



डॉ० भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय, आगरा

(पूर्ववर्ती: आगरा विश्वविद्यालय, आगरा)



भारत 2023 INDIA
वसुधैव कुटुम्बकम्
ONE EARTH - ONE FAMILY - ONE FUTURE

पत्रांक : प्रशा०/1727/2023 दिनांक : 20/04/2023

सेवा में,

1. प्राचार्य,
समस्त सम्बद्ध महाविद्यालय,
डॉ० भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय,
आगरा।
2. संकायाध्यक्ष/ विभागाध्यक्ष/ निदेशक/ प्रभारी,
समस्त आवासीय शैक्षिक संस्थान,
डॉ० भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय,
आगरा।

विषय : प्रदेश में लू-प्रकोप (Heat Wave) से बचाव प्रबन्धन एवं प्रचार-प्रसार हेतु कार्ययोजना के सम्बन्ध में।

महोदय/महोदया,

उपर्युक्त विषयक विशेष सचिव, उच्च शिक्षा, अनुभाग-3, उ0प्र0 शासन, लखनऊ पत्र संख्या-813/सत्तर-3-2023 दिनांक 19/04/2023 के क्रम में आपसे अपेक्षा की जाती है कि हीटवेव से बचाव हेतु अपने महाविद्यालय/विभाग की कार्य योजना तैयार कर उसका अनुपालन सुनिश्चित कराने की कार्यवाही कर उसकी पाक्षिक रिपोर्ट प्राधिकरण ई-मेल-upsdma@gmail.com पर उपलब्ध कराने का कष्ट करें।

संलग्नक : यथोक्त।

भवदीय

कुलसचिव

प्रतिलिपि :- निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित:-

1. अधीक्षक, कुलपति सचिवालय को मा० कुलपति महोदया के संज्ञानार्थ।
2. परीक्षा नियंत्रक।
3. सहायक कुलसचिव, सम्बद्धन/प्रशासन/आवासीय ईकाई।
4. बेवसाइट प्रभारी को इस आशय से प्रेषित कि महाविद्यालयों की लॉग-इन आई.डी. पर अपलोड करने हेतु।
5. गार्ड फाइल।

कुलसचिव

प्रेषक,

गिरिजेश कुमार त्यागी,
विशेष सचिव,
उ०प्र० शासन।

सेवा में,

1 निदेशक,
उच्च शिक्षा उ०प्र०
प्रयागराज।

2 कुलसचिव,
समस्त राज्य/निजी विश्वविद्यालय
उ०प्र०।

उच्च शिक्षा अनुभाग-3

लखनऊ : दिनांक 19 अप्रैल, 2023

विषय : प्रदेश में लू-प्रकोप (Heat wave) से बचाव प्रबन्धन एवं प्रचार-प्रसार हेतु कार्ययोजना के सम्बन्ध में।

महोदय,

उपर्युक्त विषयक अपर मुख्य कार्यपालक अधिकारी, उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण के पत्र संख्या-1079/हीट वेव/2023, दिनांक 15-03-2023 (छायाप्रति संलग्न) का कृपया सन्दर्भ ग्रहण करें, जिसके माध्यम से हीटवेव से बचाव हेतु विभागीय कार्ययोजना तैयार कर उसका अनुपालन सुनिश्चित कराने एवं विभाग द्वारा हीटवेव से बचाव एवं राहत हेतु की जा रही कार्यवाही की पाक्षिक रिपोर्ट प्राधिकरण के ई-मेल-upsdma@gmail.com पर उपलब्ध कराने हेतु संबन्धित को निर्देशित करने की अपेक्षा की गयी है।

2-इस संबंध में मुझे यह कहने का निदेश हुआ है कि प्रश्नगत प्रकरण में नियमानुसार आवश्यक कार्यवाही कराते हुए कृत कार्यवाही की सूचना उच्च शिक्षा अनुभाग-3 को एक पक्ष में उपलब्ध कराने का कष्ट करें।

संलग्नक-यथोक्त।

भवदीय,



(गिरिजेश कुमार त्यागी)
विशेष सचिव।



उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

बी-2 ब्लाक, भूतल, पिवरप भवन, गोमतीनगर, लखनऊ-226010

संख्या-813 / सप्तर-3-23 23

संख्या- 1079 / हीट वेव / 2023

दिनांक: 15 मार्च, 2023

प्रेषक,

प्रमुख सचिव कार्यालय में

प्राप्ति दिनांक 20/03/2023

अपर मुख्य कार्यपालक अधिकारी,

उ०प्र० राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण।

VS(GKT)/US(A)/SO-3

(डा० सुधीर एम० बोबडे)

संवा में,

1. अपर मुख्य सचिव/प्रमुख सचिव/सचिव, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य, गृह, कृषि, पंचायती राज, नगर विकास विभाग, उच्च शिक्षा विभाग, श्रम, वन, पर्यावरण, परिवहन, आई०टी० एवं इलेक्ट्रॉनिक्स, पशुपालन, सूचना एवं संचार विभाग, उच्च शिक्षा, बेसिक शिक्षा एवं माध्यमिक शिक्षा विभाग, उ०प्र० शासन।
2. समस्त मण्डलायुक्त, उ०प्र०।
3. समस्त जिलाधिकारी/अध्यक्ष, जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण, उ०प्र०।

संख्या 1549 / PSHE / 2023

विषय: प्रदेश में लू-प्रकोप (Heat Wave) से बचाव प्रबन्धन एवं प्रचार-प्रसार के संबंध में।

महोदय,

उपर्युक्त विषयक श्री कुणाल सत्यार्थी, आई०एफ०एस०, संयुक्त सचिव, राष्ट्रीय आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण गृह मंत्रालय, भारत सरकार के पत्र सं०-DO No-1.17/2023-PP(P दिनांक 04.03.2023 (छायाप्रति संलग्न) का कृपया संदर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें, जिसके माध्यम से वर्ष 2023 में प्रदेश में हीट-वेव न्यूनीकरण एवं प्रबन्धन के सम्बन्ध में एडवाइजरी निर्गत की गयी है। एडवाइजरी में आई०एम०डी० मार्च से मई, 2023 के मध्य सामान्य से अधिक तापमान होने का पूर्वानुमान व्यक्त करते हुए इस सम्बन्ध में हीट-वेव न्यूनीकरण, पूर्व तैयारी तथा प्रतिक्रिया के उपाय अपनाने तथा विभिन्न हितधारकों द्वारा आवश्यक पूर्व तैयारी करने व बचाव हेतु जागरूकता व प्रचार-प्रसार किये जाने का अनुरोध किया गया है।

995/vs(t)/23
45/3-3

2- देश में प्रतिवर्ष हीट-वेव (लू-प्रकोप) से होने वाली क्षतियों को दृष्टिगत रखते हुए राष्ट्रीय आपदा प्रबन्ध प्राधिकरण, भारत सरकार नई दिल्ली द्वारा हीट-वेव से बचाव हेतु निर्गत एडवाइजरी में राज्य/जनपद स्तर पर हीट वेव एक्शन प्लान को एन०डी०एम०ए० गाईडलाइन-2019 के अनुसार अपडेट करते हुए उसकी प्रति समस्त लाइन विभागों को उपलब्ध कराते हुए उसका प्रभावी क्रियान्वयन कराये जाने, विभिन्न स्तरों (राज्य/जनपद/ब्लाक स्तर) पर जोडल अधिकारी नामित करने, वीडियो कान्फ्रेंसिंग के माध्यम से जनपद एवं ब्लाक स्तर पर हीट-वेव को मॉनिटर किये जाने, हीट-वेव के समय क्या करें व क्या न करें की प्रचार सामग्री विशेष सचिव के व्यापक प्रचार प्रसार किये जाने, मोबाइल मैसेज/वाट्सएप के माध्यम से चेतावनी प्रेषित किये जाने, स्वास्थ्य केन्द्र एवं आंगनवाडी केन्द्र पर ओ०आर०एस० पैकेट की समुचित व्यवस्था किये जाने, तीव्र गर्मी से बचाव हेतु विद्यालय के समय में परिवर्तन किये जाने, सार्वजनिक स्थानों पर शीतल प्याऊ की व्यवस्था किये जाने, मनरेगा/निर्माण कार्यों में लगे श्रमिकों के लिए विशेष आश्रय स्थल बनाये जाने तथा उनकी कार्य अवधि में परिवर्तन किये जाने तथा स्थानीय स्तर पर श्रेणहोल्ड का आंकलन किये जाने की अपेक्षा की गयी है।

3- जनपद स्तर पर हीट-वेव से बचाव हेतु नामित जोडल अधिकारी द्वारा हीट-वेव की स्थिति में क्या करें और क्या न करें के सम्बन्ध में जागरूकता फैलाने हीट स्ट्रोक द्वारा मृत्यु से बचाव हेतु आवश्यक दिशा-निर्देश निर्गत किये जाने, हीट-वेव के संबंध में नियमित रूप से प्रेस कान्फ्रेंस आयोजित किये जाने, मंदिरों, लोक भवनों, मॉल इत्यादि में कूलिंग सेंटर को क्रियाशील करने, सार्वजनिक स्थानों पर एन०डी०ओ०/सामुदायिक समूहों/व्यक्तिगत रूप से

503
22/03/23
91/3/23
22-3-2023

पानी एवं छाछ की व्यवस्था किये जाने, सभी स्वास्थ्य केन्द्रों पर बिजली आपूर्ति सुनिश्चित किये जाने के दिशा-निर्देश भारत सरकार द्वारा निर्गत एडवाइजरी के माध्यम से दिये गये हैं।

4- लू प्रकोप से प्रदेश की जनता को सावधान करने एवं लू से बचाव के उपायों के प्रति आम जन-मानस की जागरूकता हेतु विभिन्न हित धारकों/विभागों/संस्थाओं का आपसी समन्वय अत्यन्त महत्वपूर्ण है। राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण, भारत सरकार नई दिल्ली द्वारा प्रदेश में हीट वेव से बचाव हेतु निर्गत उक्त एडवाइजरी के क्रम में विभागीय कार्ययोजना तैयार किया जाना अपेक्षित है।

उ0प्र0 राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा हीट-वेव (लू) से बचने के लिए आई0ई0सी0 सामग्री तैयार कर इस पत्र के साथ संलग्न है जिसे व्यापक प्रचार-प्रसार हेतु उपयोग में लाया जा सकता है। प्राधिकरण द्वारा तैयार किये गये वीडियो फिल्म लू से बचें और बचायें का लिंक <https://www.youtube.com/watch?v=AQs0lvQZxxA> है।

अतः उपरोक्त के आलोक में अनुरोध है कि हीटवेव से बचाव हेतु विभागीय कार्ययोजना तैयार कर उसका अनुपालन सुनिश्चित कराने तथा आपके विभाग द्वारा हीटवेव से बचाव एवं राहत हेतु की जा रही कार्यवाही की पाक्षिक रिपोर्ट प्राधिकरण के ई-मेल-upsdma@gmail.com पर प्रेषित करने हेतु संबंधित को निर्देशित करने का कष्ट करें।

संलग्नक-यथोक्त।


भवदीय,


(राम केवल), 15/3/23

अपर मुख्य कार्यपालक अधिकारी

प्रतिलिपि निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित:-

1. संयुक्त सचिव, राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण, गृह मंत्रालय, भारत सरकार को पुस्तिका की एक प्रति सादर प्रेषित।
2. सचिव, राजस्व एवं राहत आयुक्त महोदय को सूचनार्थ प्रेषित।
3. निजी सहायक, मा0 उपाध्यक्ष, उ0प्र0 राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण को सूचनार्थ।
4. गार्ड फाइल।


(राम केवल),

अपर मुख्य कार्यपालक अधिकारी



कुणाल सत्यार्थी, आई.एफ.एस.
संयुक्त सचिव
Kunal Satyarthi, IFS
Joint Secretary



राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण
गृह मंत्रालय, भारत सरकार
National Disaster Management Authority
Ministry of Home Affairs
Government of India

D O No. 1-17/2023-PP

4th March, 2023

Respected Sir/Madam,

As you are aware, frequency of heat waves have increased in the recent years and extreme heat poses an unprecedented challenge to health and productivity of vulnerable populations. For the current year Indian Meteorological Department (IMD) has issued the seasonal outlook on temperature and rainfall for Hot weather Season during March to May 2023. The seasonal outlook indicates above normal maximum temperatures most likely over most parts of North East India, East and Central India and some parts of Northwest India. The season outlook is enclosed (Annexure-I)

2. IMD is also issuing two daily bulletins at 8.30am and 04.30pm including with five days forecast & warning at National level. Similarly, extended range forecast warning is also issued on weekly basis applicable for the upcoming two weeks. The States are requested to follow these bulletins for appropriate actions with regard to heat wave.

3. To cater to the seasonal outlook, the States are requested to put in place appropriate mitigation, preparedness and response measures. Heat wave mitigation measures involves a multi-sectoral and multi-dimensional administrative approach. The activities such as provisioning for drinking water, temporary shelter, rescheduling the working hours, rescheduling of the timing of schools/educational institutions, use of parks and green area, providing better emergency medical services and public health etc. reduces the negative impact of extreme heat-wave conditions. Early warning of potential heat-wave events over a particular area can help to take appropriate measures in mitigating the adverse impacts of heat wave.

4. To enable the states to prepare themselves for effective mitigation and management of Heat wave conditions in 2023, NDMA has prepared an advisory to help the state governments (Annexure-II). The same is annexed. For better heat wave preparedness in 2023, you are requested to ensure implementation of the Advisory to mitigate the ill effects of the ensuing Heat Wave. You are also requested to refer to the detailed guidelines issued by NDMA in 2019 for preparing Heat wave action plan available on the web-site link www.ndma.gov.in. The IEC material available on Heat Wave preparedness and Do's and Don'ts at NDMA website may be downloaded and widely disseminated.

एन.डी.एम.ए. भवन, ए-1, सफदरजंग एन्क्लेव, नई दिल्ली-110029

NDMA Bhawan, A-1, Safdarjang Enclave, New Delhi-110029, India

दूरभाष/Tel. : +91-11-26701747 फैक्स/Fax. : +91-11-26701729 ई-मेल/E-mail : jspp@ndma.gov.in

5. The National Action Plan on Heat Related Illnesses, Public Health Advisory, Do's and Don'ts and the Training Manual developed by National Centre for Disease Control (NCDC) as indicated in the letter of Secretary, Ministry of Health and Family Welfare dated 28th February, 2023 may also be made use of for better preparedness and mitigation on human health related issues.

6. Your personal attention in the matter is kindly requested to have effective Heat Wave management in your State/ Union Territory.

Encl: As above.

With Kindest Regards

Your sincerely



7.4/3/23

(Kunal Satyarthi)

To

Chief Secretaries of the Heat wave prone States/UTs
(As per list attached)

PRESS RELEASE
New Delhi, 28 February 2023



भारत सरकार

Government of India

पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय (एम. ओ. ई. एस.)

Ministry of Earth Sciences (MoES)

भारत मौसम विज्ञान विभाग

INDIA METEOROLOGICAL DEPARTMENT

Seasonal outlook for Hot weather Season (March to May) 2023 and Monthly Outlook for March 2023 for the Rainfall and Temperature

Highlights

- During the upcoming hot weather season (March to May (MAM)), above normal maximum temperatures are likely over most parts of northeast India, east and central India and some parts of northwest India. Normal to below normal maximum temperatures are most likely over remaining parts of the country.
- During the season (MAM), above normal minimum temperatures are very likely over most parts of the country except south peninsular India where normal to below normal minimum temperatures are likely.
- Monthly maximum temperatures for March 2023 are likely to be above normal over most parts of the country except peninsular India where normal to below normal maximum temperatures are likely.
- Above normal monthly minimum temperatures are most likely during March, 2023 over most parts of India except south peninsular India where normal to below normal minimum temperatures are likely.
- Enhanced probability of occurrence of Heatwave during March to May season is likely over many regions of Central and adjoining Northwest India. A low probability for occurrence of heatwave over Central India is likely during March 2023.
- The rainfall in March 2023 averaged over the country is most likely to be normal (83-117% of LPA). Below normal rainfall is most likely over most areas of northwest India, west central India and some parts of east & northeast India. Normal to above normal rainfall is likely over most parts of peninsular India, east central India and some isolated pockets of northeast India.

Seasonal outlook for Hot weather Season (March to May) 2023 and Monthly Outlook for March 2023 for the Rainfall and Temperature

1. Background

Since 2016, the India Meteorological Department (IMD), Ministry of Earth Sciences (MoES) has been issuing seasonal outlooks for temperatures over the country for both hot and cold weather seasons. IMD also continuously works to improve the skill of forecasting models. The current strategy is based on the newly developed Multi-Model Ensemble (MME) based forecasting system. The MME approach uses the Coupled Global Climate models (CGCMs) from different global climate prediction and research centers including IMD/MoES Monsoon Mission Climate Forecast System (MMCFS) model. IMD has now prepared seasonal and monthly temperature forecast over the country for the upcoming hot weather season (March to May 2023) and for March 2023 as presented in sections 2(a) and 2(b) respectively.

A Heat Wave is a period of abnormally high temperatures, more than the normal maximum temperature that occurs during the hot weather season. The heatwave outlook for the hot weather season is presented in Section 3.

IMD has also prepared monthly outlook for rainfall for March 2023 as presented in section 4.

2. (a) Seasonal Temperature outlook for March to May (MAM) 2023

Fig.1a and Fig.1b show forecasted probabilities of the maximum and minimum temperatures respectively for the Pre monsoon season ie. March to May, 2023.

During the upcoming hot weather season (March to May (MAM)), above normal maximum temperatures are likely over most parts of northeast India, east and central India and some parts of north west India. Normal to below normal maximum temperatures are most likely over remaining parts of the country.

The probability forecast for the minimum temperatures (Fig.1b) indicates that during the upcoming hot weather season (MAM), normal to above normal minimum temperatures are very likely over most parts of the country except south peninsular India where normal to below normal minimum temperatures are likely.

2. (b) Monthly Temperature Forecast for March 2023

Fig.2a and Fig.2b show forecast probabilities of the maximum and minimum temperatures, respectively for March 2023. During March 2023, above normal maximum temperatures are likely over most parts of the country except peninsular India where below normal to normal maximum temperatures are likely (Fig.2a).

Above normal monthly minimum temperatures are most likely over most parts of India except south peninsular India where normal to below normal minimum temperatures are likely (Fig.2b).

3. Heatwave outlook for the Season March to May and for March 2023

The probabilistic forecast for the spatial distribution of heatwave over the country for the season March to May 2023 is shown in Fig 3a. Forecasts suggest an enhanced probability for the occurrence of heatwave over many regions of northwest and central India.

The probabilistic forecast for the heatwave over the country for March 2023 is shown in Fig 3b. Forecasts suggest a weak probability for the occurrence of a heatwave over Central India.

4. Monthly Rainfall outlook for March 2023

The rainfall during March 2023 averaged over the country as a whole is most likely to be normal (83-117% of LPA). The LPA of rainfall over the country during March based on data from 1971 to 2020 is about 29.9 mm.

The probabilistic forecast for the spatial distribution of tercile rainfall categories (above normal, normal, and below normal) over the country for March 2023 is shown in Fig.4. The forecast suggests that below normal rainfall is most likely over many areas of northwest and west central India and some parts of northeast & east India. Normal to above normal rainfall is likely over most parts of peninsular India, parts of east central India and some isolated pockets of northeast India. The dotted areas in the map climatologically receive very less rainfall during March and the white-shaded areas within the land areas represent climatological probabilities.

5. Sea surface Temperature (SST) conditions in the Pacific and the Indian Oceans

Currently, La Niña conditions are prevailing over the equatorial Pacific region. The La Niña is likely to weaken and turn to El Nino Southern Oscillation (ENSO) neutral conditions during the pre-monsoon season.

In addition to ENSO conditions over the Pacific, other factors such as the Indian Ocean SST also influence the Indian climate. At present, neutral IOD conditions are present over the Indian Ocean and the latest MMCFS forecast indicates that the neutral IOD conditions are likely to continue during the pre-monsoon season.

6. Extended Range Forecast and short to medium-range forecasting services

IMD also provides extended-range forecasts (7-day averaged forecasts for the next four weeks) of rainfall and maximum & minimum temperatures over the country updated every week on Thursday. This is based on the Multi-model ensemble dynamical Extended Range Forecasting System currently operational at IMD. The forecasts are available through the IMD website (https://mausam.imd.gov.in/imd_latest/contents/extendedrangeforecast.php).

The extended-range forecast is followed by a short to a medium-range forecast issued daily by IMD.

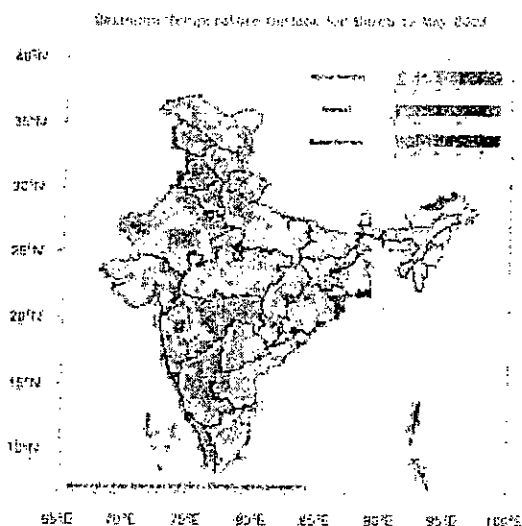


Fig.1a. Probability forecast of Maximum Temperature for March to May 2023.

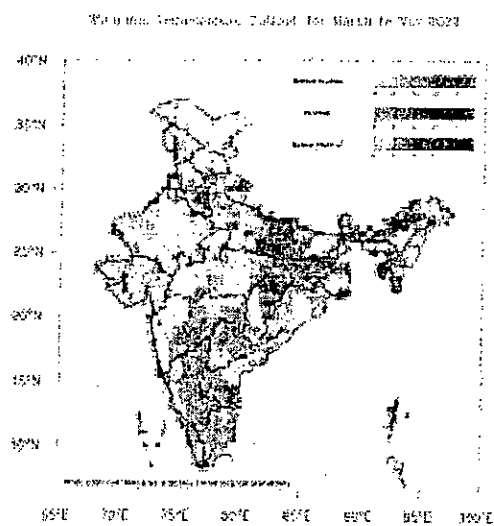


Fig.1b. Probability forecast of Minimum Temperature for March to May 2023.

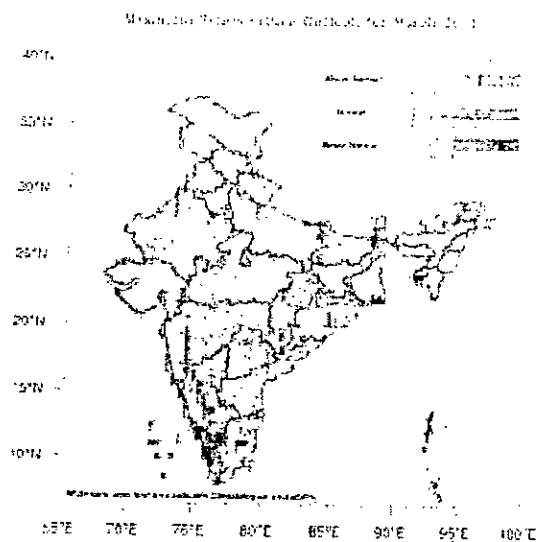


Fig.2a. Probability forecast of Maximum Temperature for March 2023.

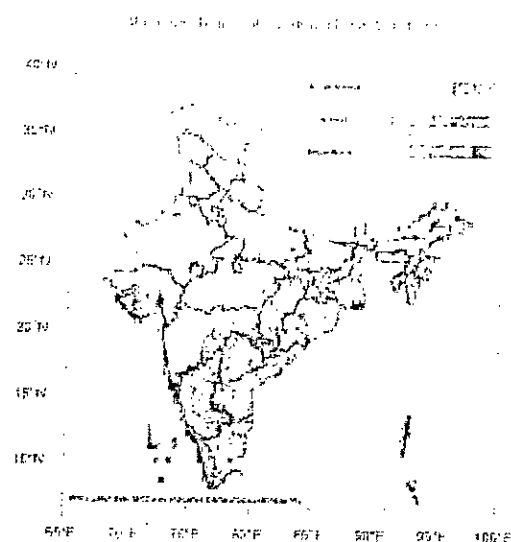


Fig2b. Probability forecast of Minimum Temperature for March 2023.

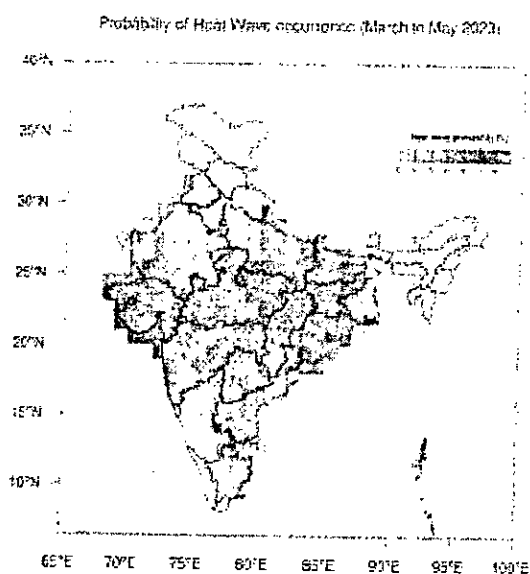


Fig3a. Probability forecast of heatwave for the season March to May 2023.

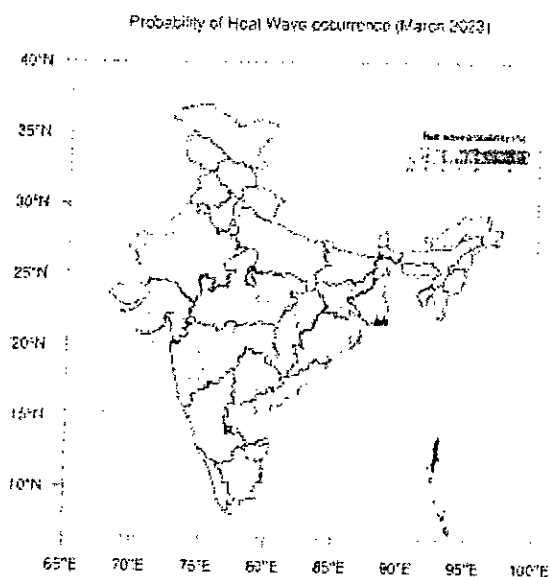


Fig3b. Probability forecast of heatwave for March 2023.

probability rainfall forecast for 2023 MAR

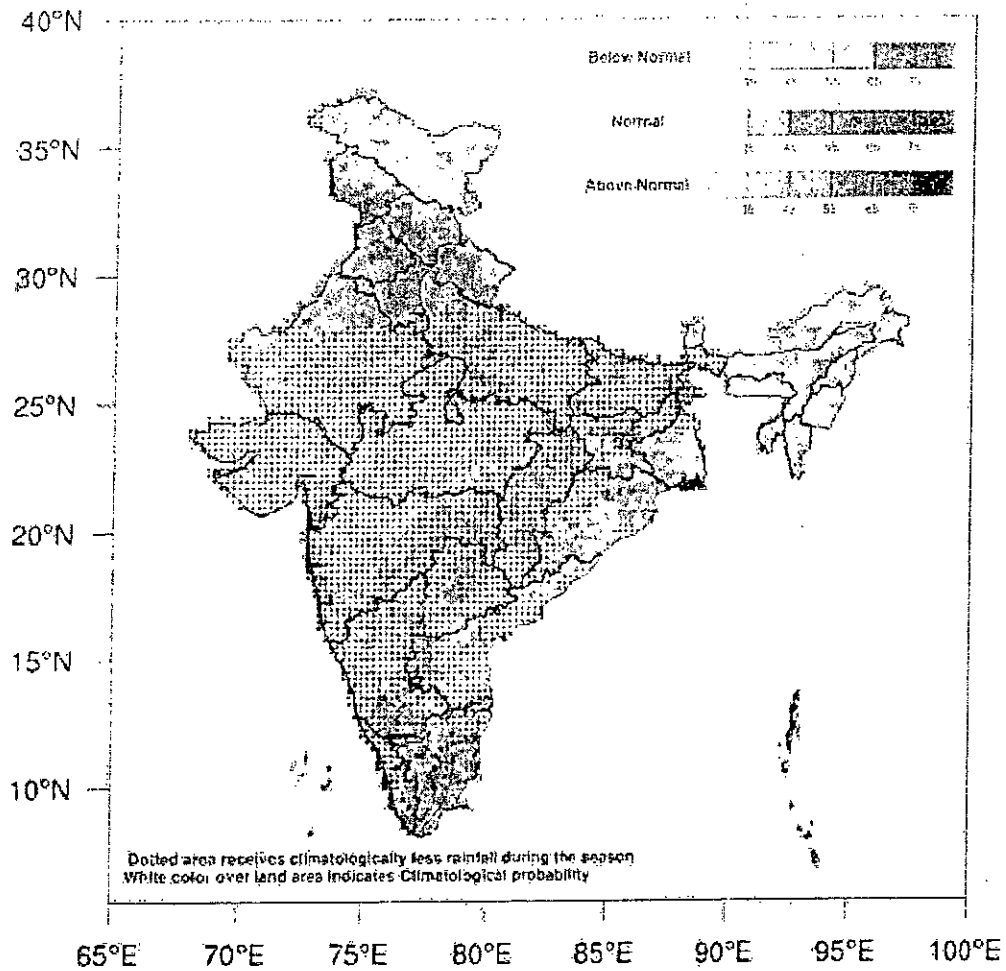


Fig.4. Probability forecast of tercile categories (below normal, normal, and above normal) for the rainfall over India during March 2023. The figure illustrates the most likely categories as well as their probabilities. The dotted area shown in the map climatologically receives very less rainfall and the white-shaded areas within the land areas represent climatological probabilities. (Tercile categories have equal climatological probabilities, of 33.33% each).

Advisory for heat wave 2023

State level

- State governments must update and customise their Heat Action plans as per NDMA guidelines 2019, which have already been circulated to all concerned vide NDMA letter No. 1-79/2019-PP dated 22nd October 2019 and also uploaded on the NDMA website. (<https://ndma.gov.in/images/guidelines/heatwaveguidelines.pdf>)
- Heat wave Action Plan of the State may be circulated to all Collectors & HoDs of concerned line departments with instructions for its implementation.
- States must appoint a Nodal Officer at each level (State, District and Block levels) for communicating early warning and coordinating the implementation of HAP.
- State government must review and monitor the heat wave situation through video conferencing with concerned line departments/districts/blocks.
- Put up display boards with colour coding for heat wave alert at different locations.
- Widely publicise Do's & Don'ts for general awareness.
- Publish IEC print material (print material, radio jingles and TVCs) in regional language.
- Warnings may be disseminated by using SMSes, WhatsApp etc.
- Keep stock of ORS packets essential medicines, intravenous fluids, ice pack etc. at health centers and anganwadis.
- School timings should be re-scheduled to avoid peak heat/ midday. Schools may start early and close before noon.
- Large-scale setting up of drinking water stations (kiosks) at public places.
- Setting up special shelters for MNREGA/construction workers and rescheduling their working hours.
- Undertake local thresholds assessment with the partnership of expert institutions.

District level

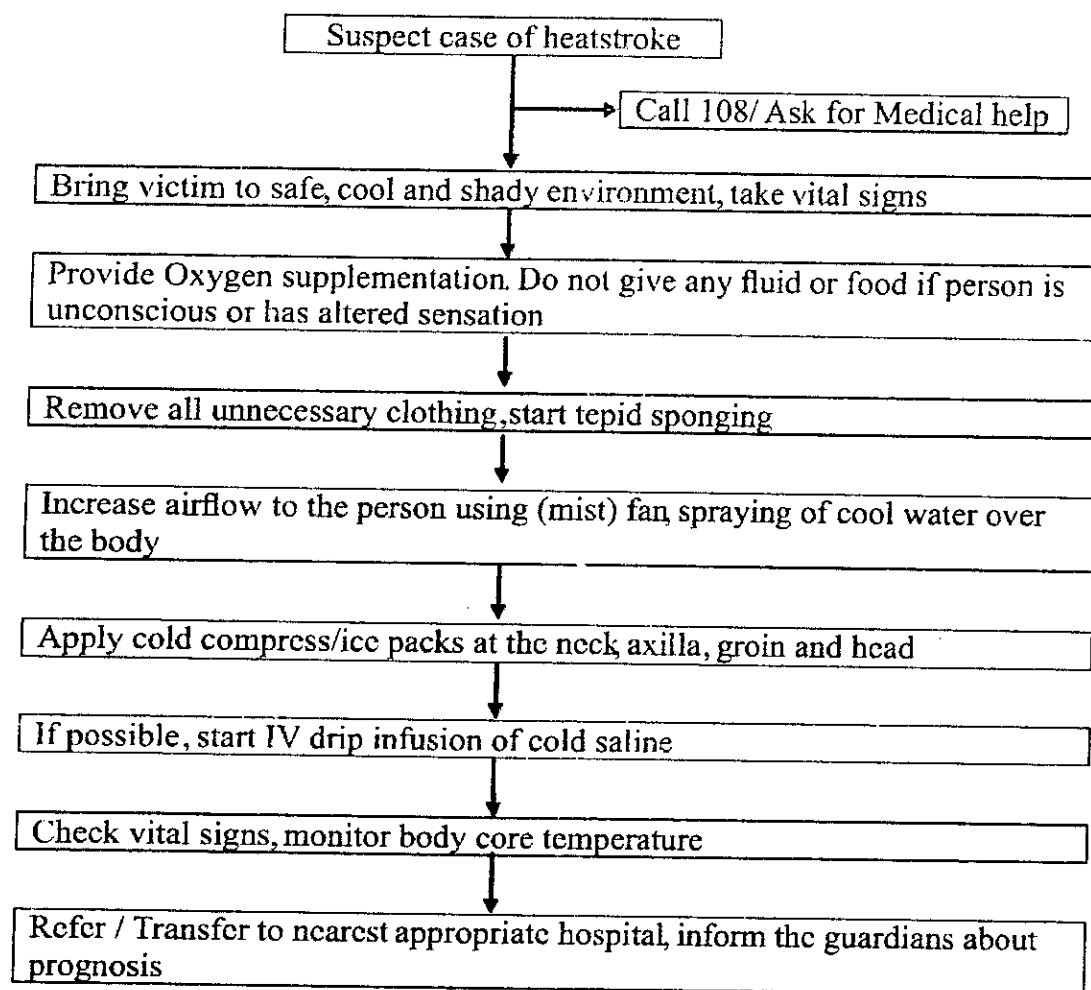
- Undertake awareness campaign to inform and educate the public on Heat wave Do's & Don'ts.
- Undertake necessary steps to prevent heat-related deaths.
- Hold regular Press conferences on the risks and dangers of heat-related illnesses activate "cooling centres" such as temples, public buildings, malls, etc. and urge NGOs, community groups and individuals to open drinking water / butter milk kiosks at public places during Heat Wave conditions.
- Urge power companies to prioritise maintaining power supply to critical facilities (such as hospitals and UHCs).



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



UTTAR PRADESH STATE HEAT ACTION PLAN



Clinical Presentation and Treatment Protocol Heat Related Illnesses

Heat-Related Illness	Clinical Presentation	Treatment
Heat oedema	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> Usually resolves spontaneously within days to 6 weeks Elevate leg Compressive stocking Diuretics are not effective
Prickly Heat	<ul style="list-style-type: none"> Pruritic, maculopapular, erythematous rash typically over covered areas of body Itchiness Prolonged or repeated heat exposure may lead to chronic dermatitis 	<ul style="list-style-type: none"> Antihistamine Wear clean, light, loose-fitting clothing Avoid sweat generating situations Chlorhexidine is a light cream or lotion base Calamine lotion
Heat Cramps	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> Fluid and salt replacement (IV or oral) Rest in a relaxed environment
Heat Tetany	<ul style="list-style-type: none"> Hyperventilation Extremity/s and circumoral paresthesia Carpopedal spasm 	<ul style="list-style-type: none"> Calm the patient to reduce respiratory rate Remove from hot environment
Heat syncope	<ul style="list-style-type: none"> Postural hypotension Commonly in non-acclimatized elderly 	<ul style="list-style-type: none"> Rule out other causes of syncope Removal from the hot environment Rest and IV drip
Heat Exhaustion	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> Core body temperature greater than 40°C Signs of CNS dysfunction: Confusion, delirium, ataxia, seizures, coma Other late findings: anhidrosis, coagulopathy, multiple organ failure 	<ul style="list-style-type: none"> 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



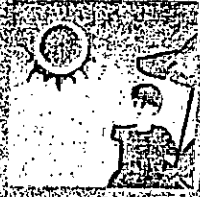
UTTAR PRADESH STATE HEAT ACTION PLAN



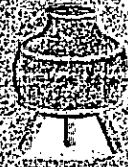
श्रमिकों को सुरक्षित वातावरण प्रदान कराना हमारी जिम्मेदारी है।



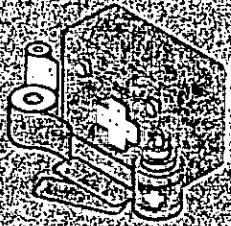
कार्य के बीच-बीच में विश्राम दें।



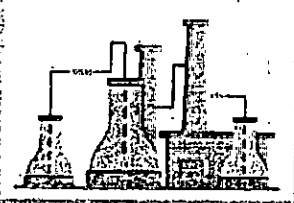
रेड अलर्ट के समय कार्य का समय बदलें।



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



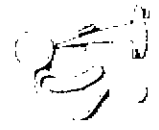
शरीर का तापमान बढ़ना
एवं पसीना न आना



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) एम्बूलेन्स को फोन करें (१०८)

एवं नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र पर ले जाएं

(४)

अगर बेहोश न हो तो
ठंडा पानी पिलायें

(८)

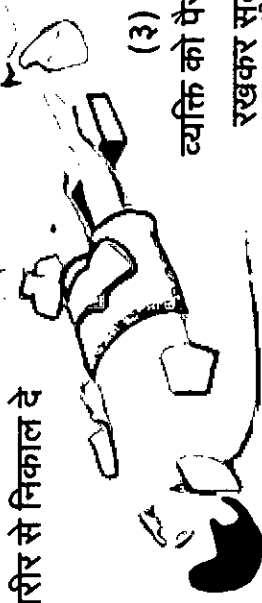
पंखे से शरीर पर

(५)

जितना हो सके कपड़े
शरीर से निकाल दे

(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



हारेगी गर्मी जीतेगा उत्तर प्रदेश

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



REST

अधिक परिश्रम के
मध्य विश्राम अवश्य करें

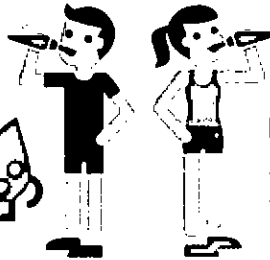


AVOID

चाय, कॉफी
एवं शराब न पियें

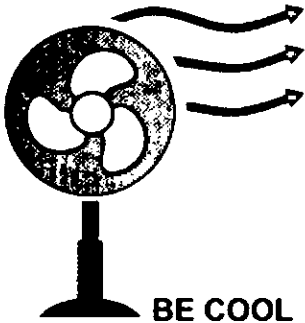
प्यास की इच्छा
न होने पर भी
पानी पीये

Drink
More
Water



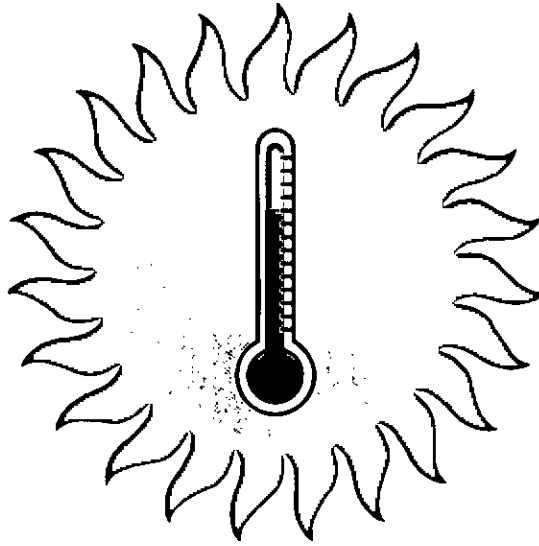
LIMIT

अधिक गर्मी में
व्यायाम न करें



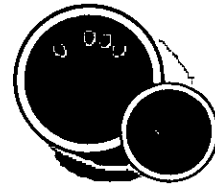
BE COOL

अधिक धूप में बाहर
ना जाये तथा
पंखे के नीचे बैठें



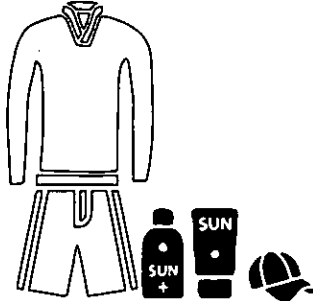
SOAK

शरीर अधिक गर्म
लगने पर स्नान करें



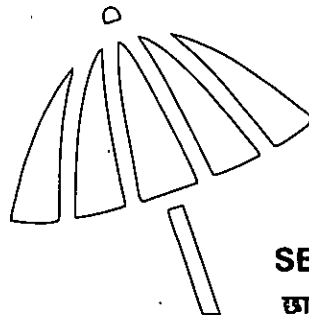
EAT FRESH

ठंडक प्रदान करने
वाले फल खायें



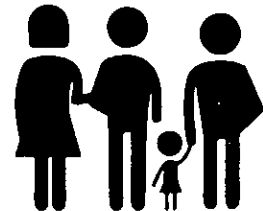
DRESS DOWN

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



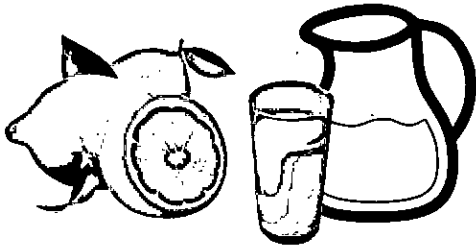
उत्तर प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा जनहित में जारी
तकनीकी सहयोग यूनिसेफ, उत्तर प्रदेश एवं इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ-गांधीनगर



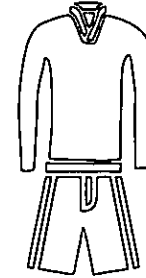
Uttar Pradesh State Heat Action Plan



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



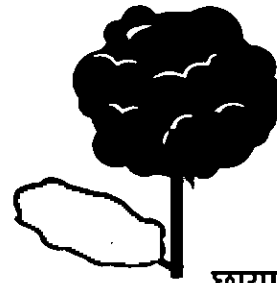
ठंडक प्रदान करने वाले
पेय पदार्थ पियें



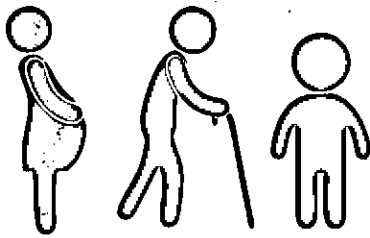
सफेद या हल्के रंग के
कपड़े पहनें



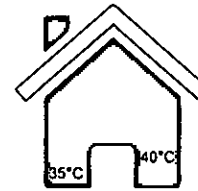
अधिक गर्मी में घर से
बाहर न निकलें



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



लू-तापघात के लक्षण

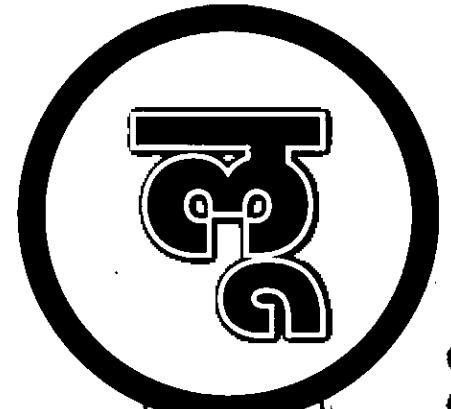
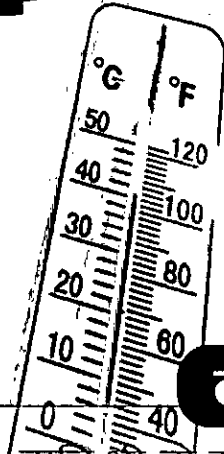
अधिक गर्मी एवं लू के कारण होने वाली बीमारियाँ मुख्य रूप से दो प्रकार की होती हैं.
हीट इग्जॉस्चन एवं हीट स्ट्रोक

हीट इग्जॉस्चन के लक्षण	हीट स्ट्रोक लक्षण
<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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, श्वसन प्रक्रिया तथा धड़कन तेज होना
प्राथमिक उपचार	उपचार
<ul style="list-style-type: none"> व्यक्ति को तुरंत पंखे के नीचे तथा छायादार ठण्डे स्थान पर ले जाये. कपड़े 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. 	<ul style="list-style-type: none"> मरीज को तुरंत नजदीक के स्वास्थ्य केंद्र में ले जायें कपड़े को ढीला करें. तुरंत पंखे के नीचे तथा छायादार ठण्डे 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 डाले 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



30 प्र० राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण



लू प्रकोप एवं गर्म हवा

लू से जन-हानि 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