

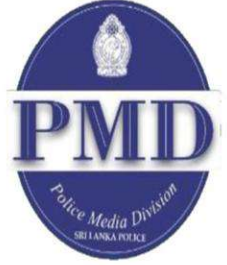


පොලිස් මාධ්‍ය කොට්ඨාසය

பொலிஸ் ஊடகப் பிரிவு

POLICE MEDIA DIVISION

14 වන මහල, සුභරූපාය, බත්තරමුල්ල



දිනය Date	2026.05.17 පැය 1235	දුරකථන අංකය Tel.NO	011-2887973	මගේ අංකය My NO	D/Media/Out/ 783 /2026	විද්‍යුත් ලිපිනය E-Mails	dir.media@police.gov.lk
--------------	------------------------	-----------------------	-------------	-------------------	------------------------	-----------------------------	-------------------------

දිය අනතුරු වලින් සිදුවන අනතුරු අවම කර ගැනීම සඳහා නැවත නැවතත් මහජනතාව දැනුවත් කිරීමේ අවශ්‍යතාවය.

දිය නැමට ගොස් ඉතා අවාසනාවන්ත ලෙස වටිනා මිනිස් ජීවිත අහිමි වීමේ සිද්ධීන් ගණනාවක් මෑත කාලයේ වාර්තා වූ තොරතුරු අනුව නිරීක්ෂණය වී ඇත. මීට ප්‍රධාන වශයෙන් හේතුවී ඇත්තේ පුද්ගලයින්ගේ නොසැලකිලිමත්භාවය හා අනවබෝධය වන අතර මෙම දිය අනතුරු අවම කර ගැනීම සඳහා කටයුතු කිරීම අපි සියළුදෙනාගේ වගකීම වේ.

දිය අනතුරු බොහොමයක් සිදුවන්නේ ක්ෂණිකව සහ අනපේක්ෂිත ලෙසය. මෙම දිය අනතුරු වලින් සිදු වූ මරණ වලට ප්‍රධාන වශයෙන් පහත හේතු සාධක බලපානු ලබයි.

1. පාරිසරික සාධක (ස්වභාවික හේතු)

- ❖ දියයට ඇති අවදානම් :- මතුපිටින් නිසලව පෙනුනද, දියයට පවතින දැඩි දියවැල් වලට හසුවීම සහ දියයට ඇති මඩ, පාසි සහිත ලිස්සන සුළු ගල් සහ ගස් අතුවල සිරවීම.
- ❖ ක්ෂණිකව ජල මට්ටම ඉහළ යාම :-කඳුකර ප්‍රදේශවල ඇද හැලෙන අධික වර්ෂාව හේතුවෙන් පහල ප්‍රදේශවල ගංඟා සහ ඇළ දොල වල ජල මට්ටම ඉහළ යාම.
- ❖ ගැඹුර පිළිබඳ වැරදි වැටහීම :- ජලයේ ඇති පිරිසිදු බව නිසා ගැඹුර අඩුවෙන් පෙනීම නොදැනුවත්වම ගැඹුරු වලවල් වලට ඇද වැටීම.

2. මානුෂීය වැරදි සහ නොසැලකිල්ල

- ❖ තම හැකියාව පිළිබඳ දැඩි විශ්වාසය :- තමන්ට හොඳින් පිහිනිය හැකි යැයි සිතා ආරක්ෂිත සීමාවන් ඉක්මවා යාම.
- ❖ මත්පැන් පානය :- මත්පැන් පානය කර දිය බැසීම නිසා ශරීරයේ ස්නායු පාලනය අඩාල වීම, ඉක්මනින් විඩාවට පත්වීම සහ අවදානම තස්සේරු කිරීමට හැකියාව අඩුවීම.
- ❖ නුපුරුදු ස්ථාන :- තමන් පදිංචි ප්‍රදේශයෙන් බැහැර නුපුරුදු ස්ථාන වල දිය නැමට යාම හා එම ස්ථානයේ ඇති අනතුරුදායක බව පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැති වීම.

3. කායික තත්ත්වයන්

- ❖ කෙණ්ඩා පෙරළීම :- ජලයේ පවතින අධික සීතල නිසා හෝ අධික වෙහෙස නිසා මාංශ පේශි තද වීමෙන් පිහිනීමට නොහැකි වීම.

❖ **හිතිය:-** දියට වැටුණු සැනින් ඇති වන දැඩි බිය නිසා අත් පා නිසි ලෙස ක්‍රියා කරවීමට නොහැකි වීම.

4. දරුවන් කෙරෙහි අවධානය ගිලිහීම

❖ කුඩා දරුවන් ඉතා කෙටි වෙලාවකදී, ඉතා කුඩා ජල ප්‍රමාණයක පවා (බාල්දියක්, කුඩා ටැංකියක්) අනතුරට ලක් විය හැකිය.

ආගන්තුක ජල මූලාශ්‍ර ආශ්‍රිතව දිය නෑමට පෙර පහත ආරක්ෂිත පියවරවල් අනුගමනය කිරීම මගින් මෙම දිය අනතුරු අවම කර ගැනීම සඳහා හැකියාව ඇත.

- තමා හොඳින් නොදන්නා ගංගා ඇළ දොළ හෝ වැව් වල දිය නෑමෙන් වැළකී සිටීම, අනතුරු ඇඟවීමේ පුවරු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම හා වැසි සහිත කාලගුණයකදී ක්ෂණිකව ගං වතුර ඇති විය හැකි අවස්ථාවල ජල මූලාශ්‍ර අසලට නොයාම.
- අවවාදාත්මක පුවරු වල උපදෙස් අනුව නිරන්තරවම කටයුතු කිරීම, දියනෑමට පෙර අදාළ ස්ථානය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රදේශවාසීන්ගෙන් තොරතුරු විමසීම හා ජීවිතාරක්ෂක නිලධාරීන් සිටින ස්ථානයන් වලදී ඔවුන්ගේ උපදෙස් අනුව ක්‍රියා කිරීම.
- තනිවම දිය නෑමට හෝ පිහිනීමට නොයාම, පිහිනීමට නොහැකි නම් ආරක්ෂිත ජැකට් නොමැතිව ගැඹුරු ජලයට නොබැසීම හා මත්පැන් පානය කර දිය බැසීමෙන් වැළකී සිටීම.
- ළමුන් ජලය අසල සිටින විට නිරන්තර අවධානයෙන් සිටීම, නිවස අසල ළිං ටැංකි හෝ කුඩා පොකුණු ඇත්නම් ඒවා ආවරණය කර ආරක්ෂිත වැටවල් යෙදීම.
- තමා දියේ ගිලෙන බව දැනුනහොත් කලබල නොවී සිරුර ලිහිල්ව තබා පාවීමට උත්සාහ කිරීම, අත් අයෙකු බේරා ගැනීම සඳහා දියට බැසීම අවධානම් සහගත අවස්ථා වල ලණුවක් දිගු ලී පටියක් හෝ පාවෙන දෙයක් අනතුරුට පත් වූ පුද්ගලයාට ලබාදී ගොඩට ගැනීමට උත්සාහ කිරීම.

උත්සව සමයන් වලදී මහජනතාව වැඩිවශයෙන් මුහුද, ගංගා, ඇළදොළ හා වැව් අමුණු ඇතුළු ඒ ආශ්‍රිත ස්ථාන වල දියනෑමේ ප්‍රවණතාවයක් දක්නට ඇත. පොලිස් නාවික කොට්ඨාසයේ ජීවිතාරක්ෂක ඒකකයේ නිලධාරීන් මහජනතාව වැඩිවශයෙන් ගැවසෙන ජලමූලාශ්‍රිතව රාජකාරි යොදවමින් දිය අනතුරු අවම කර ගනිමින් හැකිතාක් වටිනා ජීවිත බේරා ගැනීම සඳහා නිරන්තරවම ඇපකැපව සිටී.

ඉදිරියේදී තවදුරටත් සිදුවිය හැකි මෙම දිය අනතුරු අවම කර ගැනීම සඳහා මහජනතාව විසින් මෙම නිවේදනයේ සඳහන් කරුණු සම්බන්ධයෙන් අවධානය හා සැලකිල්ල යොමු කරමින් කටයුතු කරන ලෙසට ශ්‍රී පොලිසිය වැඩිදුරටත් ඉල්ලා සිටී.

පොලිස් මාධ්‍ය කොට්ඨාසය.

நீரில் ஏற்படும் விபத்துகளால் நிகழும் உயிரிழப்புகளை குறைப்பதற்காக பொதுமக்களை மீண்டும் மீண்டும் விழிப்புணர்வூட்ட வேண்டிய அவசியம்

நீராட்சி சென்று மிகவும் துரதிருஷ்டவசமாக பல மதிப்புமிக்க மனித உயிர்கள் இழக்கப்படும் சம்பவங்கள் அண்மைக்காலத்தில் பதிவாகியுள்ளதாக தெரியவந்துள்ளது. இதற்கான முக்கிய காரணங்களாக மனிதர்களின் கவனக்குறையும் போதிய விழிப்புணர்வு இல்லாமையும் காணப்படுகின்றன. எனவே, இத்தகைய நீர்விபத்துகளைத் தடுக்க நடவடிக்கை எடுப்பது நம்மில் ஒவ்வொருவரின் பொறுப்பாகும்.

பெரும்பாலான நீர்விபத்துகள் திடீரெனவும் எதிர்பாராத விதமாகவும் நிகழ்கின்றன. இவ்விபத்துகளால் ஏற்படும் மரணங்களுக்கு முக்கியமாக பின்வரும் காரணிகள் தாக்கம் செலுத்துகின்றன.

1. சுற்றுச்சூழல் காரணிகள் (இயற்கை காரணங்கள்)

- நீருக்கடியில் உள்ள அபாயங்கள் - மேற்பரப்பில் அமைதியாகத் தோன்றினாலும், நீருக்கடியில் உள்ள பலத்த நீரோட்டங்களில் சிக்கிக்கொள்வது, சேறு, பாசி படர்ந்த வழக்கும் கற்கள் மற்றும் மரக்கிளைகளில் சிக்கிக்கொள்வது.
- திடீர் நீர்மட்ட உயர்வு - மலைப்பகுதிகளில் பெய்யும் கடும் மழையால் கீழ்ப்பகுதிகளில் உள்ள ஆறுகள் மற்றும் ஓடைகளின் நீர்மட்டம் திடீரென உயர்வது.
- ஆழம் குறித்த தவறான புரிதல் - நீர் மிகவும் தெளிவாக இருப்பதால் அதன் ஆழம் குறைவாகத் தோன்றி, அறியாமலே ஆழமான பகுதிகளில் விழுந்துவிடுதல்.

2. மனித தவறுகள் மற்றும் கவனக்குறைவு

- தன்னம்பிக்கை அதிகரிப்பு - தமக்கு நன்றாக நீந்தத் தெரியும் என்ற நம்பிக்கையில் பாதுகாப்பு எல்லைகளை மீறிச் செல்வது.
- மதுபானம் அருந்துதல் - மதுபானம் அருந்திய நிலையில் நீரில் இறங்குவதால் உடலின் நரம்பு கட்டுப்பாடு பாதிக்கப்படுதல், விரைவில் சோர்வடைவது மற்றும் ஆபத்தை மதிப்பிடும் திறன் குறைவது.
- அறிமுகமற்ற இடங்கள் - தாம் வசிக்கும் பகுதிக்கு வெளியே உள்ள அறிமுகமற்ற நீர்நிலைகளில் நீராட்சி சென்று, அங்குள்ள அபாயங்களை அறியாமல் இருப்பது.

3. உடல்நிலை காரணிகள்

- தசை இறுக்கம் (கெண்டைப் பிடித்தல்) - நீரில் உள்ள கடும் குளிர் அல்லது அதிக சோர்வு காரணமாக தசைகள் இறுகி நீந்த முடியாத நிலை ஏற்படுதல்.
- பயம் - நீரில் விழுந்த உடனேயே ஏற்படும் கடும் பயம் காரணமாக கை, கால்களை சரியாக இயக்க முடியாமல் போதல்.

4. குழந்தைகள் மீதான கவனக்குறைவு

• சிறு குழந்தைகள் மிகக் குறுகிய நேரத்திலேயே, மிகச் சிறிய அளவு நீரில்கூட (வாளி, சிறிய தொட்டி போன்றவை) ஆபத்துக்குள்ளாகலாம்.

அறிமுகமற்ற நீர்நிலைகளில் நீராடுவதற்கு முன் பின்வரும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் இத்தகைய விபத்துகளை குறைக்க முடியும்.

• நன்கு அறியாத ஆறுகள், ஓடைகள் அல்லது குளங்களில் நீராடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். எச்சரிக்கை பலகைகளில் உள்ள அறிவுறுத்தல்களை கவனிக்க வேண்டும். மழைக்காலங்களில் திடீர் வெள்ளப்பெருக்கு ஏற்படும் வாய்ப்பு உள்ள இடங்களுக்கு அருகில் செல்லக்கூடாது.

• எச்சரிக்கை பலகைகளின் வழிகாட்டுதல்களை பின்பற்ற வேண்டும். நீராடுவதற்கு முன் அப்பகுதி மக்களிடம் தகவல் கேட்டு அறிந்துகொள்ள வேண்டும். உயிர்காக்கும் அதிகாரிகள் உள்ள இடங்களில் அவர்களின் அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

• தனியாக நீராடவோ நீந்தவோ செல்லக்கூடாது. நீந்தத் தெரியாவிட்டால் பாதுகாப்பு ஜாக்கெட் இல்லாமல் ஆழமான நீரில் இறங்கக்கூடாது. மதுபானம் அருந்திய நிலையில் நீரில் இறங்குவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

• குழந்தைகள் நீர்நிலைகளுக்கு அருகில் இருக்கும் போது தொடர்ந்து கண்காணிக்க வேண்டும். வீட்டு அருகில் கிணறு, தொட்டி அல்லது சிறிய குளங்கள் இருந்தால் அவற்றை மூடி பாதுகாப்பு வேலிகள் அமைக்க வேண்டும்.

• தாம் மூழ்கிக்கொண்டிருப்பதாக உணர்ந்தால் பதற்றப்படாமல் உடலை தளர்வாக வைத்துக் கொண்டு மிதக்க முயற்சிக்க வேண்டும். மற்றொருவரை காப்பாற்ற நீரில் இறங்குவது ஆபத்தானதாக இருந்தால், கயிறு, நீளமான மரக்கட்டை அல்லது மிதக்கும் பொருளை அவரிடம் கொடுத்து கரைக்கு கொண்டுவர முயற்சிக்க வேண்டும்.

விழாக்காலங்களில் பொதுமக்கள் அதிகளவில் கடல், ஆறு, ஓடை, குளம் மற்றும் அணைகள் போன்ற இடங்களில் நீராடும் பழக்கம் காணப்படுகிறது. பொலிஸ் கடற்படைப் பிரிவின் உயிர்காக்கும் அதிகாரிகள், பொதுமக்கள் அதிகம் கூடும் நீர்நிலைகளில் கடமையில் ஈடுபட்டு, நீர்விபத்துகளை குறைத்து அதிகப்படியான உயிர்களை காப்பாற்ற தொடர்ந்து அர்ப்பணிப்புடன் செயல்பட்டு வருகின்றனர்.

எதிர்காலத்தில் மேலும் ஏற்படக்கூடிய இத்தகைய நீர்விபத்துகளைத் தடுக்கும் பொருட்டு, இந்த அறிவிப்பில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள விடயங்களில் பொதுமக்கள் கவனமும் எச்சரிக்கையும் செலுத்துமாறு இலங்கைப் பொலிஸார் மேலும் கேட்டுக்கொள்கின்றனர்.

பொலிஸ் ஊடகப் பிரிவு.

The Importance of Continuously Educating the Public to Minimize Water-Related Accidents

According to recent reports, a number of tragic incidents involving the loss of valuable human lives while bathing and engaging in water-related activities have been observed. The primary causes of these accidents are carelessness and lack of awareness among the public. Therefore, it is the collective responsibility of all of us to take appropriate measures to minimize such water-related tragedies.

Most drowning incidents occur suddenly and unexpectedly. The following factors are identified as the main causes contributing to deaths resulting from water accidents:

1. Environmental Factors (Natural Causes)

• Hazards within Water

Although the surface of the water may appear calm, hidden dangers such as strong underwater currents, muddy areas, moss-covered slippery rocks, and submerged tree branches can pose serious risks.

• Sudden Rise in Water Levels

Heavy rainfall in mountainous regions can rapidly increase the water levels of rivers and streams in lower areas, creating dangerous conditions.

• Misjudging Water Depth

Clear water can create a false impression of shallow depth, leading individuals to unknowingly step into deep holes or sudden drop-offs.

2. Human Error and Negligence

• Overconfidence

Some individuals overestimate their swimming abilities and exceed safe limits, placing themselves in danger.

• Consumption of Alcohol

Entering water after consuming alcohol weakens the body's coordination and nervous control, causes rapid exhaustion, and significantly reduces awareness of danger.

• Visiting Unfamiliar Locations

Bathing or swimming in unfamiliar rivers, canals, reservoirs, or beaches without understanding the specific dangers of those locations increases the risk of accidents.

3. Physical Conditions

- *Muscle Stiffness and Fatigue*

Extreme cold water or overexertion can cause muscle cramps and stiffness, making it difficult to swim properly.

- *Panic and Fear*

Sudden fear after falling into water can prevent individuals from using their limbs effectively and may worsen the situation.

4. Lack of Attention toward Children

- *Risks Faced by Children*

Young children can drown within a very short period of time, even in small amounts of water such as buckets, tubs, ponds, or tanks. Constant supervision is therefore essential.

Safety Measures to Prevent Water Accidents

The following precautions should be followed before entering unfamiliar water sources in order to minimize water-related dangers:

- Avoid bathing or swimming in unfamiliar rivers, streams, lakes, reservoirs, or canals.
- Pay close attention to warning notices and avoid approaching water sources during periods of sudden flooding or heavy rainfall.
- Always follow safety instructions displayed on warning signs.
- Seek advice from local residents regarding the safety of a particular location before entering the water.
- Follow the guidance of lifeguards in areas where lifeguard services are available.
- Never swim alone.
- Individuals who cannot swim should avoid deep water unless wearing an approved life jacket.
- Refrain from entering the water after consuming alcohol.
- Closely supervise children whenever they are near water sources.
- Ensure that wells, water tanks, and small ponds near homes are properly covered and protected with safety barriers or fences.
- If caught in difficulty while in water, remain calm and attempt to float instead of panicking.
- During rescue situations, avoid entering dangerous water unnecessarily. Instead, assist by extending a rope, long pole, floating object, or any other rescue aid to the victim.

During festive seasons and holidays, many people tend to visit beaches, rivers, canals, reservoirs, and other water-related recreational areas for bathing and leisure activities. Officers attached to the Lifeguard Unit of the Police Naval Division continuously perform duties at popular bathing locations in an effort to minimize water-related accidents and save precious lives.

The Sri Lanka Police further request the public to remain vigilant and carefully follow the safety guidelines mentioned in this announcement in order to reduce the occurrence of future water-related accidents.

Police Media Division