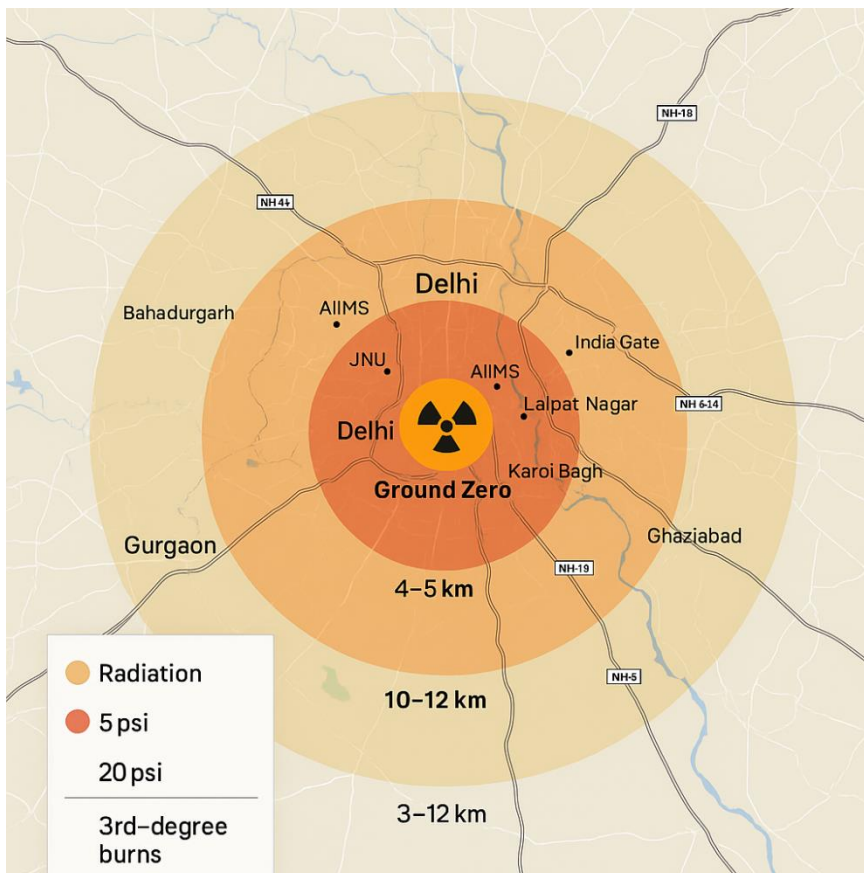
- बंकर या मजबूत बेसमेंट में जाएँ।
- जरूरी चीज़ें (पानी, सूखा खाना, रेडियो, मास्क) अपने पास रखें।

2. अगर हमला हो गया है:

- फौरन जमीन पर लेटें, आँखें और मुँह बंद करें।
- फिर जल्दी से किसी मजबूत बिल्डिंग के अंदर जाएँ और खिड़कियाँ बंद करें।
- कम से कम 24 घंटे बाहर न निकलें।

☐ असर कितने समय तक रहेगा:

- Blast का असर: कुछ सेकंड
- रेडिएशन (Fallout): 1–7 दिन तक जानलेवा
- दीर्घकालिक असर (कैंसर, पर्यावरण): कई साल



अगर परमाणु हमला नहीं होता है (जो सबसे बेहतर स्थिति है), तब भी सरकार और नागरिकों को तैयार रहना जरूरी होता है। इसी तैयारी के लिए सरकार समय-समय पर mock drill (आशयात्मक अभ्यास) करती है। इन drill का मकसद होता है – जनता को जागरूक करना, एजेंसियों को प्रशिक्षित करना और आपातकालीन व्यवस्था की जाँच करना।

नीचे मैं बता रहा हूँ कि सरकार इन drill में कौन-कौन से सुरक्षा उपायों का अभ्यास कराती है:

□ भारत सरकार द्वारा किए जाने वाले मुख्य सुरक्षा उपाय (Mock Drill में):

1. □ Public Warning System:
 - सायरन, मेगाफोन, मोबाइल अलर्ट और NDMA ऐप से चेतावनी देने का अभ्यास।
 - स्कूल, कॉलेज, अस्पताल आदि में इमरजेंसी अलार्म सिस्टम।
2. □ Evacuation Drill (निकासी अभ्यास):
 - किसी इलाके को तुरंत खाली कराने का अभ्यास।
 - लोगों को निकासी मार्ग (Evacuation Route) बताना और सुरक्षित स्थान पर ले जाना।
3. □ First Aid और Rescue Training:
 - पुलिस, सेना, NDRF और फायर ब्रिगेड द्वारा बचाव ऑपरेशन का अभ्यास।
 - आम लोगों को प्राथमिक उपचार, CPR और basic life-saving techniques सिखाई जाती हैं।
4. □ Fallout Shelter और सुरक्षित इमारतों का परीक्षण:
 - मजबूत सरकारी भवनों को बंकर या अस्थायी शरण स्थलों के रूप में चिन्हित किया जाता है।
 - इनके अंदर रहने, खाने और इलाज की व्यवस्था चेक की जाती है।
5. □ संचार और कोऑर्डिनेशन:
 - Mock drill में शामिल होते हैं: जिला प्रशासन, स्वास्थ्य विभाग, पुलिस, सेना, रेलवे, बिजली विभाग, मोबाइल कंपनियाँ आदि।
 - सभी एजेंसियों के बीच तालमेल और निर्देश प्रणाली की जाँच होती है।
6. □ जनता की भागीदारी:
 - स्कूल, ऑफिस, अस्पतालों में evacuation अभ्यास।
 - स्वयंसेवकों (volunteers) की भूमिका तय करना।
7. □ Fallout और Radiation से बचने की ट्रेनिंग:
 - परमाणु राख से बचने के लिए मास्क, सीलिंग रूम, बाहर न निकलने जैसी बातों को बताया जाता है।
8. □ मानचित्र और नक्शे का प्रयोग:
 - किस इलाके में खतरा अधिक है, कहाँ जाना सुरक्षित है – इसका अभ्यास किया जाता है।

□ सामान्य नागरिकों को क्या करना चाहिए (Mock Drill में):

- निर्देशों को गंभीरता से लें और drill को मज़ाक न समझें।
- बताई गई जगहों पर समय पर पहुँचना और मास्क/किट साथ लाना।
- अपने परिवार को भी यह जानकारी देना।

- NDMA (National Disaster Management Authority) ऐप डाउनलोड कर लेना।