

घरेलु

सुरक्षा हातपुस्तिका



### परिचय

सबैजना सुरक्षित घरको हकदार छन्, तर यो सधैं पुरा हुँदैन। स्वास्थ्य विभागको तथ्याङ्क अनुसार, घरेलु सेटिङहरू मानिसहरूलाई चोट लाग्ने सबैभन्दा सामान्य स्थानमध्ये एक हो। अज्ञानता र लापरवाहीका कारण समय समयमा घरेलु चोटपटक लागि रहन्छ। यस सुरक्षा गाइडको उद्देश्य सामान्य घरायसी उपकरण, फर्निचर, टेबलवेयर, साथै अन्य वस्तुका सम्भावित खतराहरूबारे पाठकहरूलाई सचेत गराउनु र उहाँहरूको सुरक्षा प्रयोगका बारेमा सल्लाह दिनु हो। यो गाइडले उपभोक्ता परिषद्, विद्युतीय तथा मेकानिकल सेवा विभाग, भन्सार तथा अन्तःशुल्क विभाग, कोरोनरको अदालत र स्वास्थ्य विभागबाट सल्लाहहरू सङ्कलन गरेको छ। सीमित स्थानका कारणले, यस गाइडमा सामान्य वस्तुहरू र तिनीहरूको सम्भावित जोखिमहरूलाई मात्र वर्णन गरिएको छ।

घरेलु सुरक्षा जागरूकता प्रवर्द्धन गर्नु भनेको परिवार, विद्यालय, समुदाय र सम्बन्धित सरकारी विभागहरूका सहयोग आवश्यक हुने दीर्घकालीन शैक्षिक कार्य हो। आधारभूत घरेलु सुरक्षा ज्ञानका सिकाइ आमाबुवाहरूले आफ्नो बालबालिकाका लागि अनुकरणीय व्यक्ति बनेर उहाँहरूलाई सिकाउदै परिवारहरूबाट सुरु गर्नुपर्छ। शिक्षकहरूले पनि विद्यार्थीहरूलाई सजिलै बेवास्ता गर्न सक्ने दैनिक सुरक्षा सम्बन्धी समस्याहरू सहित सामान्य सुरक्षा ज्ञान सिकाउनुपर्छ। यो गाइडलाई समय समयमा अद्यावधिक गरिने छ। स्वास्थ्य विभागले यो गाइडलाई थप जानकारीमूलक र उपयोगी बनाउन सकिने सबै सुझावहरूलाई स्वागत गर्दछ। यस गाइडले सामान्य घरायसी वस्तुहरूका लागि सामान्य सुरक्षा सम्बन्धी विचारहरूलाई रूपरेखाहरू दिन्छ तर प्रयोगकर्ताहरूले उचित प्रयोग र मर्मत सुनिश्चित गर्न उत्पादन म्यानुअलहरूद्वारा उपलब्ध गराइएको निर्देशनहरू पालना गर्नुपर्छ भन्ने पनि महत्त्वपूर्ण छ।

### स्वीकृति

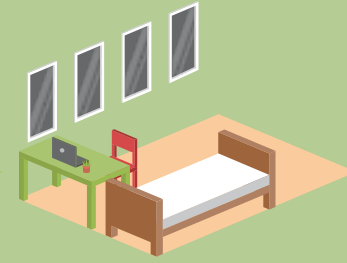
तथ्याङ्कहरू उपलब्ध गराउनुभएकोमा हामी उपभोक्ता परिषद्, विद्युतीय तथा मेकानिकल सेवा विभाग, भन्सार तथा अन्तःशुल्क विभाग र कोरोनरको अदालतलाई धन्यवाद दिन्छौं।

## भान्सा



राइस कुकर	3
प्रेसर कुकर	5
इन्डक्शन कुकर	7
माइक्रोवेभ ओभन	9
ओभन	11
इलेक्ट्रिक स्टीमर	13
सेरामिक चक्कु	15
हट वाटर डिस्पेन्सर/इलेक्ट्रिक केटल	17
कफी मेसिन	19
ब्लेन्डर	21
मेलामाइन-वेयर	23
फुड कन्टेनर	25

## सुत्ने कोठा



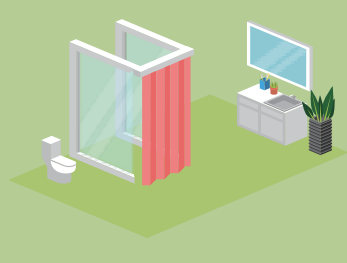
बंक बेड	3
म्यानुअल हाइड्रोलिक बेड	5
बच्चाको कोक्रो	7
बच्चाको सिरानी	9
म्याट्रेस र बेड शिट	11
विद्युतीय ब्याङ्केट	13
हेयर ड्रायर	15

## बैठक कोठा



फोल्डिङ टेबुल	27
ग्लास फर्निचर	29
टेलिभिजन	31
इलेक्ट्रिक प्यान	33
एकैरियम विद्युतीय उपकरण	35
	37
	39

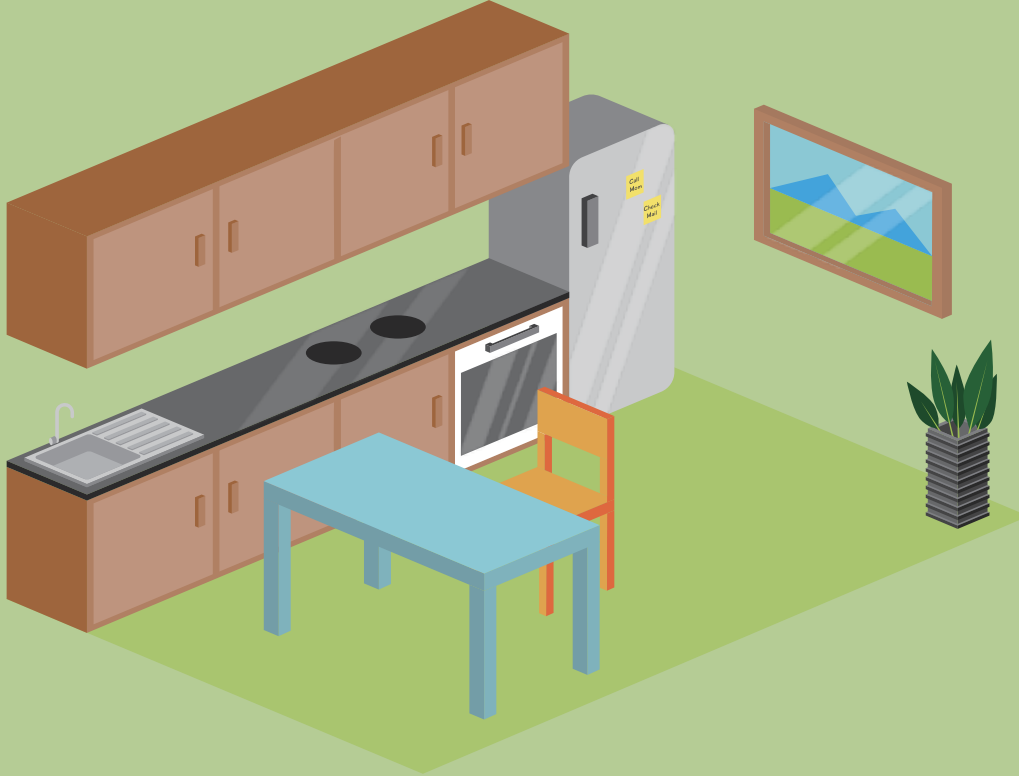
## बाथरूम



बाथटब	41
इलेक्ट्रिक वाटर हिटर	43
बाथरूम हिटर	45
एकजस्ट प्यान	47
इलेक्ट्रिक रेजर	49

## सामान्य घरेलु वातावरण

वाल-माउन्टेड फर्निचर	61	एडप्टर	79
झ्याल	63	कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्प	81
पर्दाको कर्ड	65	आइरन	83
डिटर्जेन्ट	67	हुवर	85
बडी वार्मर	69	स्टीम क्लीनर	87
नाइन-भोल्ट ब्याट्री	71	डिह्युमिडिफायर	89
बटन सेल	73	विद्युतीय हिटर	91
एक्स्टेन्सन यूनिट	75	वाशिङ मेसिन	93
सकेट	77	टम्बल ड्रायर	95



## भान्सा

राइस कुकर	3
प्रेसर कुकर	5
इन्डक्शन कुकर	7
माइक्रोवेभ ओभन	9
ओभन	11
इलेक्ट्रिक स्टीमर	13
सेरामिक चक्कु	15
हट वाटर डिस्पेन्सर/ इलेक्ट्रिक केटल	17
कफी मेसिन	19
ब्लेन्डर	21
मेलामाइन-वेयर	23
फुड कन्टेनर	25



## राइस कुकर



- ◆ राइस कुकर प्रयोगमा हुँदा तिनिहरूको तातो सतहलाई नछुनुहोस् वा आफ्नो हात र अनुहार जल्लुबाट बचाउनका लागि माथिको स्टिम भेन्टबाट टाडा राख्नुहोस्। केही राइस कुकर जले जोखिम कम गर्न कम स्टीम उत्सर्जन गर्न डिजाइन गरिएको छ।
- ◆ राइस कुकरमा आन्तरिक कर्डहरू हुन्छन्, तिनीहरूलाई नधुनुहोस् वा पानीमा नडुबाउनुहोस्। तिनीहरूलाई सफा गर्न, केवल भिजेको कपडाले कुना तिर वा बाहिरी भाग पुछनुहोस्। सफा गरिसकेपछि, प्रयोग गर्नुअघि सबै भागहरू राम्ररी नसुकेसम्म पर्खनुहोस्।





## प्रेसर कुकर



- ◆ प्रयोग गर्नुअघि, सिट्टी भल्भ राम्रोसँग काम गरिरहेको छ र रबर ग्यास्केटहरू विकृत भएको छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ तपाईंले कुकरमा राख्नुभएको खानाको मात्रा म्यानुअलमा सिफारिस गरिएको मात्राभन्दा बढी हुनु हुँदैन। बाफ बनाउनका लागि कुकरमा पर्याप्त ठाउँ भएको सुनिश्चित गर्नुहोस्, किनकि यसले उमालेको खानाबाट भल्भ बन्द हुनबाट रोक्छ। सिमी वा चामल जस्ता पकाउँदा सजिलै फुल्लिने खानाका लागि, मात्रा थोरै घटाउनुहोस्।
- ◆ खाना पकाएपछि, ढक्कन खोल्नुअघि चाप घटाउनुहोस् र कुकरको चाप पूर्ण रूपमा निस्केको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ फोमयुक्त खाना (जस्तै दलिया र सूप) पकाउँदा वा सजिलै विस्तार हुने खाना पकाउँदा भेन्टिङ्गद्वारा चाप नघटाउनुहोस्। अन्यथा, बाफको साथ तरल पदार्थ बाहिर निकाल्न सकिन्छ र विस्तारित खानाले भल्भलाई बन्द गर्न सक्छ।
- ◆ प्रेसर कुकरहरूमा आन्तरिक कर्डहरू हुन्छन्, तिनीहरूलाई नधुनुहोस् वा पानीमा नडुबाउनुहोस्। तिनीहरूलाई सफा गर्न केवल भिजेको कपडाले किनारा वा बाहिरी भाग पुछनुहोस्। सफा गरिसकेपछि, प्रयोग गर्नुअघि सबै भागहरू राम्ररी नसुकेसम्म पर्खनुहोस्।



## इन्डक्सन कुकर



- ◆ इन्डक्सन कुकरहरूले उच्च इनपुट पावर प्रयोग गर्छ र अन्य विद्युतीय उपकरणहरूसँग सकेट साझा गर्नु हुँदैन।
- ◆ कुकर प्लेटमा क्यान, चक्कु वा काँटाहरू जस्ता वस्तुहरू कहिल्यै नराख्नुहोस्।
- ◆ टच नियन्त्रण भएका इन्डक्सन कुकरहरू दोहोरो सुरक्षा लकहरूका साथ सुसज्जित हुन्छन् वा दोहोरो स्टार्ट आवश्यक पर्छ। यसको मतलब तपाईंले पहिले पावर बटन थिच्नु पर्छ र कुकरलाई आकस्मिक रूपमा सुरु हुनबाट रोक्नका लागि तताउनुअघि तातो स्तर छनोट गर्नुपर्छ।
- ◆ खाना पकाएरसकेपछि, तुरुन्तै पावर बन्द नगर्नुहोस्। केही आन्तरिक फ्यानहरूले कुकरको तल्लो भाग र प्लेटलाई चिसो पार्न जारी रहने छ। यद्यपि इन्डक्सन कुकरहरूमा चिसोको साथ मद्दत गर्न आन्तरिक फ्यानहरू छन्, तपाईंले कुकवेयर हटाएपछि तुरुन्तै कुकर सतहलाई छुनु हुँदैन, किनकि यसले अझै पनि खाना पकाउनबाट गर्मी कायम राख्ने छ।
- ◆ उपयुक्त कुकवेयर प्रयोग गर्नुहोस्। कुकरमा कुकवेयर विना कुकरलाई प्लग इन नगर्नुहोस् वा सुरु नगर्नुहोस्। तरल पदार्थ उम्लिएपछि पोखिन र जल्लबाट बच्न भाँडामा धेरै तरल पदार्थ नराख्नुहोस्, जसले इन्डक्सन कुकरलाई पनि भिजाउन सक्छ।
- ◆ केही इन्डक्सन कुकरहरू बाल सुरक्षा लक (फ्यानल कन्ट्रोल लकको रूपमा पनि चिनिन्छ) सँग सुसज्जित छन्, जसले तिनीहरूलाई गलतीले बच्चाहरूद्वारा खोल्नबाट रोक्छ। सुरक्षा लक सक्रिय गर्ने वा अनलक गर्ने विधिहरू मोडेलअनुसार फरक हुन्छन्। यो प्रयोग गर्नुअघि उत्पादन म्यानुअलहरू पढ्न सल्लाह दिइन्छ।
- ◆ नियमित रूपमा अनुभवी प्राविधिज्ञहरूद्वारा निरीक्षण, मर्मत सम्भार र मर्मतका व्यवस्था गर्नुहोस्। समस्या उत्पन्न नभएसम्म नपर्ख्नुहोस्।





## माइक्रोवेभ ओभन



- ◆ माइक्रोवेभ ओभनहरूलाई उच्च विद्युतीय शक्ति चाहिन्छ र अन्य उच्च-शक्ति भएको विद्युतीय उपकरण वा दुईवटा हिटरका साथ इन्डक्सन कुकरहरूसँग सकेट साझा गर्नु हुँदैन।
- ◆ माइक्रोवेभ ओभनको भेन्टहरू ब्लक नगर्नुहोस्, र उत्पादन म्यानुअलमा उल्लेख गरिएअनुसार चिसो गराउनका लागि पर्याप्त ठाउँ छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ धातुका कन्टेनरहरू प्रयोग नगर्नुहोस् किनकी यसले माइक्रोवेभ ओभनलाई अधिक तताउने र यसलाई नोक्सान पुऱ्याउने स्पार्कहरू निम्त्याउन सक्छ।
- ◆ बेबी बोटलहरू जस्ता सिल गरिएको वा कडा रूपमा क्याप गरिएका कन्टेनरहरू प्रयोग नगर्नुहोस्। तरल पदार्थ तताउँदा, बबलहरूलाई सजिलै बाहिर निस्कन अनुमति दिन ठूलो-मुख भएको कन्टेनरहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ माइक्रोवेभ ओभनमा कहिल्यै अण्डा, खोलसहित होस् वा विना खोल, पकाउनु हुँदैन। अण्डा तातिरहेको बेला, पहेँलो भागको तापक्रम छिटो बढ्ने हुनाले, चाप उत्पन्न हुन्छ र अण्डा फुट्न सक्छ। यसले चोटपटक लाग्न सक्छ र माइक्रोवेभ ओभनको माथिल्लो ग्लास ग्रिल ट्यूबमा दागहरू छोड्न वा क्षति पुऱ्याउन सक्छ। तपाईंले माइक्रोवेभ ओभनमा बोक्रासहित नकाटिएको आलु वा सखरखण्डलाई तताउनबाट पनि रोक्नुपर्छ।



## ओभन



- ◆ साना ओभनहरूले उच्च विद्युतीय शक्ति प्रयोग गर्छन् र किचनको स्टोभ र अन्य उच्च-शक्तिका विद्युतीय उपकरणहरूका साथ सकेट वा एक्स्टेन्सन यूनिट साझा गर्नु हुँदैन।
- ◆ चिसो गराउनका लागि पर्याप्त ठाउँ छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस् र ओभनलाई अधिक ताबबाट रोक्न भेन्ट खाली राख्नुहोस्। यसलाई पर्दा, प्लास्टिक, पेपर वा अन्य ज्वलनशील वस्तुहरूको नजिक कहिल्यै नराख्नुहोस्।
- ◆ खाना पकाउँदा तातो धातु वा ग्लास सतहहरूलाई नछुनुहोस्। निगरानी नगरिएको बेला बालबालिकालाई ओभन प्रयोग गर्न वा छुन नदिनुहोस्।





## इलेक्ट्रिक स्टीमर



- ◆ प्रयोग गर्नुअघि, इलेक्ट्रिक स्टीमरलाई बलियो र स्थिर सतहमा राख्नुहोस्। तानिनबाट रोक्न र स्टीमरलाई खस्रबाट रोक्नका लागि पावर कर्डलाई ठीकसँग राखिएको छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ पावर कर्डमा प्लग गर्नुअघि पानी थपुहोस्। उमालेको पानीलाई फैलिनबाट रोक्नका लागि पानी सिफारिस गरिएको सीमाभन्दा बढी नहोस् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ ट्रेमा खाना राख्दा, बाफको प्रवाह अवरुद्ध नहोस् भनेर ट्रेको तलका प्वालहरू खुला छन् भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ जलबाट बच्नका लागि इलेक्ट्रिक स्टीमरद्वारा उत्पादित बाफबाट सावधान रहनुहोस्। इलेक्ट्रिक स्टीमरको प्रयोगमा हुँदा यसको तातो सतहलाई नछुनुहोस्, र जलबाट बच्नका लागि आफ्नो हात र अनुहार माथिको बाफ भेन्टबाट टाढा राख्नुहोस्। खाना पाकीसकेको छ वा छैन भनी जाँच गर्न, ढक्कन विस्तारै खोल्नका लागि सुक्खा लुगा वा ओभन पन्जा प्रयोग गर्नुहोस् वा बाफबाहिर निस्कन र प्रयोगकर्तालाई जलबाट जोगाउन ढक्कनलाई बाहिर पट्टि फर्काउनुहोस्।
- ◆ खाना चलाउन, बाफद्वारा जलबाट बच्नका लागि लामो ह्यान्डल भएको खाना पकाउने भाँडाहरू प्रयोग गर्नुहोस्।



## सिरेमिक चक्कु



- ◆ सिरेमिक चक्कुहरू हल्का र धारिलो हुन्छन् र केही खेलौना जस्तै देखिने रङ्गिन हुन्छन्। बालबालिकालाई काटेर चोट लाग्न नदिन तिनीहरूलाई उनिहरूको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस्।
- ◆ धेरैजसो सिरेमिक चक्कुहरू डिशवाशरहरूमा सफा गर्नु हुँदैन, किनभने तिनीहरू प्लेट र कटलरी जस्ता कडा वस्तुहरूसँग ठोकिएमा भाँचिन सक्छन्।





# हट वाटर डिस्पेन्सर/ इलेक्ट्रिक केटल



- ◆ पानी थप्दा, विद्युतीय झटकाबाट बच्न पावर प्लग सुक्खा रहन्छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ हट वाटर डिस्पेन्सर/इलेक्ट्रिक केटलहरूले उच्च विद्युतीय शक्ति प्रयोग गर्छन् र अन्य उच्च शक्तिका विद्युतीय उपकरणहरूसँग एकस्टेन्सन युनिट वा सकेट साझा गर्नु हुँदैन।
- ◆ स्टेनलेस स्टील, ग्लास वा सिरेमिकको बाहिरी भागहरू भएका हट वाटर डिस्पेन्सर/इलेक्ट्रिक केटलहरू प्रयोगमा हुँदा धेरै तातो हुन सक्छन् र प्लास्टिकको बाहिरी भाग भएकाभन्दा भारी हुन्छन्। जल सक्ने स्पिलहरूबाट बच्नका लागि तिनीहरूलाई अतिरिक्त सावधानीका साथ प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ पानी चिसो हुनको लागि पखन, तातो पानीको डिस्पेन्सर/इलेक्ट्रिक केटल भित्ताको छेउमा र बालबालिकाको पहुँचभन्दा बाहिर राखिएको छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्। बालबालिकाले तानेर झार्नबाट रोक्नका लागि कर्डहरूलाई उपकरणमुनि बेर्नुहोस्, जुनले उपकरणलाई खस्र र जलन हुन सक्छ।
- ◆ हट वाटर डिस्पेन्सर/इलेक्ट्रिक केटलहरू पर्खालको छेउमा र बालबालिकाको पहुँचभन्दा बाहिर राख्नुपर्छ।



## कफी मेसिन



- ◆ प्रयोगमा हुँदा, आधारभूत म्यानुअल एस्प्रेसो मेसिनहरूले उच्च चाप र तातो पानी/वाफ उत्पन्न गर्छ। कफी ग्राउन्ड कन्टेनर सुरक्षित रूपमा स्थापित छ भनेर सुनिश्चित हुनुहोस् र तातो पानी वा बाफको दुर्घटना हुनबाट जोगिन ह्यान्डललाई ठक्कर नदिनुहोस्।
- ◆ तपाईंले गलतिले फिल्टर झार्नु भयो भने, यसलाई तुरुन्तै उठाएर फिर्ता नराख्नुहोस्। पहिले, पावर बन्द गर्नुहोस् र बाफ निस्कन र तातो पानी बग्ने र तप तप चुहिनबाट रोक्नका लागि पर्खनुहोस्। त्यसपछि, फेरि कफी बनाउनुअघि ध्यानपूर्वक तातो पानी पुछनुहोस् र कफी ग्राउन्ड्स कन्टेनर चिसो हुनका लागि पर्खनुहोस्।
- ◆ दुधलाई फ्रोथ गरिसकेपछि दुधको स्टिमरलाई नछुनुहोस् किनभने यो केही समयसम्म तातो रहने छ।





## ब्लेन्डर



- ◆ काटनबाट बच्नका लागि ब्लेन्डर ध्यानपूर्वक प्रयोग गर्नुहोस्। तिनीहरूमा भित्र धारिलो ब्लेडहरू हुन्छन्, त्यसैले विशेषगरी ब्लेडहरू खानाले छोपिएको बेला आफ्ना औंलाहरू त्यभित्र नहाल्नुहोस्। त्यस्तो सामना गर्नुअघि खाना र तरल पदार्थ खन्याउनु राम्रो हुन्छ।



## मेलामाइन वेयर



- ◆ खाना पकाउन वा तताउनका लागि कहिल्यै पनि मेलामाइन वेयर प्रयोग नगर्नुहोस्। तपाईंले यसलाई न त माइक्रोवेव ओभन, परम्परागत ओभन वा खुल्ला आगोमा प्रयोग गर्नु हुँदैन।
- ◆ मेलामाइन वेयरमा तातो तेल वा एसिडिक खाना राख्नु हुँदैन। तपाईंलाई मेलामाइन वेयर तातो फ्राइ गरेको खानाका लागि प्रयोग गर्नु छ भने, यसलाई मेलामाइन बेयरमा राख्नुअघि खाना हल्का चिसो हुनका लागि पखर्नुहोस्।



## खाना राख्ने कन्टेनर



- ◆ खाना राख्ने कन्टेनरमा खाना राख्दा वा तताउँदा, खानाको तौल र कन्टेनरहरूका मोटाईमा ध्यान दिनुहोस्। पातलो कन्टेनरहरू दलिया वा सूप जस्ता खानेकुराहरूले भर्दा नरम वा विकृत हुन सक्छ। जल्नबाट बच्नका लागि तिनीहरूलाई सावधानीपूर्वक प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ माइक्रोवेभमा तेल वा चिनीको मात्रा भएको खाना तताउँदा तापक्रम चिन्हित तापक्रम सीमाभन्दा कटन सक्छ। माइक्रोवेभ ओभनको पावरमा ध्यान दिनुहोस् र सावधानीपूर्वक ताले समय सेट गर्नुहोस्। माइक्रोवेभबाट सुरक्षित ग्लास वा सेरामिक कन्टेनरहरू प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ।
- ◆ कन्टेनरको ढक्कन पोलिप्रोपाइलिनले बनेको छैन भने, यसलाई खाना छर्नबाट रोक्नका लागि तताउनुअघि माइक्रोवेभबाट सुरक्षित ढक्कन वा क्लिड फिल्म प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ कन्टेनर र यसको ढक्कन दुवै पोलिप्रोपाइलिनले बनेको छ भने, तताउँदाखेरि तिनीहरूका बिच सानो खाली ठाउँ छोड्नुहोस्। यसले चाप दिनबाट रोकी, बाफ र तातो हावालाई बाहिर निस्कन दिन्छ। आजभोलि, केही माइक्रोवेभबाट सुरक्षित खाना राख्ने कन्टेनरहरू भेन्टसहित आउँछन्। तताएको बेलामा बाफलाई जान दिनका लागि तिनीहरूलाई खोले कुरा निश्चित गर्नुहोस्।



## सुत्ने कोठा

बंक बेड	27
म्यानुअल हाइड्रोलिक बेड	29
बच्चाको कोक्रो	31
बच्चाको सिरानी	33
म्याट्रेस र बेड शिट	35
विद्युतीय ब्ल्याङ्केट	37
हेयर ड्रायर	39







## बंक बेड



- ◆ सबै आवश्यक विशिष्टता पूरा गर्ने र मान्यता प्राप्त सुरक्षा प्रमाणपत्र चिन्हहरू बोकेका बंक बेडहरू खरिद गर्न सिफारिस गरिन्छ।
- ◆ बंक बेड खरिद गर्दा, खस्रबाट जोगिन र प्रयोगकर्ताको टाउको वा हातखुट्टामा अडकिनबाट जोगिन बेड रेलको उचाइ र रेल बारहरू बिचको दूरी उपयुक्त छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। यसबिच, ओछ्यानमा उपयुक्त सहायता र प्रयोगकर्ताको सुरक्षा सुनिश्चित गर्न उपयुक्त मोटाईको बेड बोर्ड हुनु महत्त्वपूर्ण छ।
- ◆ बंक बेड खरिद गर्दा, उपयुक्त तौल समर्थन भएको खाट छनोट गर्नुहोस्।
- ◆ बच्चाहरूलाई खस्रबाट जोगाउन, उनीहरूलाई बंक बेडको माथिल्लो भागमा सुत्न, चल्न वा खेलन नदिनुहोस्।



## म्यानुअल हाइड्रोलिक बेड



- ◆ हाइड्रोलिक बेड एकलै सञ्चालन नगर्नुहोस्। कुनै पनि वस्तुले संयन्त्रलाई अवरोध गर्दै नभनी सुनिश्चित गर्नुहोस् र यसलाई सञ्चालन गर्दा घरपालुवा जनावरहरूलाई टाढा राख्नुहोस्।
- ◆ हाइड्रोलिक बेडहरू वयस्कहरूले मात्र सञ्चालन गर्नुपर्छ। तिनीहरूलाई वृद्धवृद्धाहरू वा बालबालिकालाई सञ्चालन गर्न नदिनुहोस्। सञ्चालन गर्नुअघि, समायोजन गर्न सकिने म्याट्रेसको बेसमा सबै भारी वस्तुहरू हटाउनुहोस्।
- ◆ म्याट्रेसको बेस उठाएपछि, ग्यास स्पिड सुरक्षित रूपमा स्थिर छन्, हाइड्रोलिक पिस्टनले ठीकसँग काम गरिरहेको छ र संयन्त्र सुरक्षित गर्न प्रयोग गरिने सबै स्कू म्याट्रेसको बेसलाई संयोगवश चिप्लिन वा खस्रबाट रोक्नका लागि कडा गरिएको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ अतिरिक्त सुरक्षा सहायता नभएका मोडेलहरूका लागि, दुर्घटनाहरू हुँदा बफरको रूपमा काम गर्न को लागि खोल्ने साइडहरू तल र बिचमा समायोजन गर्न सकिने र बलियो फर्नीचर (जस्तै चेस्टर र स्थिर कुर्सीहरू) राख्न सल्लाह दिइन्छ।
- ◆ म्याट्रेसको बेस उठाउनका लागि, तपाईंले सही आसन प्रयोग गर्नुहुन्छ, अर्थात् आफ्नो खुट्टा अलग गरी उभिरनुहुन्छ, आफ्नो घुँडा झुकाउनुहुन्छ र आफ्नो ढाड सीधा राख्नुहुन्छ भनी निश्चित हुनुहोस्। चोटपटकबाट बच्न म्याट्रेसको बेस उठाउन दुवै हातहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ हाइड्रोलिक बेड बन्द गर्न, चोटपटकबाट बच्नका लागि आफ्नो नाडीमा मात्र भर पर्नुको सट्टा आफ्नो हात र शरीरको तौलले म्याट्रेस र म्याट्रेसको बेस तल तान्नुहोस्।





## बच्चाको कोक्रो



- ◆ बच्चाको कोक्रोमा बारहरू हनुपर्छ र सुरक्षा मापदण्डहरू पूरा गर्नुपर्छ। बच्चा यसमा निदाउँदा, कोक्रो बन्द हुनुपर्छ।
- ◆ बच्चाको कोक्रो झ्यालको छेउमा राख्नु हुँदैन र कुनै पनि वस्तु (जस्तै थुप्रिएको लुगा) उहाँहरूको छेउमा राख्नु हुँदैन। यसले वस्तुहरूबाट बच्चालाई चोटपटक लाग्न र उनिहरूको अनुहारमा ढाकेर निस्सासिनबाट बचाउँछ।
- ◆ पहिले बच्चाको कोक्रोको लागि आवश्यक ठाउँ नाप्नुहोस्। बच्चाको कोक्रो खरिद गर्दा, यसको साइज र बारहरू र अन्य कुनै खाली ठाउँ बिचको दूरी जाँच गर्न मापन टेप प्रयोग गर्नुहोस्। खाली ठाउँ 6 सेन्टिमिटरभन्दा ठूलो भएको बच्चाको कोक्रो नकिन्नुहोस् किनकी यसले बच्चाको टाउको फस्ने जोखिम निम्त्याउन सक्छ।
- ◆ अपेक्षित सेवा जीवन र सिफारिस गरिएको उमेर दायरा वा बच्चाको कोक्रोको अधिकतम तौल क्षमता जाँच गर्नुहोस्। बजारमा केही उत्पादनहरूले आमाबाबुका लागि सन्दर्भका रूपमा सुझाव गरिएका उमेरहरू प्रदान गर्दछन्।
- ◆ समायोज्य म्याट्रेस आधारहरूका साथ बच्चाको कोक्रोहरू बच्चाको विकास चरणअनुरूप परिमार्जन गर्न सकिन्छ। कोक्रोको म्याट्रेस आधारका उचाइ समायोज्य छ कि छैन र समायोजन दायरा कस्तो छ भनेर जाँच गर्नुहोस्। उभिन नसक्ने नवजात शिशुहरूका लागि, म्याट्रेसका आधारलाई उच्च स्तरमा सेट गर्नुहोस् ताकि आमाबाबुहरूले सजिलैसँग उनीहरूको स्याहार गर्न सकुन्। एक पटक बच्चाले आफैलाई माथि तान्न थालेपछि, म्याट्रेसका आधारलाई तल राख्नुहोस् - यो जति तल हुन्छ, बच्चा उति सुरक्षित हुन्छ - उनीहरू रेलहरूमा चढ्न र खस्न सक्ने दुर्घटनाहरू रोक्नका लागि।
- ◆ बच्चाको कोक्रोमा चक्का र ब्रेकहरू छ कि छैन भनेर जाँच गर्नुहोस्। केही चक्काहरूसँग स्थापना गर्न सकिन्छ, तिनीहरूलाई वरिपरि घुमाउन सजिलो बनाउँछ। यस प्रकारको बच्चाको कोक्रोका चक्काहरूमा ब्रेकहरू छ भन्ने कुरा महत्वपूर्ण छ। ब्रेकहरू भरपर्दो छ कि छैन भनेर जाँच गर्न सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ ओछ्यानको रेलहरू तल राख्दा, बच्चाको हात, खुट्टा वा शरीरका अन्य अङ्गहरूलाई चिमोटेको छ कि छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। बच्चालाई आफ्नो कोक्रोमा अनुपयुक्त छोड्नु पर्छ भने, यो बन्द गरिएको र लक गरिएको छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्। छेउको रेलहरू विस्थापित भएमा, वा कम्पोनेन्टहरू ढीला भएमा, वा अन्य यस्तै समस्याहरू देखा परेमा, बच्चालाई तुरुन्तै कोक्रोबाट हटाउनुहोस्। दोषपूर्ण कोक्रोका प्रयोग जारी नगर्नुहोस् र चोटपटक रोक्नका लागि मर्मतको व्यवस्था गर्नुहोस्।





## बच्चाको सिरानी



- ◆ बच्चाको कोक्रोका भित्री भागमा जोडिएका बम्परहरूले सम्पूर्ण भित्री भागलाई घेरेर बच्चाको टाउको सुरक्षा गर्न मद्दत गर्न सक्छ। बम्परमा कम्तिमा छ टाइ हुनुपर्छ। बन्धनहरूलाई बच्चाको पहुँचभन्दा बाहिर राख्नुपर्छ र निसास हुने जोखिमलाई रोक्न सकेसम्म छोटो राख्नुपर्छ।
- ◆ कोक्रोमा बच्चाको सुत्ने ठाउँलाई सीमित गर्ने नरम खेलौना, सिरानीहरू वा वस्तुहरू कहिल्यै नराख्नुहोस्।
- ◆ म्याट्रेस राम्रोसँग कोक्रोमा मिल्नुपर्छ। म्याट्रेस धेरै ठूलो वा धेरै सानो हुनुले सुरक्षा जोखिम निम्त्याउन सक्छ। यो पनि फर्म हुनुपर्छ र धेरै नरम हुनुहुँदैन, र सुख्खा र सफा राखिएको हुनुपर्छ।
- ◆ ओछ्यानका ओड्ने पनि म्याट्रेससँग सुरक्षित हुनुपर्छ, र बच्चाको अनुहार वा टाउको छोप्नु हुँदैन। बच्चाहरूलाई आफ्नो पिठ्युँमा सुत्नुका लागि यो उत्तम हुन्छ।
- ◆ बच्चा निगरानी प्रणाली आवश्यक छ भने, यो वायरलेस मोडेलहरू प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ। तारयुक्त बच्चा निगरानी प्रणाली प्रयोग गरिएको छ भने, निगरानी प्रणाली र यसको कर्डहरू बच्चाको पहुँचभन्दा बाहिर छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।





## म्याट्रेस र बेड शिट



- ◆ ओछ्यानमा घुम्रपान नगर्नुहोस्।
- ◆ मैनबत्ती वा धूपबत्ती बाल्नेहरूलाई यत्तिकै नछोड्नुहोस्।



## इलेक्ट्रिक कम्बलहरू



- ◆ इलेक्ट्रिक कम्बलहरूलाई फोल्ड गर्दा तिनीहरूको भित्री भाग तताउने तारहरूलाई क्षति पुऱ्याउन सक्ने भएकाले, तिनीहरूलाई फोल्ड नगर्नुहोस्।
- ◆ विद्युतीय झट्का लाग्न सक्ने भएकाले पिनहरू जस्ता तिखो वस्तुहरूबाट आन्तरिक तारहरूलाई क्षति पुऱ्याउनबाट बच्नका लागि तिनीहरूलाई इलेक्ट्रिक कम्बलदेखि टाढा राख्नुहोस्।
- ◆ विद्युतीय झट्का निम्त्याउन सक्ने भएकाले चिसो इलेक्ट्रिक कम्बल कहिल्यै प्रयोग नगर्नुहोस्।
- ◆ इलेक्ट्रिक कम्बलको पावर कर्ड नताऱुहोस् वा यसको तातो भागमा पावर कर्ड नराख्नुहोस्।
- ◆ क्षति, इलेक्ट्रिक कम्बल धेरै तातिने, जलेको दाग र आन्तरिक तताउने तारहरूका विस्थापनका लागि नियमित रूपमा इलेक्ट्रिक कम्बलको निरीक्षण गर्नुहोस्। इलेक्ट्रिक कम्बल बिग्रिएको छ भने, यसलाई तुरुन्तै प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस् र अनप्लग गर्नुहोस्।
- ◆ प्रयोगमा नभएको इलेक्ट्रिक कम्बलका लागि, सुरक्षाका लागि एकस्टेन्सन युनिटमा भएका स्वतन्त्र स्विच अनप्लग गर्नुहोस् वा बन्द गर्नुहोस्।



## हेयर ड्रायर



- ◆ हेयर ड्रायरलाई उच्च विद्युतीय उर्जा आवश्यक पर्छ, र केही मोडेलहरू 2,000W भन्दा माथि मूल्याङ्कन गरिएका हुन्छन्। बाथरूमहरूमा हेयर ड्रायरहरूको प्रयोग नगर्नुहोस्, किनभने तिनीहरू पानीमा खस्न सक्छन् वा बाफसंग सिधा सम्पर्कमा आउन सक्छन्, जसले विद्युत् झट्का निम्त्याउन सक्छ।
- ◆ हेयर ड्रायर प्रयोग गर्नुअघि, विद्युतीय झट्काको जोखिम कम गर्नका लागि आफ्नो हातहरू सुकाउनुहोस्।
- ◆ अल्कोहल, कागज र ओछ्यान जस्ता प्रज्वलनशील वस्तुहरू नजिक हेयर ड्रायर प्रयोग नगर्नुहोस्। आगोबाट बच्नका लागि हावा इनलेटलाई बाहिरी वस्तुहरूबाट मुक्त राख्नुहोस्।
- ◆ यसको प्रयोग गरेर सकेपछि, हेयर ड्रायर अनप्लग गर्नुहोस् वा सुरक्षाका लागि एकस्टेन्सन कर्डमा स्विच बन्द गर्नुहोस्।
- ◆ पावर कर्ड र हेयर ड्रायरको बाहिरी भाग नियमित रूपमा निरीक्षण गर्नुहोस्। कुनै विकृति, पावर कर्डको क्षति, जलेको, झिल्का वा अन्य असामान्य समस्याहरू फेला परेमा, यसलाई तुरुन्तै प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस्।





## बैठक कोठा

फोल्डिङ टेबुल	41
ग्लास फर्निचर	43
टेलिभिजन	45
इलेक्ट्रिक फ्यान	47
एकैरियम विद्युतीय उपकरण	49





## फोल्डिङ टेबुल



- ◆ फोल्डिङ टेबल खरिद गर्दा, उच्च गुणस्तरको सुरक्षा लक भएको बलियो (उदाहरणका लागि, खुट्टाका सबै स्कू कसिएको र सजिलैसँग छुट्याउन सकिने भागहरू नभएको) छान्नुहोस्। टेबल खोलिसकेपछि, सुरक्षाका लागि यसलाई तुरुन्तै लक गर्नुहोस्।
- ◆ टेबल अनलक गर्नुअघि पहिले सम्बन्धित निर्देशनहरू पढ्नुहोस्।
- ◆ टेबल अनलक गर्नुअघि, यो अचानक फोल्ड हुन सक्ने, दुर्घटनाहरू निम्त्याउन सक्ने भएकाले, कसैले टेबलको माथिल्लो भागलाई थामीरहेका छन् भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ बालबालिकालाई फोल्डिङ टेबलको सुरक्षा जोखिमहरूका बारेमा सिकाउनुहोस्। उनिहरूलाई टेबलसँग खेलन वा टेबलको खुट्टाको बिचमा घिसिन वा लुक्न कहिल्यै पनि नदिनुहोस्।
- ◆ टेबलको माथिल्लो भागमा चढ्न वा टेबलको दुवै छेउमा धेरै जोडले थिच्नाले टेबल पल्टिन सक्ने र दुर्घटनाहरू निम्त्याउन सक्ने भएकाले बालबालिकालाई यसो गर्न नदिनुहोस्।
- ◆ घिसिन वा हिँड्न सक्ने बालबालिकाले प्रायः ब्यालेन्स गर्नका लागि फर्निचरमा चढ्ने वा समाले प्रयास गर्न सक्छन्। बालबालिकाले पल्टाएर चोट लाग्न सक्ने भएकाले फोल्डिङ टेबल भित्ताहरूका छेउमा राख्नका लागि सिफारिस गरिन्छ।



## ग्लासको फर्निचर



- ◆ सधैं टेम्पर्ड ग्लासका रूपमा लेबल गरिएको ग्लासको फर्निचर किन्नुहोस्। समान मोटाइको सामान्य शिशाको तुलनामा, टेम्पर्ड ग्लास (वा कडा ग्लास) सामान्यतया बलियो हुन्छ र नटुटि कडा प्रभाव र कठोर तापक्रमको परिवर्तनहरू झेल्न सक्छ। टेम्पर्ड ग्लास कडा प्रभावहरूमा टुटे पनि, सामान्य शिशाको तुलनामा यसको टुक्राहरू साना हुन्छन् र कम धारिला हुन्छन्, जुनले शरीरमा गहिरो प्रवेशको सम्भावनालाई कम गर्दछ र चोटपटकको जोखिम कम गर्दछ।
- ◆ ग्लासको टेबलमा तातो वा चिसो वस्तु राख्नुअघि, अचानक तापमानको परिवर्तनका कारण ग्लास फुट्नबाट जोगाउनका लागि टेबल म्याट प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ विशेषगरी घरमा बालबालिका छन् भने, स्क्रायर टेबलहरूका कुनाहरू धेरै चुच्चो हुनु हुँदैन। सुरक्षाका जोखिमहरू कम गर्न, स्क्रायर टेबलहरूमा कुना प्रोटेक्टरहरू प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ।





## टेलिभिजन



- ◆ टेलिभिजनहरूलाई खस्रबाट जोगाउनका लागि तिनीहरूलाई समतल र स्थिर सतहरूमा राख्नुहोस्। दुर्घटनाहरूबाट बच्न, भित्ता वा टेलिभिजन स्ट्यान्डहरूमा सुरक्षित उपकरणका साथ टेलिभिजनहरू अड्याउन सिफारिस गरिन्छ।
- ◆ टेलिभिजन भित्तामा राखिएको छ भने, कोष्ठक टेलिभिजनलाई थाम्न पर्याप्त मात्रामा बलियो छ भनि सुनिश्चित गर्नुहोस् र यसलाई राख्नका लागि उत्पादन म्यानुअलद्वारा प्रदान गरिएका निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्। यो राख्नका लागि प्राविधिज्ञ नियुक्त गर्न सल्लाह दिइन्छ।



## विद्युतीय पंखा



- ◆ बालबालिकालाई इलेक्ट्रिक पंखाको पंखा आवरण भित्र औंला वा अन्य वस्तुहरू राख्न नदिनुहोस्, किनभने यसले दुर्घटना निम्त्याउन सक्छ।
- ◆ पङ्खाहरूलाई खस्ने र तारहरू तानिनेबाट बचाउनका लागि स्थिर सतहमा राख्नुपर्छ।
- ◆ ईयालको नजिक, बाथरूममा वा पानी छरिने जोखिम भएका स्थानमा विद्युतीय झट्का लाग्न सक्ने भएकाले यस्ता स्थानहरूमा पङ्खा नराख्नुहोस्।
- ◆ फ्यानहरू घुम्न र चिसो बनाउन पर्याप्त ठाउँ सुनिश्चित गर्नुहोस् र मोटरको आवरणलाई कुनै पनि चीजले छोप्न नदिनुहोस्।
- ◆ फ्यान गार्डमा सजिलै तान्न सकिने वस्तु वा पर्दा वा कागज जस्ता प्रज्वलनशील वस्तुहरू नराख्नुहोस्।
- ◆ ब्लेड जस्ता वस्तुहरूले अवरोध गरेको वा जमेको धुलोका कारण काम गर्न असफल हुने जस्ता असामान्य अवस्थाहरूलाई याद गर्न कठिन हुन सक्ने भएकाले पङ्खालाई ध्यान नदिई काम नगर्नुहोस्। यसले मोटरलाई बढी तताउँछ वा आगो लाग्न पनि सक्छ।





# एकैरियम विद्युतीय उपकरण



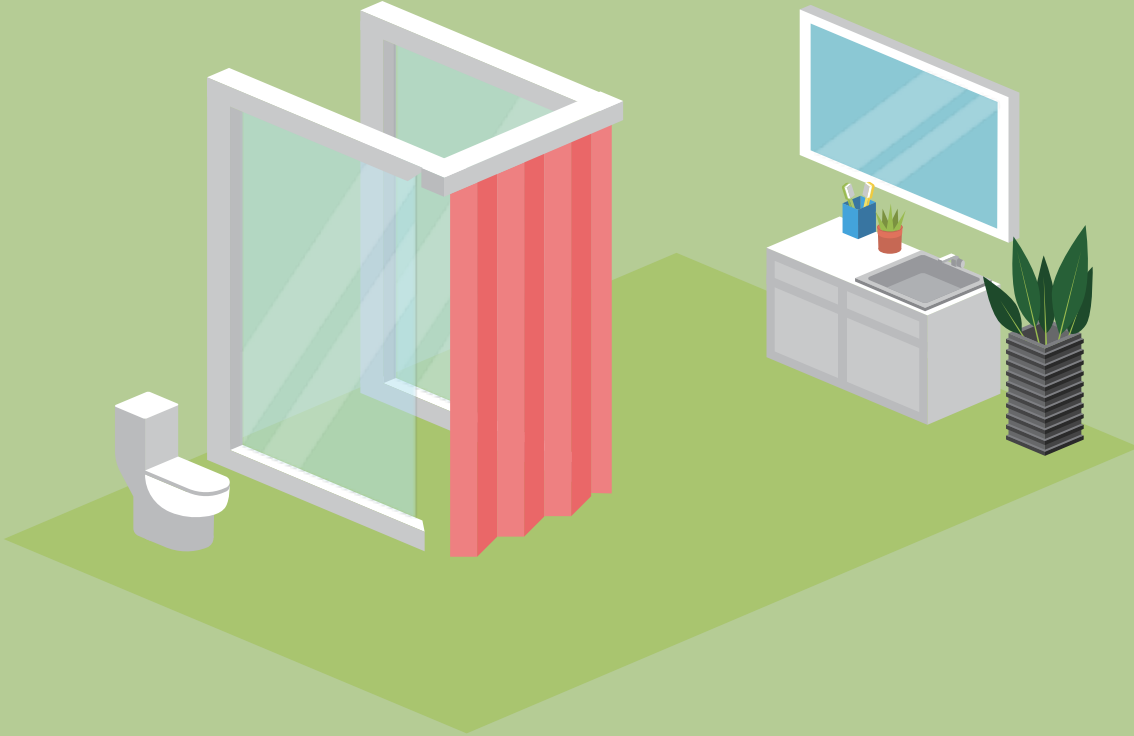
- ◆ विस्तृत लेबलहरू, उत्पादन म्यानुअल र तीन-पक्षीय ब्रिटिश प्लग भएको एकैरियम विद्युतीय उपकरणहरू किन्नुहोस्।
- ◆ एकैरियम विद्युतीय उपकरण, विशेषगरी स्थान नियोजन आवश्यकताहरूका बेलामा यसलाई राख्नुअघि एकैरियमको डिजाइनका बारेमा जान्नुहोस्। एयर पम्प र एकैरियम लाइटहरू पानीमा खस्रबाट जोगाउनका लागि पानी जम्मा हुन नसक्ने ठाउँहरूमा मात्र विद्युतीय उपकरण राख्नुपर्छ।
- ◆ एकैरियम विद्युतीय उपकरण पानीमा खस्यो वा डुब्यो भने, बिद्युतीय झटकाबाट बच्नका लागि उपकरणलाई ह्यान्डल गर्नुअघि एकैरियमलाई सुरुमा अनप्लग गर्नुहोस्। एकैरियम विद्युतीय उपकरणले यसको पानी प्रतिरोध वा अन्य सुरक्षा सम्बन्धी सुविधाहरूलाई प्रभाव पार्ने भएकाले, यसलाई आफैँ मर्मत गर्ने प्रयास नगर्नुहोस्।

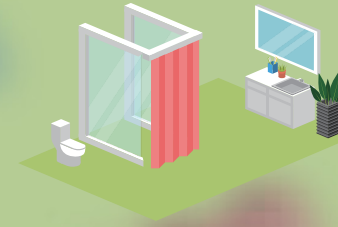




## बाथरूम

बाथटब	51
इलेक्ट्रिक वाटर हिटर	53
बाथरूम हिटर	55
एक्जस्ट फ्यान	57
इलेक्ट्रिक रेजर	59

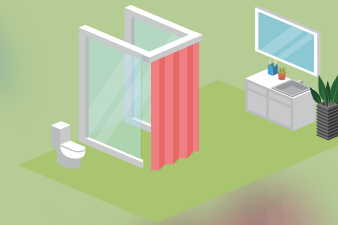




## बाथटब



- ◆ दुर्घटना हुन सक्ने भएकाले साना बालबालिकालाई बाथरूम वा बाथटबमा एकलै नछोडनुहोस्।
- ◆ चिप्लिने जोखिम कम गर्न बाथटबको समतल सतहमा उपयुक्त एन्टी-स्लिप म्याट राख्न सल्लाह दिइन्छ। सुरक्षाका लागि एन्टि स्लिप म्याट नियमित रूपमा धुनुहोस्। नुहाउने तेल प्रयोग गरेपछि, छाला चिप्लो हुन्छ, चिप्लिने जोखिम बढ्छ। आमाबुवाले आफ्नो बालबालिकालाई खुट्टाका तलवहरूसहित तौलियाले राम्ररी सुकाउनुपर्छ।
- ◆ नवजात शिशुलाई नुहाईदिँदा, उनीहरूको टाउको र घाँटी राम्रोसँग थामिएको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ बाथटब भर्न वा शावर हेडको प्रयोग गर्न, तातो पानीमा परिवर्तन गर्नुअघि पहिले चिसो पानी खोल्नुहोस्। बच्चालाई बाथटबमा नुहाइदिनअघि, पहिले आफ्नो कुहिनो वा थर्मोमिटरले पानीको तापक्रम जाँच्नुहोस्। बच्चाहरूको छाला नाजुक हुन्छ। वयस्कहरूलाई तातो महसुस हुने पानीले अझै पनि बच्चाहरूलाई पोल्न सक्छ।
- ◆ बाथटब वा पानीको स्रोतको नजिक विद्युतीय यन्त्रहरू नराख्नुहोस्। सिङ्क र बाथटब जस्ता पानीले भर्न सकिने उपकरणहरू नजिक वाटर-प्रूफ नभएका कुनै पनि बिजुलीमा जोडिएका विद्युतीय यन्त्र नराख्नुहोस्। यन्त्र पानीमा खस्यो र संयोगवश छोयो भने, यसले विद्युतीय झटका निम्त्याउन सक्छ।

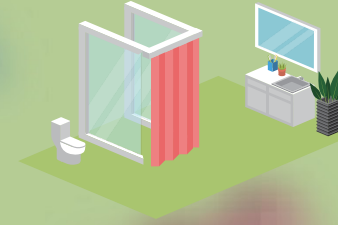


# इलेक्ट्रिक वाटर हिटर



- ◆ शावर टाइप इलेक्ट्रिक वाटर हिटरहरूको पानी आउटलेट होजहरू अबाधित रहनुपर्छ र भल्भविनाको शावर हेडहरू मात्र तिनीहरूसँग जोड्न सकिन्छ। पानी आउटलेट नलीहरूमा भल्भहरू स्थापना नगर्नुहोस् वा नलीहरूलाई सिङ्क वा बाथटबमा जडान नगर्नुहोस्। एकपटक भल्भ बन्द भएपछि, चाप निस्कन पाउदैन, जसले गर्दा पानीको ट्याङ्कीमा चाप बढ्छ, अनि विस्फोट हुन सक्छ। माथिको कारणलाई ध्यानमा राख्दै, शावर टाइप इलेक्ट्रिक वाटर हिटरहरू दुर्घटनाहरूबाट बच्न तिनीहरूको मौलिक कम चापको चिसो र तातो पानीका भल्भहरू संग प्रयोग गर्नुपर्छ।
- ◆ इलेक्ट्रिक वाटर हिटर स्थापना गर्दा, विद्युतीय र यान्त्रिक सेवा विभागले तोकेको विद्युत (वायरिङ) नियमहरूको पालना गरेको सुनिश्चित गर्नका लागि दर्ता गरिएको विद्युतीय कन्ट्र्याक्टरलाई नियुक्त गर्नुहोस्।
- ◆ विद्युतीय वाटर हिटर प्रयोग गर्दा, सर्किट ब्रेकर ट्रिप भयो वा चाप कम गर्ने भल्भ भएको शावर हेड वा पानीको आउटलेट नलीबाट वाफ निस्क्यो भने, तुरुन्तै पावर बन्द गर्नुहोस् र यसको प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस्। त्यसपछि, यसलाई मर्मत गर्न रजिस्टर्ड इलेक्ट्रिकल कन्ट्र्याक्टरलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- ◆ नियमित रूपमा अनुभवी प्राविधिज्ञहरूद्वारा निरीक्षण, मर्मत सम्भार र मर्मतका व्यवस्था गर्नुहोस्। समस्या उत्पन्न नभएसम्म नपर्खनुहोस्।

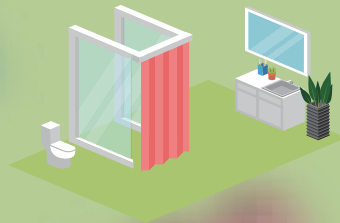




## बाथरूम हिटर



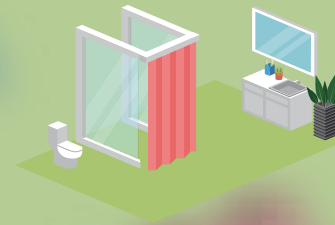
- ◆ बाथरूममा पोर्टेबल हिटर प्रयोग गर्न, हिटरले प्रयोग गरेको सकेटले विद्युतीय र यान्त्रिक सेवा विभागले तोकेको बिजुली (वायरिङ) नियमहरूको पालना गरेको सुनिश्चित गर्नुहोस्। बाथरूममा प्रयोग गरिएको हिटरको मूल्याङ्कन गरिएको वर्तमान सकेट सर्किटको क्षमता (जस्तै 13 amps) भन्दा बढी हुँदैन भन्ने कुरा पनि महत्त्वपूर्ण छ।
- ◆ बाथरूममा फिक्सड हिटर प्रयोग गर्न (कुनै सकेट आवश्यकता पर्दैन), विद्युतीय र यान्त्रिक सेवा विभागले तोकेको बिजुली (वायरिङ) नियमहरूको पालना गरेको सुनिश्चित गर्न यसलाई स्थापना गर्न रजिस्टर्ड इलेक्ट्रिकल कन्ट्याक्टरलाई नियुक्त गर्नुहोस्। सामान्यतया, पुरानो निकास प्यानहरूका सर्किटहरू बाथरूमको हिटरलाई बिजुली दिनको लागि प्रत्यक्ष रूपमा प्रयोग गर्न सकिँदैन।
- ◆ वायरिङ र प्रयोगको सन्दर्भमा पोर्टेबल हिटर प्रयोग गर्नुभन्दा छत, झ्याल वा भित्तामा बाथरूम हिटर फिक्स गर्नु राम्रो हो। बाथरूम सकेट(हरू) वरपरको क्षेत्र पोर्टेबल हिटर राख्नका लागि उपयुक्त नहुन सक्ने हुँदा यसले कम ठाउँ लिन्छ र उचित स्थानमा राख्न सकिन्छ।
- ◆ प्रयोगमा रहेको बाथरूम हिटरको नजिक ज्वलनशील वस्तुहरू (जस्तै पत्रिका र लुगाहरू) नराख्नुहोस्।



## निकास फ्यान



- ◆ स्पिनिङ ब्लेडको सम्पर्कमा आउँदा हुने चोटपटकको जोखिमलाई कम गर्नका लागि निकास फ्यान सकेसम्म उच्च स्थानमा स्थापित गर्नुपर्छ। तपाईंले तिनीहरूलाई पहुँचयोग्य ठाउँहरूमा मात्र स्थापना गर्न सक्नुहुन्छ भने, ब्लेड गार्ड भएको मोडेल छान्नुहोस्।
- ◆ हलुका वस्तुहरू (जस्तै पेपर, लुगा र पर्दा, आदि) निकास फ्यानबाट टाढा राख्नुहोस् किनकी तिनीहरू फ्यान भित्र तानिन सक्छ वा तिनीहरूले फ्यानलाई छोप्र सक्छ, जुनले फ्यान खराब हुन सक्छ वा धेरै तातिन सक्छ।
- ◆ बालबालिकालाई आफ्नो औंला वा अन्य वस्तुहरू निकास फ्यानमा हाल्न नदिनुहोस्। उनिहरू स्पिनिङ ब्लेडद्वारा घाइते हुन सक्नुहुन्छ वा पङ्खाहरू खराब हुन सक्छ।
- ◆ विद्युतीय तथा यान्त्रिक सेवा विभागले तोकेको बिजुली (वायरिङ) नियमनहरू सुनिश्चित गर्न निकास फ्यान स्थापना गर्न रजिस्टर्ड इलेक्ट्रिकल कन्ट्र्याक्टरलाई नियुक्त गर्नुहोस्।



## इलेक्ट्रिक रेजर



- ◆ विद्युतीय झट्का लाग्न सक्ने हुनाले, वेट शेभिगका लागि पावर कर्ड वा ट्रान्सफर्मरहरू मार्फत चार्ज भइ रहेको इलेक्ट्रिक रेजर प्रयोग नगर्नुहोस्। प्रयोग गर्नुअघि, इलेक्ट्रिक रेजर कसरी प्रयोग गर्ने भनेर जान्नका लागि उत्पादन म्यानुअल पढ्नुहोस्।
- ◆ वाटर-प्रुफको रूपमा वर्णन नगरिएको इलेक्ट्रिक रेजर नाधुनुहोस् किनकी यसले क्षति पुऱ्याउन सक्छ।





## सामान्य घरेलु वातावरण

वाल-माउन्टेड फर्निचर	61	एडेएर	79
झ्याल	63	कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्प	81
पर्दाको कर्ड	65	आइरन	83
डिटर्जेन्ट	67	हुवर	85
बडी वार्मर	69	स्टीम क्लीनर	87
नाइन-भोल्ड ब्याट्री	71	डिह्युमिडिफायर	89
बटन सेल	73	विद्युतीय हिटर	91
एक्स्टेन्सन यूनिट	75	वाशिङ मेसिन	93
सकेट	77	टम्बल ड्रायर	95



# वाल-माउन्टेड फर्निचर



- ◆ भित्ताको क्याबिनेटहरू कंक्रीट भित्ता र ईट्टाको पर्खालहरू जस्ता भार बोक्ने भित्ता वा ठोस भित्ताहरूमा मात्र माउन्ट गरिनु पर्छ। एयर ब्रिक्स, बालुवा इट्टा र हल्का ईटहरूबाट बनेका भित्ताहरू त्यसमा राखिएका क्याबिनेट र तिनीहरू भित्रका वस्तुहरूलाई थाम्न सक्षम नहुन सक्छन्।
- ◆ ठूला क्याबिनेटहरू वा धेरै तौल क्षमता भएकाहरूलाई एङ्कर बोल्टले राख्नुपर्छ।
- ◆ क्याबिनेटहरूले दुर्घटना निम्त्याउन सक्ने भएकाले यसलाई सोफा, ओछ्यान वा परिवारका सदस्यहरू प्रायः बस्ने अन्य ठाउँहरू माथि नराख्नुहोस्।
- ◆ भान्सा, भारी भाँडा र अन्य भारी वस्तुहरू भित्तामा राखिएको क्याबिनेटमा भन्दा बेस क्याबिनेटहरूमा राख्नुहोस्।
- ◆ वस्तुहरूलाई एक छेउमा राख्नुको सट्टा, तिनीहरू समान रूपमा क्याबिनेटमा राखिएको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ प्रयोग गर्नुअघि भित्तामा राखिएको क्याबिनेटको तौल क्षमताबारे जान्नुहोस् र भित्र राखिएका वस्तुहरूलाई यो सीमा नाघ्न नदिनुहोस्। क्याबिनेट ओभरलोड गर्दा यो खसेर दुर्घटना हुन सक्छ।
- ◆ पर्खाल राखिएको क्याबिनेटलाई नतान्नुहोस् वा चढनका लागि प्रयोग नगर्नुहोस् किनकी यसले गर्दा यसमा अतिरिक्त भार पर्दछ।
- ◆ पर्खाल राखिएको क्याबिनेटहरू नियमित रूपमा निरीक्षण गर्नुहोस्। तपाईंले क्याबिनेट र पर्खालहरूबिच कुनै झुकाव वा खाडलहरू देख्नुभयो भने, सुरक्षाका लागि यसलाई मर्मत गर्नका लागि तुरुन्तै प्राविधिज्ञलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।



## झ्याल



- ◆ बालबालिका झ्यालमा चढेर दुर्घटना हुन सक्ने भएकाले झ्यालको छेउमा ओछ्यान वा फर्निचर नराख्नुहोस्।
- ◆ बालबालिकालाई टाउकोमा फस्रबाट जोगाउन झ्यालहरू उपयुक्त स्पेसिड भएका ग्रिलहरूसँग स्थापना गरिनु पर्छ (संयुक्त राज्य अमेरिकाको उपभोक्ता उत्पादन सुरक्षा आयोग (CPSC) अनुसार, झ्यालको ग्रिलको स्पेसिड 10 सेन्टिमिटर भन्दा बढी हुनु हुँदैन, जुन लगभग 4 इन्च हुन्छ )। प्रयोग गरिसकेपछि सधैं चलाउन सकिने झ्यालका ग्रिलहरू लक गर्नुहोस्। सुरक्षा सुनिश्चित गर्न यति गर्न जरुरि छ।





## पर्दाको कर्ड



- ◆ पर्दाको कर्डका कुनै पनि अतिरिक्त लम्बाइ ट्रिम गरेर, कर्ड वाइन्डरमा राम्ररी भण्डारण गरेर वा भित्ताका हुकमा झुण्ड्याएर बच्चाहरूको पहुँचबाट बाहिर रहेको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। संयुक्त राज्य अमेरिकी उपभोक्ता उत्पादन सुरक्षा आयोगको सल्लाह अनुसार साना बच्चाहरूसँग घरमा ताररहित पर्दा वा ब्लाइन्डहरू स्थापना गर्नु राम्रो हुन्छ।
- ◆ बालबालिकालाई नाइलन डोरी, कर्ड, नेकरचीफ, वा रेशमी स्कार्फसँग कहिल्यै खेल नदिनुहोस्।
- ◆ बच्चाहरूलाई पर्दाको सम्पर्कमा आउनबाट रोक्नका लागि झ्यालहरू नजिकै फर्निचर नराख्नुहोस्। बच्चाको कोक्रो नजिक कुनै डोरी वा कर्ड (जस्तै पर्दाको कर्ड) राख्नु हुँदैन। साना बालबालिकाहरूले तिनीहरूसँग खेल सक्छन्, जसले गर्दा घातक दुर्घटनाहरू हुन सक्छ।



## डिटर्जेन्ट



- ◆ बाल-प्रतिरोधी क्याप भएको ब्लीच र डिटर्जेन्टहरू खरिद गर्नुहोस् र उनीहरूसँग अतिरिक्त सावधान रहनुहोस्। प्रत्येक प्रयोगपछि क्याप बालियो गरी कसिएको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। क्यापभित्र क्रिस्टलहरू छन् भने, सुरक्षा क्यापलाई खराब हुनबाट रोक्न तिनीहरूलाई सफा गर्नुहोस्। ब्लीच सहितका डिटर्जेन्टहरू चिसो, सुख्खा ठाउँमा र बालबालिकाको पहुँचभन्दा बाहिर भण्डारण गरिएको हुनुपर्छ। सुरक्षा सुनिश्चित गर्न, क्याबिनेट लक गर्नुहोस् जहाँ डिटर्जेन्टहरू बालबालिका सुरक्षा लकसँग भण्डार गरिएको छ।
- ◆ अन्य डिटर्जेन्टहरूसँग ब्लीच मिलाउँदा अधिक सफाई प्रभावकारिता उत्पन्न गर्दैन। एसिडिक डिटर्जेन्टसँग ब्लीच मिलाउँदा रासायनिक प्रतिक्रिया हुन्छ जसले तुरुन्तै विषाक्त क्लोरीन ग्याँस उत्पादन गर्छ। ग्यास साँस फेर्दा असुविधा, नाक, घाँटी र श्वासप्रश्वासमा जलन हुने, खोकी लाग्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने, चक्कर लाग्ने र वाकवाकी लाग्ने जस्ता लक्षणहरू देखा पर्न सक्छन्। यसले आँखा जल्ने, आँसु बगिरहने र दृष्टि धमिलो हुन पनि गराउन सक्छ। उच्च एकाग्रतामा, क्लोरीन ग्यासले फोक्सोको तन्तुलाई गम्भीर रूपमा क्षति पुर्याउन सक्छ, जसले घातक दुर्घटनाहरू निम्त्याउँछ।
- ◆ डिटर्जेन्टका साथ तातो पानी प्रयोग गर्दा अधिक सफाई प्रभावकारिता वा कीटाणुशोधन उत्पादन गर्दैन। पानी धेरै तातो (40°C भन्दा बढी) भएमा, ब्लीचमा रहेको सोडियम हाइपोक्लोराइट बिग्रन्छ, जुनले यसको नसबन्दी प्रभावलाई कम गर्छ। यो नियमित पानी (कोठाको तापक्रम) सँग ब्लीच मिसाउन पर्याप्त छ।
- ◆ ग्लास डिटर्जेन्टहरू प्रयोग गर्दा, सुरक्षाका लागि ज्वलनशील वस्तुहरू टाढा राख्नुहोस्। धुम्रपान नगर्नुहोस् वा हल्का धूप उत्पादनहरू नगर्नुहोस् र उचित भेन्टिलेसन सुनिश्चित गर्नुहोस्।





## बडी वार्मर



- ◆ साना बालबालिका वा वृद्धहरू भएका परिवारहरूका लागि, प्रयोग नगरिएको डिस्पोजेबल बडी वार्मर सधैं पहुँचबाट बाहिर राख्नुहोस्। खाना खाने टेबलमा जस्ता अनियमित ठाउँहरूमा खुला प्याकेटका साथ बडी वार्मरलाई नराख्नुहोस्।
- ◆ डिस्पोजेबल बडी वार्मरसँग छेडछाड नगर्नुहोस् वा नखेल्नुहोस् वा जानाजानी बडी वार्मरलाई नखोल्नुहोस्। तपाईंले कुनै चुहावट देख्नुभयो भने, यसलाई तुरुन्तै प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस्।
- ◆ छालामा वा अन्डरवेयरका सट्टा बडी वार्मर(हरू) कोटको भागमा टाँसिने जोड्नुहोस्।





## नाइन-भोल्ट ब्याट्री



- ◆ नाइन-भोल्ट ब्याट्रीहरूको (स्केर ब्याट्रीहरू पनि भनिन्छ) सकारात्मक र नकारात्मक टर्मिनल नजिक हुन्छन्, तिनीहरूलाई अत्यधिक सावधानीसँग राख्नुहोस्। तिनीहरूलाई धातु वस्तुहरूसँग भण्डारण नगर्नुहोस्, किनकि टर्मिनलहरू र धातुहरू बीचका सम्पर्कले सर्ट सर्किट हुन सक्छ, तातो उत्पन्न गर्न र आगो बोलन सक्छ। केही प्रयोगकर्ताहरूले लापरवाहीपूर्वक ब्याट्रीहरू चाबीहरू, धातुका कलम, लाइटर, पिन, बाइन्डर र सिक्काहरू जस्ता साना धातुका वस्तुहरूसँगै लगेज, ह्यान्डब्याग वा दराजमा राख्छन्, जुनले सर्ट सर्किट हुन सक्छ र आगो लगाउन सक्छ। लगेज, ह्यान्डब्याग वा दराजमा राख्नु अघि ब्याट्रीका लागि छुट्टै प्लास्टिकका शोला/केस राख्नु उत्तम हुन्छ वा ब्याट्रीका टर्मिनलहरूलाई टेपले बन्द गर्नु उत्तम हुन्छ।



## बटन सेल



- ◆ बटन सेलहरू साना हुन्छन्, जुनले गर्दा तिनीहरू खेलाउन जस्ता देखिन्छन्। तिनीहरूलाई सधैं बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस्। बटन सेलहरू गलतिले निलियो भने, दुर्घटना र आपत्कालीन विभागबाट तत्काल मेडिकल उपचार खोज्न जानुहोस्। यी सेलहरूले केही घण्टाभित्र भित्री अङ्गहरू जलाउन सक्छ र घातक पनि हुन सक्छ।





## एक्स्टेन्सन युनिट



- ◆ एक्स्टेन्सन युनिटमा कुनै पनि एडाप्टर प्रयोग नगर्नुहोस् वा एक्स्टेन्सन युनिटलाई एडाप्टरमा प्लग नगर्नुहोस्।
- ◆ कुल प्रयोग गरिएका पावर 2,860W भन्दा बढी छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। यदि बिजुलीको लागि 13 amps को तीन-पिन प्लग प्रयोग गरिएको छ भने, यदि 13 amps को तीन-पिन प्लग शक्ति कोर्न प्रयोग गरिन्छ वा आठ वा नौ वटा सकेट भएका ठूलो युनिटका लागि होस्, कुल प्रयोग गरिएको शक्ति  $13 \text{ amps (A)} * 220 \text{ भोल्ट (V)} = 2,860 \text{ वाट (W)}$  भन्दा बढी हुनुहुँदैन। उदाहरणका लागि, यदि औसतमा प्रत्येक 200W भएका कम बिजुली शक्तिको इलेक्ट्रोनिक उपकरणहरूका लागि सबै नौ वटा सकेटहरू प्रयोग गरिएको छ भने, कुल बिजुली खपत 1 लगभग 1,800W हुने छ, र 1000W बाँकी रहनेछ। यद्यपि, सकेटहरू मध्ये एउटा 2,000W इलेक्ट्रिक केटली, आइरन वा इलेक्ट्रिक हिटरका लागि प्रयोग गरिन्छ भने, लगभग 800W मात्र बाँकी रहनेछ।
- ◆ खराब जडान हुन सक्ने भएकाले अनियमित सेकट प्वालहरू भएका एक्स्टेन्सन युनिट प्रयोग नगर्नुहोस्। सुरक्षा मापदण्डहरू (BS 1363) पालना गर्ने एक्स्टेन्सन युनिटहरू मात्र खरिद गर्नुहोस्।
- ◆ भिजेका ठाउँहरूमा (जस्तै बाथरूम) वा पानी नजिकै एक्स्टेन्सन युनिटहरू कहिल्यै प्रयोग नगर्नुहोस्।
- ◆ तपाईंले एक्स्टेन्सन युनिटमा कुनै क्षति देख्नुभयो भने, तुरुन्तै यसको प्रयोग बन्द गर्नुहोस्। कि त यसलाई प्रतिस्थापन गर्नुहोस् वा यसलाई मर्मत गर्नका लागि अनुभवी प्राविधिज्ञलाई नियुक्त गर्नुहोस्।





## सकेट



- ◆ सबै सकेटहरू भित्र सुरक्षा शटरहरू छन् भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ आमाबुवाहरूले बालबालिकालाई सकेटहरूका सुरक्षा जोखिमहरूबारे सिकाउनुपर्छ र उनिहरूलाई सकेट छुन वा अन्य वस्तुहरूसँग सुरक्षा शटरहरू खोल्न कहिल्यै दिनु हुँदैन।
- ◆ विद्युतीय र मेकानिकल सेवा विभागले तोकेका बिजुली (वायरिङ) नियमहरूका पालना गरेको सुनिश्चित गर्न सकेटहरू राख्नका लागि एक रजिष्टर्ड कन्ट्र्याक्टर नियुक्त गर्नुहोस्।



## एडाएर



- ◆ अनियमित सकेट प्वालहरू भएका एडाएर वा एक्स्टेन्सन युनिटहरू खरिद वा प्रयोग नगर्नुहोस्। एडाएरका प्रत्येक पक्षमा एक प्रकारका प्लगमात्र मिलाउनुपर्दछ।
- ◆ एडाएरमा एक्स्टेन्सन युनिट कहिल्यै प्रयोग नगर्नुहोस् वा एडाएर(हरू) लाई एक्स्टेन्सन युनिटमा प्लग नगर्नुहोस्।



## कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्प



- ◆ कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्पले पोल्न सक्ने भएकाले, लामो समयसम्म बलेको ल्याम्पलाई नछुनुहोस्।
- ◆ इन्फ्रारेड लाइट बल्बहरूका तुलनामा कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्पहरू ठूला र भारी हुन्छन्। प्रयोग गर्नुअघि, कम्प्याक्ट फ्लोरोसेन्ट ल्याम्पको तौल थाप्न नसक्ने अवस्थामा लाइट फिटिगको तौल क्षमताको बारे जान्नुहोस्, विशेष गरी धेरै बल्बहरूसँग फिट गर्दा।





## आइरन



- ◆ लुगाहरू आइरन नगर्दा तातो भएको आइरनलाई समतल सतहमा राख्नुहोस्।
- ◆ पानी हाल्नुअघि आइरनलाई सधैं अनप्लग गर्नुहोस्।
- ◆ आइरन प्रयोग गरिसकेपछि, यसलाई सेलाउन राख्नका लागि बालबालिकाको पहुँच बाहिर समतल सतहमा राख्नुहोस्।



## हूभर



- ◆ हूभरहरूमा सामान्यतया बलियो सक्शन पावर हुन्छ। बालबालिकालाई कहिल्यै पनि तिनिहरूसँग खेल वा नली, नोजल वा सक्शन हेड टाउकोको नजिकै राख्न नदिनुहोस्, विशेष गरी आँखा र कान नजिक।
- ◆ खरानी वा चुरोटका अवशेषहरू जस्ता तातो वा जलिरहेको वस्तुहरू हूभरले तान्नबाट जोगाउनुहोस्। विशेष मोडेलहरूबाहेक, हूभरहरू पानी तान्नका लागि प्रयोग गर्नु हुँदैन।



## स्टीम क्लिनर



- ◆ विद्युतीय झटकाबाट बच्न उच्च विद्युत उर्जा खपत भएका यस्ता विद्युतीय उपकरणका लागि स्वतन्त्र अर्थिग गरिएको सकेट प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ। उत्पादनका म्यानुअलमा उपलब्ध गराइएका स्थापना र उपयोग निर्देशनहरू पालना गर्न पनि महत्त्वपूर्ण छ।
- ◆ स्टीम क्लिनर प्रयोग गर्नुअघि उत्पादनका म्यानुअल पढ्नुहोस् र निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्। स्टीम क्लिनरका स्टीम नोजल, पानीका ट्याङ्की र नली जडानकर्ता तातो हुन सक्ने भएकाले तिनीहरूलाई नछुनुहोस्।





# डिह्युमिडिफायर



- ◆ डिह्युमिडिफायरलाई उच्च विद्युतीय शक्ति चाहिन्छ र यसले सकेटलाई ओभरलोड गर्न सक्ने भएकाले अन्य विद्युतीय उपकरणहरूसँग समान सकेट साझा गर्न हुँदैन।
- ◆ प्रयोग गर्नुअघि डिह्युमिडिफायरलाई समतल र स्थिर सतहहरूमा राख्नुहोस् र चिसोका लागि पर्याप्त ठाउँ छ कि छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। उपकरणलाई अत्यधिक तातो हुनबाट रोक्नका लागि एयर भेन्टहरू सफा राख्नुहोस्।
- ◆ डिह्युमिडिफायरलाई बाथरूममा वा पानी चुहिरहेका कपडाका मुनि कहिल्यै नराख्नुहोस्।
- ◆ डिह्युमिडिफायर धेरै तातो हुन सक्ने र दुर्घटनाहरूका जोखिम निम्त्याउन सक्ने भएकाले यसलाई लामो समयसम्म चल्न नदिनुहोस्।
- ◆ धुलोले चिसो र इन्सुलेशनलाई असर गर्नबाट जोगाउन डिह्युमिडिफायरहरूको एयर भेन्टहरू नियमित रूपमा सफा गर्नुहोस्।



## इलेक्ट्रिक हिटर



- ◆ सामान्यतया इलेक्ट्रिक हिटरहरूलाई उच्च विद्युतीय शक्ति (2,500W वा बढी) आवश्यक हुन्छ र अन्य उच्च-शक्ति विद्युतीय उपकरणहरूसँग बिजुलीको स्रोत साझा गर्नु हुँदैन। निश्चित इलेक्ट्रिक हिटर प्रयोग गर्न (कुनै सकेट आवश्यक पर्दैन), विद्युतीय र मेकानिकल सेवा विभागले तोकिएका विद्युतीय (वायरिङ) नियमहरूका पालना गरेको सुनिश्चित गर्न यसलाई स्थापना गर्न रजिष्टर्ड इलेक्ट्रिकल कन्ट्र्याक्टरलाई नियुक्त गर्नुहोस्।
- ◆ तेलले भरिएको इलेक्ट्रिक हिटरहरू भारी हुन्छन्। तपाईंले तिनीहरूलाई अधिक रूपमा झुकाउनुभयो भने यिनीहरू पल्टिन सक्छन्, जुनले नजिक भएका बालबालिकालाई दुर्घटनाका जोखिम निम्त्याउन सक्छ। हिटरको तताउने तत्वहरू थेरै तातो हुन सक्छन् र तिनीहरू बाहिरबाट देखिँदैन। तिनीहरूले पोल्ट सक्ने भएकाले सावधान रहनुहोस् र तिनीहरूलाई नछुनुहोस्।
- ◆ विशेष मोडेलहरूबाहेक, आगोको जोखिम कम गर्न इलेक्ट्रिक हिटरका साथ लुगा सुकाउनबाट जोगिनुहोस्।
- ◆ तपाईंले हिटरका साथ कुनै असामान्य समस्याहरू जस्तै अत्यधिक तातो हुने वा तेल चुहावट देख्नुभयो भने, यसलाई तुरुन्तै प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस् र यसलाई मर्मत गर्नका लागि अनुभवी प्राविधिज्ञलाई नियुक्त गर्नुहोस्।



## वाशिङ मेसिन



- ◆ आमाबुवाहरूले बालबालिकालाई वाशिङ मेसिनको सुरक्षा जोखिमहरूका बारेमा सिकाउनुपर्छ। बालबालिकाले जिज्ञासाबाट हेर्नका लागि मेसिनको ढोका नखोल्न वा वाशिङ मेसिनभित्र आफ्नो हात राख्नुहुँदैन भनेर जान्नुपर्छ। उनिहरूले गेमहरूका लागि लुकाउने ठाउँको रूपमा पनि वाशिङ मेसिन प्रयोग गर्नु हुँदैन।
- ◆ वाशिङ मेसिन को काम सकेपछि, सबै पानी निकासी भएको छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्। त्यसमा कहिल्यै पनि पानी जम्मा नगर्नुहोस् वा लुगा नडुबाउनुहोस्। प्रयोग गरिसकेपछि वाशिङ मेसिनको ढोका वा कभर बन्द भएको छ भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ◆ बालबालिकाले तिनीहरू माथि चढ्न प्रयोग गर्न सक्ने भएकाले, त्यसैले वाशिङ मेसिनको छेउमा कुर्सी वा बाकसहरू नराख्नुहोस्।
- ◆ बालबालिकालाई वाशिङ मेसिनको नजिक एकलै नछोड्नुहोस्। घरमा वयस्कहरू हुनु मात्रले सुरक्षा सुनिश्चित गर्न पर्याप्त छैन। साना बालबालिकासँग सधैं सतर्क रहनुहोस्।
- ◆ प्रयोगमा रहेको वाशिङ मेसिनको छेउमा कीटनाशक र थिनर जस्ता ज्वलनशील वा प्रज्वलनशील वस्तुहरू प्रयोग नगर्नुहोस्।





## टम्बल ड्रायर



- ◆ स्पन्ज, लेटेक्स, रबर, वा व्याक्स भएका, वा तेल वा ड्राई क्लिनिङ फ्लुइड भएकाहरू लुगा वा समानहरू टम्बल ड्रायरमा नहाल्नुहोस्, किनकी यिनीहरू पग्लन सक्छन्, आगो लाग्न सक्छन्, वा तताउँदा विषाक्त ग्यासहरू पनि छोड्न सक्छन्।
- ◆ बालबालिकाहरूले टम्बल ड्रायर माथि चढ्न प्रयोग गर्न सक्ने भएकाले त्यसको छेउमा कुर्सी वा बाकसहरू नराख्नुहोस्।
- ◆ बालबालिका वा घरपालुवा जनावरहरूलाई तिनीहरूमा चढ्नबाट रोक्न प्रयोग गरेपछि सधैं ढोका बन्द गर्नुहोस् र टम्बल ड्रायरलाई अनप्लाग गर्नुहोस्।
- ◆ बच्चाहरूलाई टम्बल ड्रायरका नजिकै अनुपस्थित नछोड्नुहोस्। आमाबुवाहरूले बालबालिकालाई टम्बल ड्रायरका सुरक्षा जोखिमहरूका बारेमा सिकाउनुपर्छ। बालबालिकाले जिज्ञासाका साथ ड्रायर खोलेर हेर्न वा टम्बल ड्रायरमा आफ्नो हातहरू राख्नु हुन्दैन भनेर जान्नु पर्छ। उहाँहरूले गेमहरूका लागि लुकाउने ठाउँको रूपमा टम्बल ड्रायर प्रयोग गर्नु हुँदैन।
- ◆ प्रयोगमा रहेको टम्बल ड्रायरका नजिक कीटनाशक र थिनर जस्ता प्रज्वलनशील वा रासायनिक वस्तुहरू प्रयोग नगर्नुहोस्।
- ◆ टम्बल ड्रायरको भेन्टहरू सफा राख्नुहोस्। प्रयोग गर्नुअघि, फिल्टर राम्रोसँग सफा गरिएको छ कि छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। टम्बल ड्रायरको भेन्ट र डक्टको नियमित रूपमा निरीक्षण गर्नुहोस् र जम्मा भएका लिन्टलाई हटाउनुहोस्। फिल्टर वा डक्टमा जम्मा भएका अत्यधिक लिन्टले टम्बल ड्रायर भित्रका हावाका प्रवाहलाई प्रभाव पार्छ। गम्भीर अवस्थामा, यसले ड्रायरलाई धेरै तताउन र लिन्टलाई प्रज्वलित गर्न सक्छ।



30  
衛生署  
Department of Health