



**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
ОКТЯБРЬСКИЙ РАЙОН**

**Муниципальное образование «Коммунарское сельское поселение»
Администрация Коммунарского сельского поселения**

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

06.10.2025

№379

п. Новосветловский

О внесении дополнений в постановление № 29 от 07.12.2021 «Об организации работы учебно-Консультационного пункта (УКП) для обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Коммунарском сельском поселении»

В соответствии с Федеральными законами от 12.02.1998 № 28-ФЗ «О гражданской обороне», от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», в соответствии с постановлением В соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 18.09.2020 № 1485 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», постановлением Правительства Российской Федерации от 04.09.2003 № 547 «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», руководствуясь Уставом муниципального образования «Коммунарское сельское поселение», в целях создания учебно-консультационного пункта по чрезвычайным ситуациям и проведения в нём обучения населения Коммунарского сельского поселения области безопасности жизнедеятельности

ПОСТАНОВЛЯЮ:

1. Внести в постановление Администрации Коммунарского сельского поселения от 07.12.2021 № 29 «Об организации работы учебно-Консультационного пункта (УКП) для обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Коммунарском сельском поселении» следующие дополнения:

1.1. Утвердить программу подготовки неработающего населения на базе учебно-консультационного пункта. (Приложение №1).

1.2. Утвердить план работы УКП. (Приложение № 2).

1.3. Утвердить лекции обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на учебно-консультационном пункте Коммунарского сельского поселения, Приложение № 3.

1.4. Для осуществления деятельности УКП назначить: нештатным руководителем и инструктором (консультантом) УКП: Венерцеву Наталию Александровну старшего инспектора по пожарной безопасности, ГО и ЧС Администрации Коммунарского сельского поселения.

2. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания и подлежит размещению на официальном сайте Коммунарского сельского поселения.

3. Постановление от 29.12.2023г. № 258 «О внесении изменений в постановление от 07.12.2021 № 29 «Об организации работы учебно-консультационного пункта (УКП) для обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Коммунарском сельском поселении.» считать утратившим силу.

4. Контроль по исполнению настоящего постановления возложить на заместителя главы Администрации Коммунарского сельского поселения.

**Глава Администрации
Коммунарского сельского поселения**



О.В. Безрукавая

Программа
Обучения неработающего населения в области защиты от чрезвычайных
ситуаций
природного и техногенного характера
на учебно-консультационном пункте Коммунарского сельского поселения

1. Организационно-методические указания

1. Настоящая программа предназначена для обучения неработающего населения действиям в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

2. Целью Программы является обучение неработающего населения практическим навыкам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях мирного и времени. Темы и количество часов на изучение определены Главой Администрации Коммунарского сельского поселения -10 часов.

3. Обучение неработающего населения организовать путем периодического проведения с ними лекций, бесед, просмотра кинофильмов, видеофильмов в учебных-консультационных пунктах, деятельность которых организуется работниками этих пунктов и старшим инспектором по вопросам пожарной безопасности, ГО и ЧС. Важными формами обучения этой категории населения должны стать: самостоятельное изучение памяток, прослушивание радиопередач и просмотр телепрограмм по тематике чрезвычайных ситуаций. Неработающее население также привлекается к участию в учениях и тренировках, на которых главное внимание должно обращаться на обработку практических действий в чрезвычайных ситуациях.

4. В результате неработающее население должно:

4.1. Знать:

- основные средства и способы защиты от аварийно химически опасных веществ (АХОВ), современных средств поражения, последствий стихийных бедствий, аварий и катастроф;
- порядок действий по сигналу «Внимание всем!» и другим речевым информациям органов управления ГО и ЧС;
- правила проведения эвакуационных мероприятий в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

4.2 Уметь:

- пользоваться индивидуальными и коллективными средствами защиты и изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания и кожи;
- правильно действовать по сигналу «Внимание всем!» и другим речевым информациям в условиях стихийных бедствий, аварий катастроф;
- оказывать само- и взаимопомощь при травмах, ожогах, отравлениях, поражении электрическим током и тепловом ударе;
- защищать детей и обеспечивать безопасность при выполнении мероприятий по ГО;

5. При проведении занятий по всем темам программы уделять серьезное внимание выработке обучаемых психологической стойкости, уверенности в надежности средств и способов защиты от последствий чрезвычайных ситуаций

ТЕМЫ
обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на учебно-консультационном пункте Коммунарского сельского поселения

№ п/п	Учебные вопросы	Время, мин
1	Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области, присущие им опасности для населения и возможные способы защиты от них	
1.1	Понятие о ЧС их классификация по виду и масштабу.	10
1.2	Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области.	10
2	Сигналы оповещения об опасностях, порядок их доведения до населения и действия по ним	
2.1	Сигнал «Внимание всем», его предназначение и способы доведения до населения. Действия населения при его получении в различных условиях обстановки	10
2.2	Сигнал «Воздушная тревога» Действия населения при его получении	10
2.3	Сигнал «Радиационная опасность» Действия населения при его получении	15
2.4	Сигнал «Химическая тревога» Действия населения при его получении	10
3	Средства коллективной и индивидуальной защиты. Порядок и правила их применения и использования.	
3.1	Средства коллективной защиты их классификация	10

№ п/п	Учебные вопросы	Время, мин
3.2	Средства индивидуальной защиты (СИЗ) их классификация и правила пользования	15
3.3	Практическое изготовление и применение подручных средств защиты органов дыхания.	15
4	Чрезвычайные ситуации природно-техногенного и биологосоциального характера. Действия при угрозе возникновения	
4.1	Мероприятия, выполняемые при угрозе возникновении ЧС, действия по сигналам «Внимание всем».	15
4.2	Действия населения при оповещении о стихийных бедствиях геофизического и геологического характера, метеорологического и гидрологического характера, при возникновении лесных и торфяных пожаров.	15
4.3	Эвакуация и рассредоточение, защита населения путем эвакуации	15
5	Пожары, действия по их предупреждению и в случае возникновения	
5.1	Действия в случае возникновения пожара.	10
5.2	Оказание первой помощи при ожогах, отравлении угарным газом	10
5.3	Порядок применения первичных средств пожаротушения	10
6	Действия населения при угрозе террористического акта на территории организации и в случае его совершения	
6.1	Действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство. Действия при захвате в заложники и при освобождении	10
6.2	Как вести себя при похищении и став заложником террористов	15
7	Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения	
7.1	Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению	15
7.2	Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в опасных и чрезвычайных ситуациях.	15
8	Правила и порядок оказания первой помощи себе и пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и ЧС. Основы ухода за больными.	
8.1	Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях.	10

№ п/п	Учебные вопросы	Время, мин
8.2	Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны	10
8.3	Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших	10
8.4	Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах	10
8.5	Правила оказания помощи утопающему	10
8.6	Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	10
8.7	Основы ухода за больными	10
8.8	Возможный состав домашней медицинской аптечки.	10
9	Правила безопасности в жилых помещениях при эксплуатации газовых и электрических приборов	15
10	Порядок укрытия населения в защитных сооружениях. Правила пребывания в них. - Порядок действий граждан при объявлении ракетной опасности. - Порядок действий граждан при объявлении беспилотной опасности.	15
11	Доведение других информационных сообщений по тематике ЧС:	
1	Нормативные правовые документы в области ГО и защиты от ЧС	самост.
2	Брошюра «Личная безопасность в чрезвычайных ситуациях»	самост.
3	Информационно – справочные материалы по тематике	самост.
4	Памятки населению по действиям в ЧС	самост.
5	Информационно – справочные материалы стендов УКП по ЧС и ПБ	самост.

Ведущий специалист по делопроизводству
и архивной работе



О.А. Домашенко

Приложение №2
к Постановлению Администрации
Коммунарского сельского поселения
от 06.10.2025г. №379

**План
работы учебно – консультационного пункта
по обучению неработающего населения**

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
1	Январь	1	Тема № 1. Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области, присущие им опасности для населения и возможные способы защиты от них: - Понятие о ЧС их классификация по виду и масштабу. - Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области.	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	
2	Февраль-Март	1	Тема № 2. Сигналы оповещения об опасностях, порядок их доведения до населения и действия по ним: - Сигнал «Внимание всем», его предна-	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
			<p>значение и способы доведения до населения. Действия населения при его получении в различных условиях обстановки.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Сигнал «Воздушная тревога» Действия населения при его получении. - Сигнал «Радиационная опасность» Действия населения при его получении. - Сигнал «Химическая тревога» Действия населения при его получении 				
3	Апрель - Май	1	<p>Тема № 3. Средства коллективной и индивидуальной защиты. Порядок и правила их применения и использования.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Средства коллективной защиты их классификация. - Средства индивидуальной защиты (СИЗ) их классификация и правила пользования. - Средства индивидуальной защиты (СИЗ) их классификация и правила пользования. 	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
4	Май	1	<p>Тема № 4 Чрезвычайные ситуации природно-техногенного и биолого-социального характера. Действия при угрозе возникновения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мероприятия, выполняемые при угрозе возникновения ЧС, действия по сигналам «Внимание всем». - Действия населения при оповещении о стихийных бедствиях геофизического и геологического характера, метеорологического и гидрологического характера, при возникновении лесных и торфяных пожаров. - Эвакуация и рассредоточение, защита населения путем эвакуации 	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
5	Июнь - Июль	1	№ 5 Пожары, действия по их предупреждению и в случае возникновения: - Действия в случае возникновения пожара. - Оказание первой помощи при ожогах, отравлении угарным газом. - Порядок применения первичных средств пожаротушения.	Учебный класс	Практическое занятие	Консультант УКП	
6	Август	1	№ 6. Действия населения при угрозе террористического акта на территории организации и в случае его совершения: - Действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство. Действия при захвате в заложники и при освобождении. - Как вести себя при похищении и став заложником террористов.	Учебный класс	Практическое занятие	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
7	Сентябрь	1	<p>№ 7. Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению. - Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в опасных и чрезвычайных ситуациях. 	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
8	Октябрь	1	<p>Тема № 8. Правила и порядок оказания первой помощи себе и пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и ЧС. Основы ухода за больными:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях. - Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны. - Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших. - Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах. - Правила оказания помощи утопающему. - Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца 	Учебный класс	Практическое занятие	Консультант УКП	

№ п/п	Дата проведения	Количество уч. часов	Номер и название темы	Место проведения	Метод проведения, количество часов	Руководитель занятия	Отметка о выполнении
9	Ноябрь	1	Тема № 9. Правила безопасности в жилых помещениях при эксплуатации газовых и электрических приборов	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	
10	Ноябрь	1	Тема № 10. Порядок укрытия населения в защитных сооружениях. Правила пребывания в них. - Порядок действий граждан при объявлении ракетной опасности. - Порядок действий граждан при объявлении беспилотной опасности.	Учебный класс	Лекция	Консультант УКП	

Ведущий специалист по делопроизводству
и архивной работе



О.А. Домашенко

Лекции
обучения населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций
природного и техногенного характера
на учебно-консультационном пункте
Коммунарского сельского поселения

№ п/ п	Учебные вопросы	Время, мин	страницы
1	Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области, присущие им опасности для населения и возможные способы защиты от них		4 - 9
1.1	Понятие о ЧС их классификация по виду и масштабу.	10	
1.2	Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области.	10	
2	Сигналы оповещения об опасностях, порядок их доведения до населения и действия по ним		10 - 16
2.1	Сигнал «Внимание всем», его предназначение и способы доведения до населения. Действия населения при его получении в различных условиях обстановки	10	
2.2	Сигнал «Воздушная тревога» Действия населения при его получении	10	
2.3	Сигнал «Радиационная опасность» Действия населения при его получении	15	
2.4	Сигнал «Химическая тревога» Действия населения при его получении	10	
3	Средства коллективной и индивидуальной защиты. Порядок и правила их применения и использования.		17 - 25
3.1	Средства коллективной защиты их классификация	10	
3.2	Средства индивидуальной защиты (СИЗ) их классификация и правила пользования	15	
3.3	Практическое изготовление и применение подручных средств защиты органов дыхания.	15	
4	Чрезвычайные ситуации природно-техногенного и биолого-социального характера. Действия при угрозе возникновения		26 - 37
4.1	Мероприятия, выполняемые при угрозе возникновении ЧС, действия по сигналам «Внимание всем».	15	
4.2	Действия населения при оповещении о стихийных бедствиях геофизического и геологического характера, метеорологического и гидрологического характера, при возникновении лесных и торфяных пожаров.	15	
4.3	Эвакуация и рассредоточение, защита населения путем эвакуации	15	
5	Пожары, действия по их предупреждению и в случае возникновения		38 - 44

№ п/ п	Учебные вопросы	Время, мин	страницы
5.1	Действия в случае возникновения пожара.	10	
5.2	Оказание первой помощи при ожогах, отравлении угарным газом	10	
5.3	Порядок применения первичных средств пожаротушения	10	
6	Действия населения при угрозе террористического акта на территории организации и в случае его совершения		45 - 52
6.1	Действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство. Действия при захвате в заложники и при освобождении	10	
6.2	Как вести себя при похищении и став заложником террористов	15	
7	Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения		53 - 69
7.1	Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению	15	
7.2	Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в опасных и чрезвычайных ситуациях.	15	
8	Правила и порядок оказания первой помощи себе и пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и ЧС. Основы ухода за больными.		70 - 102
8.1	Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях.	10	
8.2	Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны	10	
8.3	Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших	10	
8.4	Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах	10	
8.5	Правила оказания помощи утопающему	10	
8.6	Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	10	
8.7	Основы ухода за больными	10	
8.8	Возможный состав домашней медицинской аптечки.	10	
9	Правила безопасности в жилых помещениях при эксплуатации газовых и электрических приборов	15	103 – 105
10	Порядок укрытия населения в защитных сооружениях. Правила пребывания в них; Порядок действий граждан при объявлении ракетной опасности; Порядок действий граждан при объявлении беспилотной опасности.	15	106 - 112
11	Доведение других информационных сообщений по тематике ЧС:		
1	Нормативные правовые документы в области ГО и защиты от ЧС	самост.	январь-ноябрь
2	Брошюра «Личная безопасность в чрезвычайных ситуациях»	самост.	
3	Информационно – справочные материалы по тематике	самост.	

№ п/п	Учебные вопросы	Время, мин	страницы
4	Памятки населению по действиям в ЧС	самост.	
5	Информационно – справочные материалы стендов УКП по ЧС и ПБ	самост.	

Тема 1. Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области, присущие им опасности для населения и возможные способы защиты от них работников организации

1. Понятие о ЧС их классификация по виду и масштабу.

ЧС природного характера, характерные для Ростовской области присущие им опасности и возможные последствия.

Чрезвычайная ситуация – это обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Согласно постановлению Правительства РФ от 21 мая 2007 года № 304 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» ЧС подразделяются на локальные, муниципальные, межмуниципальные, региональные, межрегиональные, федеральные.

Классификация ЧС по зонам распространения,

потерям и ущербу.

Характер ЧС	Зона чрезвычайной ситуации	Количество пострадавших (погибших или получивших ущерб здоровью), либо ущерб окружающей среде и материальных потерь (размер материального ущерба)
Локального характера	Зона ЧС не выходит за пределы территории объекта	Не более 10 чел. не более 100 тыс. руб.
Муниципального характера	Зона ЧС не выходит за пределы территории одного поселения	Не более 50 чел, не более 5 млн. руб.
Межмуниципального характера	Зона ЧС затрагивает территорию 2-х и более поселений	Не более 50 чел, не более 5 млн. руб.

Регионального характера	Зона ЧС не выходит за пределы территории одного субъекта РФ	Свыше 50 чел, но не более 500 чел, свыше 5 млн. руб, но не более 500 млн. руб
Межрегионального характера	Зона ЧС затрагивает территорию 2-х и более субъектов РФ	Свыше 50 чел. но не более 500 чел, свыше 5 млн. руб, но не более 500 млн. руб
Федерального характера		Свыше 500 чел., Свыше 500 млн. руб

Примечание:

- ущерб – потери и издержки, которые нанесены (могут быть нанесены) в результате ЧС;

- поражённый, в чрезвычайной ситуации – человек, заболевший, травмированный или раненый в результате поражающего воздействия источника ЧС;

- пострадавший, в чрезвычайной ситуации – человек, поражённый, либо понесший материальные убытки в результате ЧС;

погибший, в результате ЧС – человек, поражённый в результате возникновения ЧС со смертельным исходом.

Классификация ЧС:

ТЕХНОГЕННЫЕ ЧС: - ЧС, связанные со взрывами и пожарами;

- аварии на химически опасных объектах;

- аварии с [выбросом радиоактивных веществ](#);

- транспортные аварии (происшествия и катастрофы на железнодорожном, автомобильном, авиационном, водном, трубопроводном транспорте);

- гидродинамические аварии;

- внезапное обрушение зданий, сооружений;

- аварии на коммунально-энергетических системах.

ПРИРОДНЫЕ ЧС: - опасные геологические явления;

- опасные гидрологические явления;

- опасные метеорологические явления;

- природные пожары.

БИОЛОГО-СОЦИАЛЬНЫЕ ЧС:

- массовые заболевания:

людей (эпидемии, пандемии);

сельскохозяйственных животных (эпизоотии, панзоотии);

сельскохозяйственных растений (эпифитотии, панфитотии).

- террористические акты;

- межнациональные конфликты;

- забастовки, бунты;

- геноцид;

-демографические кризисы (взрыв, спад).

2. Чрезвычайные ситуации, характерные для Ростовской области.

Ростовская область расположена на юге Восточно-Европейской равнины в северо-западной и юго-восточной части Северного Кавказа. Входит в состав Северо-Кавказского региона.

Площадь области 100,8 тыс. кв. км население 4,3 миллиона человек. В области 12 городских округов, 9 из которых отнесены к группам по ГО, и 43 муниципальных района.

Транспортная инфраструктура развита. Общая длина железных дорог 1937км, автодорог с твёрдым покрытием 12316км, судоходных речных путей 1900км.

По территории области проходят: 3 нефтепровода, 1 продуктопровод и 5 газопроводов.

Специфической особенностью для населения и территории области, является угроза поражающих факторов при возникновении ЧС на радиационно-опасных объектах (РОО), химически опасных объектах (ХОО), взрывопожароопасных объектах (ВПО) и гидросооружениях.

Наиболее вероятными ЧС в Ростовской области являются:

- наводнения (подтопления, затопления и т.п.);
- метеорологические (ураганы, бури, смерчи, сильные дожди, крупный град, снегопады, морозы, жара, засуха и т.п.);
- природные пожары (лесные, степные, полевые);
- оползни;
- аварии на химически-, радиационно-, пожаро- и взрывоопасных объектах;
- аварии на транспорте;
- аварии на Ростовской АЭС;
- прорыв плотины Цимлянского водохранилища.

НАВОДНЕНИЯ – временное затопление части суши в результате подъёма воды в реке, озере, водохранилище или море, наносящее материальный ущерб экономике, социальной сфере и природной среде. Причинами наводнения могут быть: ливневые дожди, обильное и быстрое таяние снега или загромождение русла реки льдом во время ледохода, вследствие ветровых нагонов воды со стороны моря в устья рек, а также при разрушении гидротехнических сооружений. Наводнения занимают первое место в ряду стихийных бедствий по повторяемости, площади охвата территории и суммарному среднему годовому материальному ущербу. В результате наводнения разрушаются здания и сооружения, выходит из строя оборудование, могут быть человеческие жертвы и гибель животных.

Повторяемость подъёмов уровней воды до критических отметок на территории Ростовской области зарегистрирована:

- Таганрогский залив - 1 раз в 5-7 лет;
 - устье реки Дон - 1 раз в 5 лет;
 - реки: Тузлов, Крепкая, Миус, Глубокая, Быстрая, Калитва- 1 раз в 6 лет,
- на остальных реках- 1 раз в 10-12 лет.

В зоне наводнения при половодьях могут оказаться до 100 тыс. человек. Большую потенциальную опасность представляет возможное разрушение плотины Цимлянского водохранилища (высота плотины - 36м, объём воды - 23,86 км³). В ре-

зультате разрушения плотины на территории области возникнет зона катастрофического затопления протяжённостью 312 км и общей площадью затопления 5000 км². В зону затопления попадают 158 населённых пунктов.

При прорыве плотины Цимлянского водохранилища подъём воды в черте г. Ростова-на-Дону начнётся через 11 часов, а максимального уровня в 6,5 м от ординара достигнет через 22 часа.

Предотвратить наводнения оперативными мерами нельзя, основной целью проводимых предупредительных мероприятий является снижение масштабов наводнения, а также потерь и ущерба от него.

Таковыми мероприятиями могут быть:

- строительство прудов и др. искусственных водоёмов в логах, балках и в оврагах для перехвата талых и дождевых вод;
- сооружение ограждающих дамб, сплошного и поучасткового обвалования;
- регулирование паводкового стока с помощью водохранилищ;
- разрушение льда взрывами за 10-15 дней до вскрытия рек;
- уменьшение максимального расхода воды в реке путём перераспределения стока во времени;
- оборудование объездных маршрутов для автотранспорта;
- очистка дренажных дорожных труб, водостоков и др. мероприятия.

Природные пожары – стихийное распространение горения, проявляющееся в уничтожающем действии огня, вышедшего из-под контроля человека.

Самым опасным периодом по пожарам является вторая половина лета и начало осени. Лесные пожары начинаются с возгорания подстилочного материала, сухой травы, кустарника.

Угроза лесных пожаров наиболее вероятна в 22 муниципальных образованиях Ростовской области.

Основными мероприятиями по предотвращению природных пожаров могут быть:

- создание пожарной охраны и организация её деятельности;
- разработка и осуществление мер пожарной безопасности;
- реализация прав, обязанностей и ответственности в области пожарной безопасности;
- проведение пожарной пропаганды и обучение населения мерам пожарной безопасности.

УРАГАНЫ (ШТОРМОВЫЕ ВЕТРЫ) – это ветры силой 12 баллов по шкале Бофорта, т.е. ветры, скорость которых превышает 32,6 м/с (117,3 км/ч). Ураганы на суше разрушают строения, линии связи и электропередач, повреждают транспортные коммуникации и мосты, ломают и вырывают с корнями деревья; при распространении над морем, вызывают огромные волны высотой 10-12 м и более, повреждают суда или даже приводят к их гибели. Уже при скорости ветра более 20 м/с начинаются повреждения лёгких строений, ЛЭП, линий связи. Возможны человеческие жертвы. Ураганы и штормовые ветры зимой могут поднимать в воздух огромные массы снега и вызывать снежные бури, что приводит к заносам, остановке движения автомобильного и железнодорожного транспорта, нарушению систем водо-, газо-, электроснабжения и связи.

По данным многолетних наблюдений на территории области установлена следующая повторяемость ветровых и гололёдных явлений:

- ураганы, сильные бури при скорости ветра 33-37 м/сек - 1 раз в 10 лет (им подвержены юго-западные районы области);
- сильные снегопады и метели при скорости ветра 15 м/сек и более и продолжительности 12 часов и более - 10-12 раз в 20 лет;
- сильный гололёд с толщиной отложений 50 мм и более - 4-5 раз в 20 лет (наиболее им подвержены юго-западные, юго-восточные и центральные районы области).

ОПОЛЗНИ – это скользящее смещение масс горных пород вниз по склону, под влиянием силы тяжести.

На территории Ростовской области в зону возможной активации 11 оползневых массивов попадают 33 населённых пункта на территории 7 районов и 2-х городских округов.

Наиболее сильно оползневые процессы развиты в юго-восточной части города Ростова-на-Дону, вдоль высокого правобережного склона р. Дон. Указанный оползневый район расположен в пределах городской черты, в посёлке Александровка. Район ограничен с севера пр. 40-летия Победы, с юга - берегом р. Дон, с запада - железнодорожной станцией Кизитеринка на продолжении пер. Таллинский и с востока - балкой у профилактория завода «Красный Аксай».

Оползневые явления отмечались на правобережном склоне реки Дон в центральной части города вблизи набережной на участке от ул. Соколова до пер. Семашко. С целью предупреждения ЧС в этом районе систематически проверяется состояние контрольных маячков на оползневых участках. При необходимости устанавливаются дополнительные маячки.

Оползни наносят существенный ущерб народному хозяйству. Они угрожают: движению поездов, автомобильному транспорту, жилым домам и другим постройкам, сельскохозяйственным угодьям.

Наиболее приемлемые способы защиты населения при возникновении рассмотренных ЧС

При угрозе и во время наводнения: жители должны быть заранее оповещены об опасности и подготовлены к действиям при наводнении и, прежде всего, к эвакуации в безопасные места.

Для защиты дома (квартиры) и имущества перед эвакуацией необходимо:

- отключить воду, газ, электричество;
 - потушить огонь в печах отопления;
 - перенести на верхние этажи (чердаки) ценные предметы и вещи;
 - убрать в безопасное место сельскохозяйственный инвентарь;
 - забить окна и двери первых этажей досками или фанерой.
- При получении сообщения о начале эвакуации собрать и взять с собой:
- паспорт и другие необходимые документы, помещённые в непромокаемый пакет;
 - деньги и ценности;
 - медицинскую аптечку;
 - комплект верхней одежды и обуви по сезону;
 - постельное бельё и туалетные принадлежности;
 - трёхдневный запас продуктов питания.

К установленному сроку, прибыть на эвакуационный пункт. При внезапном наводнении необходимо занять ближайшее безопасное место и быть готовым к организованной эвакуации.

При угрозе и в ходе оползней, селей и обвалов:

- население должно быть подготовлено к действиям в случае возникновения ЧС;
- население опасных районов обязано также проводить мероприятия по укреплению домов и участков местности, на которых они возведены, а также участвовать в работах по возведению защитных противооползневых инженерных сооружений;
- первичная информация об угрозе оползней поступает от селевых станций и постов гидрометеорологической службы. Важно, чтобы эта информация была доведена до населения своевременно.

При угрозе оползня и при наличии времени на действия организуется заблаговременная эвакуация населения в безопасные места.

Перед эвакуацией необходимо выполнить:

- вещи со двора и балкона убрать в дом;
- наиболее ценное имущество укрыть от воздействия влаги и грязи;
- закрыть двери и окна;
- электричество, газ, водопровод отключить.

Во всём остальном действуют в соответствии с порядком, установленным для организованной эвакуации.

При угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей:

- информация об угрозе ЧС доводится заблаговременно, с учётом времени, необходимого населению для подготовки и занятия выбранных мест защиты;
- с получением сигнала население приступает к работам по повышению устойчивости зданий и других мест расположения людей;
- с получением информации о приближении урагана или сильной бури жители занимают ранее подготовленные места в зданиях или укрытиях;
- при вынужденном пребывании под открытым небом необходимо удалиться от зданий и укрыться в оврагах, ямах, рвах, канавах, кюветах дорог. При этом нужно лечь на дно укрытия и плотно прижаться к земле;
- если ураганы и бури сопровождаются грозой, следует избегать ситуаций, при которых возрастает вероятность поражения электрическими зарядами. Поэтому, нельзя укрываться под отдельно стоящими деревьями, столбами и мачтами, близко подходить к опорам линий электропередач.

При возникновении лесного пожара. Жители района, в котором возник лесной пожар, оповещаются о возникновении пожара, направлении его движения и опасности распространения на жилой сектор и другие объекты.

При угрозе приближения фронта пожара к населённому пункту, жители должны осуществлять меры по предупреждению возгорания строений. Одновременно подготавливается к эвакуации или складированию в безопасных местах имущество, готовится к выводу или выводится из зоны угрозы домашний скот.

В случае приближения огня непосредственно к строениям и увеличения угрозы массового пожара, производится эвакуация нетрудоспособного населения: стариков, инвалидов, больных, беременных женщин, детей.

На случай общей эвакуации жители готовятся к ней путём заблаговременного сбора наиболее ценных вещей, документов, подготовки личных транспортных средств. В этот период, они должны получить информацию о способах эвакуации, местах сбора и возможных маршрутах движения.

Тема №2. Сигналы оповещения об опасностях, порядок их доведения до населения и действия по ним

Для решения задач оповещения населения в стране созданы и содержатся в постоянной готовности к работе системы централизованного оповещения федерального, межрегионального, регионального, муниципального и объектового уровней.

Создание, совершенствование и поддержание в постоянной готовности к использованию систем оповещения и информирования населения при угрозе и возникновении ЧС является одним из основных мероприятий управления, проводимых администрациями и органами местного самоуправления на всех уровнях по защите населения и территорий.

Основными требованиями, предъявляемыми к системам оповещения и информирования населения, являются:

- постоянная их готовность к использованию;
- оперативность задействования сетей оповещения и информирования;
- использование современных средств оповещения, сетей связи и вещания, обеспечивающих максимальный охват населения, независимо от времени суток, мест его нахождения и проживания в минимальные сроки.

Решение на задействование системы оповещения любого уровня принимает соответствующий руководитель. Системы оповещения можно отнести к первичным активным средствам, с задействованием которых решается задача защиты населения.

Сигнал «Внимание всем», его предназначение и способы доведения до населения. Действия населения при его получении в различных условиях обстановки

Основной способ оповещения населения об опасностях - это передача информации и сигналов оповещения по сетям телевизионного вещания и радиовещания.

Современная система оповещения предполагает также отображение сигналов оповещения, предупреждающей, учебной и другой информации на электронных табло в местах массового пребывания людей и на мобильных устройствах (телефоны, планшеты) в виде специальных выпусков, электронных плакатов, видеороликов, бегущей строки.

Предупредительный сигнал оповещения «Внимание всем» принят в системе гражданской обороны 2 января 1989 г. для оповещения населения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также в условиях войны.



До населения сигнал оповещения «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» доводится при помощи сирен.

Кроме того, для передачи предупредительного сигнала населению «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» могут быть использованы прерывистые гудки промышленных предприятий и транспортных средств.

Сирены устанавливаются в населенных пунктах с населением более 500 человек. Они размещаются на крышах высоких зданий и охватывают площадь звукопокрытия в городе 0,3-0,7 км². В СГУ сирена установлена на крыше учебного корпуса № 9.



Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» предназначен для того, чтобы привлечь внимание населения на необходимость прослушать экстренное речевое сообщение о случившемся.

Время передачи предупредительного сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» составляет 5 минут.

С целью своевременного предупреждения населения о возникновении непосредственной опасности применения противником ядерного, химического, бактериологического (биологического) или другого оружия и необходимости применения мер защиты установлены следующие сигналы оповещения гражданской обороны: «Воздушная тревога», «Отбой воздушной тревоги», «Радиационная опасность», «Химическая тревога».

Сигнал «Воздушная тревога» подается с возникновением непосредственной опасности угрозы воздушного нападения противника и означает, что удар может последовать в ближайшее время. До населения этот сигнал доводится после подачи предупредительного сигнала оповещения «Внимание всем» при помощи сирен, радиовещания и телевидения в течение 2–3 минут. Сигнал повторяется несколько раз и дублируется прерывистыми гудками на транспорте, а также с помощью ручных сирен, электромегафонов и других звуковых средств. По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание! Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога!»

Жители, находящиеся дома, отключают электроэнергию, газ, воду, закрывают окна. Взяв с собой средства индивидуальной защиты, одежду, документы, запас продуктов и воды, организованно направляются в закрепленное за их домом защитное сооружение ГО.

СИГНАЛЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ. ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ

СИГНАЛ

«ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»

Способ подачи сигнала:  Объявление по радиотрансляционным и телевизионным приемникам информации о воздушной опасности в течение 5 минут непрерывно открытым текстом: **«ВНИМАНИЕ! ГОВОРIT ОРГАН УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ! ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА!»** и объяснение кратких действий по этому сигналу

С какой целью подается:  Для предупреждения персонала и населения о непосредственно возникшей опасности нападения противника

Действия по сигналу:  Отключить свет, воду. Взять средства индивидуальной защиты, документы, запас продуктов и воды. Быстро занять места в закрепленном за вами защитном сооружении (убежище, подвале, цокольном помещении первых этажей, зданий сооружений).
СОБЛЮДАТЬ СПОКОЙСТВИЕ И ПОРЯДОК.
Находиться в убежище до следующего сообщения органа управления ГО о дальнейших действиях.

Орган управления ГО

На объектах производится безаварийная остановка производства. Там, где по технологическому процессу или требованиям безопасности нельзя остановить производство – остаются дежурные, для которых строятся индивидуальные убежища.

Уличное движение автомобильного транспорта также прекращается.

Сигнал «Воздушная тревога» может застать людей в любом месте и в самое неожиданное время.

Во всех случаях следует действовать быстро, но спокойно, уверенно и без паники. Строгое соблюдение правил поведения по этому сигналу - значительно сокращают потери людей.

Сигнал «Отбой воздушной тревоги» подается, если удар не состоялся или его последствия не представляют опасности для укрываемых. Для передачи сигнала используются радио и телевидение, подвижные громкоговорящие установки.

По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание! Граждане! Отбой воздушной тревоги! Отбой воздушной тревоги!»

СИГНАЛЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ

СИГНАЛ
«ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ»

Способ подачи сигнала: Объявление по радиотрансляционным и телевизионным приемникам информации об отбое сигнала:
«ВНИМАНИЕ! ГОВОРIT ОРГАН УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ! ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ!»



С какой целью подается: Разрешение персоналу и населению покинуть защитные сооружения



Действия по сигналу: Взять с собой все принесенные средства защиты, продукты питания, воду и личные вещи и покинуть защитное сооружение.
Продолжать выполнение своих обязанностей, прерванных предыдущим сигналом.



Орган управления ГО

По этому сигналу население с разрешения комендантов защитных сооружений ГО покидает их. Рабочие и служащие возвращаются на свои рабочие места и приступают к работе.

В городах (районах), по которым противник нанес удары оружием массового поражения, для укрываемых передается информация об обстановке, сложившейся вне укрытий, о принимаемых мерах по ликвидации последствий нападения, правилах поведения населения и другая необходимая информация для последующих действий укрываемых.

Сигнал «Радиационная опасность» подается в населенных пунктах и районах, по направлению к которым движется радиоактивное облако, образовавшееся при взрыве ядерного боеприпаса и которым грозит непосредственная угроза радиоактивного заражения. Под непосредственной угрозой радиоактивного заражения понимается вероятность заражения данной территории выпадающими радиоактивными осадками в течение одного часа. Для подачи сигнала используются радиовещание и телевидение, а также другие местные технические средства связи и оповещения.

СИГНАЛЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ

СИГНАЛ

«РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»

Способ подачи сигнала: Объявление по радиотрансляционным и телевизионным приемникам информации об угрозе химического заражения в течение 5 минут непрерывно открытым текстом: **«ВНИМАНИЕ! ГОВОРИТ ОРГАН УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ! РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ!»** и объяснение кратких действий по этому сигналу



С какой целью подается: Для предупреждения персонала и населения о радиоактивном заражении местности. Принятие мер защиты от него.



Действия по сигналу: Немедленно надеть средства защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки, противопыльные тканевые маски), взять подготовленный запас продуктов, воды, документы и уйти в защитные сооружения (убежища, противорадиационные укрытия, полуподвалы, первые этажи зданий), провести их герметизацию и находится там до других распоряжений штаба гражданской обороны. Радиотрансляционные и телевизионные приемники держать включенными.



Орган управления ГО

По сигналу «Радиационная опасность» необходимо принять йодистый препарат, выданный по месту работы или жительства, надеть респиратор, противопылевую тканевую маску или ватно-марлевую повязку, а при их отсутствии – противогаз, взять подготовленный запас продуктов, индивидуальные средства медицинской защиты, предметы первой необходимости и укрыться в защитном сооружении.

Сигнал «Химическая тревога» подается при угрозе или непосредственном обнаружении химического или бактериологического нападения (заражения). По этому сигналу необходимо быстро надеть противогаз, а в случае необходимости - средства защиты кожи и при первой же возможности укрыться в защитном сооружении ГО. Если защитного сооружения поблизости не окажется, то от поражения аэрозолями отравляющих веществ и бактериальных средств можно укрыться в жилых, производственных или подсобных помещениях.

СИГНАЛЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ

СИГНАЛ

«ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»

Способ подачи сигнала: Объявление по радиотрансляционным и телевизионным приемникам информации об угрозе химического заражения в течение 5 минут непрерывно открытым текстом: **«ВНИМАНИЕ! ГОВОРIT ОРГАН УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ! ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА!»** и объяснение кратких действий по этому сигналу



С какой целью подается: Для предупреждения персонала и населения о химическом заражении местности и защите от отравляющих веществ.
Принятие мер защиты от них.



Действия по сигналу: Немедленно надеть противогазы (если имеется – защитную одежду). Плотнo закрыть все окна и двери и убраться в убежище. Если такового поблизости нет – то принять антиод, провести герметизацию окон, дверей, вентиляционных люков и оставаться в помещении до сигнала **«ОТБОЙ ХИМИЧЕСКОЙ ТРЕВОГИ»** или других команд штаба ГО, при этом приемники не отключать. Находясь на открытой местности – надеть противогаз и укрыться в ближайшем убежище или помещении.



Орган управления ГО

Если будет установлено, что противник применил бактериологическое (биологическое) оружие, то по системам оповещения население получит рекомендации о последующих действиях.

О том, что опасность нападения противника миновала, и о порядке дальнейших действий распоряжение поступит по тем же каналам связи, что и сигнал оповещения.

СИГНАЛЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ

ИНФОРМАЦИЯ

ОБ АВАРИИ, КАТАСТРОФЕ, СТИХИЙНОМ БЕДСТВИИ

Способ подачи сигнала: Объявление по радиотрансляционным и телевизионным приемникам информации о случившейся аварии, катастрофе, стихийном бедствии в течение 5 минут непрерывно открытым текстом: **«ВНИМАНИЕ! ГОВОРIT ОРГАН УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ! ОПАСНОСТЬ!»** далее следует информация о случившемся и правилах поведения в данном конкретном случае и дальнейших действиях



С какой целью подается: Для предупреждения персонала и населения о случившейся аварии, катастрофе, стихийном бедствии



Действия по сигналу: Для каждого конкретного случая отдельно (при угрозе или возникновении чрезвычайной ситуации) разрабатываются подробные руководства к действию.



Орган управления ГО

Заключение

Наши практические действия, начинаются по сигналу «Внимание всем!» и заканчиваются, когда мы обеспечим себе полную безопасность жизни и работы в конкретной чрезвычайной ситуации. Чем раньше мы этого добьемся, тем лучше и поэтому временной фактор совместно с правильными и умелыми нашими действиями играет важную роль.

Умение населения правильно действовать в условиях чрезвычайной ситуации и умение правильно использовать полученную информацию может сократить количество жертв до минимума. Поэтому необходимо знать сигналы оповещения ГО и уметь правильно действовать по ним.

Непосредственная защита населения и территорий от ЧС мирного и военного времени начинается с организации оповещения должностных лиц ГО и граждан, находящихся в зоне действия ЧС.

В связи с этим, контроль обучения всех категорий населения действиям по сигналам гражданской обороны является одним из приоритетных направлений деятельности надзорных органов.

Обязательные требования по данному направлению установлены Постановлениями Правительства Российской Федерации от 2.11.2000 г. № 841 «Об утверждении положения об организации обучения населения в области гражданской обороны» и от 4 сентября 2003 г. № 547 «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Тема 3. Средства коллективной и индивидуальной защиты. Порядок и правила их применения и использования.

1. К средствам коллективной защиты относятся защитные сооружения. Заполнение защитных сооружений производится по сигналам гражданской обороны «Воздушная тревога», «Радиационная опасность» и «Химическая тревога».

Защитные сооружения ГО классифицируются:

1) по защитным свойствам:

а) Убежище - это защитное сооружение ГО, предназначенное для защиты укрываемых от воздействия поражающих факторов ядерного, химического оружия и обычных средств поражения, бактериальных (биологических) средств и поражающих концентраций АХОВ, возникающих при аварии на потенциально опасных объектах, от высоких температур и продуктов горения при пожарах, а также от обвалов и разрушений.



Приводится в готовность для приёма укрываемых в сроки не более 12 часов.

Состоит из основных помещений (отсек для людей, пункт управления, медицинский пункт) и вспомогательных помещений (фильтровентиляционное помещение, дизельная электростанция, санитарный узел, помещение для ГСМ, помещение для продовольствия, вход в убежище, аварийный выход с тамбуром).

Системы жизнеобеспечения убежищ обеспечивают непрерывное пребывание в них рас-

четного количества укрываемых в течение двух суток.

Система воздухообеспечения обеспечивает укрываемых необходимым количеством воздуха, нужной температурой (не выше 23°C), влажностью (не более 70%) и газовым составом (содержание углекислого газа в воздухе не более 1%).

В убежищах предусматриваются следующие режимы вентиляции:

- чистой - наружный воздух очищается от пыли;
- фильтровентиляции - воздух пропускается через фильтры-поглотители, где очищается от всех вредных примесей, веществ и пыли;
- изоляции и регенерации, т.е. восстановление газового состава - данный режим предусматривается в убежищах, расположенных на нефтеперерабатывающих предприятиях или в районах возможного химического заражения (загрязнения).

Система водоснабжения обеспечивает укрываемых водой для питья и гигиенических нужд от наружной водопроводной сети. На случай выхода водопровода из строя предусмотрен аварийный запас воды, в котором только питьевая вода (из расчета 3 л в сутки на человека). При отсутствии стационарных баков устанавливают переносные емкости (бочки, бидоны, ведра).

Каждое убежище имеет систему канализации. Санузел размещен в помещении, изолированном перегородками от отсеков убежища, и имеет вытяжку.

Система отопления работает от отопительной сети здания, под которым расположено убежище, и представляет собой радиаторы или гладкие трубы, проложенные вдоль стен убежища.

Электроснабжение осуществляется от городской (объектовой) электросети, в аварийных случаях - от дизельной электростанции, находящейся в одном из помещений убежища. В сооружениях без автономной электростанции предусматривают аккумуляторы, различные фонари, свечи.

Запас продуктов питания создается из расчета не менее чем на двое суток для каждого укрываемого.

Медицинское обслуживание осуществляет санитарный пост или медицинский пункт объекта.

В помещении (в отсеках), где находятся люди устанавливаются двухъярусные или трехъярусные скамьи (нары): нижние - для сидения, верхние - для лежания.

По пути к убежищу и при входе в него надо соблюдать строгий порядок: не толпиться, не обгонять впереди идущих. Войдя в убежище, следует занять свободное место или место, указанное дежурным, и в дальнейшем выполнять указания звена по обслуживанию защитного сооружения. Закрытие защитно-герметических дверей убежища производится по команде руководителя ГО или, не дожидаясь команды, после заполнения сооружения до установленной вместимости по решению руководителя звена по обслуживанию защитного сооружения. Укрываемые прибывают в убежище со средствами индивидуальной защиты, размещаются на сборно-разборных нарах. В условиях переполнения убежища укрываемые могут размещаться в проходах и тамбурах.

В защитных сооружениях ежедневно производится двухразовая уборка помещений силами укрываемых. Обслуживание оборудования и уборка технических помещений производится личным составом звена по обслуживанию защитного сооружения.

Оповещение укрываемых об обстановке вне защитного сооружения и о поступающих сигналах и командах осуществляется руководителем звена по обслуживанию защитного сооружения или пунктом управления ГО объекта по радиотрансляционной сети.

б) Укрытие - защитное сооружение ГО, предназначенное для защиты укрываемых от фугасного и осколочного действия обычных средств поражения, поражения обломками строительных конструкций, а также от обрушения конструкций вышерасположенных этажей зданий различной этажности. В качестве укрытий могут быть подвалы, подполы, погреба, внутренние помещения зданий, подземные парковки.

2) по вместимости: малые (до 150 укрываемых), средние (до 600 укрываемых), большие (свыше 600 укрываемых).

3) по месту расположения: встроенные (расположены в подвальных и цокольных помещениях зданий) и отдельно стоящие (расположены вне зданий).

4) по назначению: для размещения пунктов управления и для укрытия населения.

5) по времени возведения: построенные заблаговременно (строятся в мирное время) и быстровозводимые (строятся при введении военного положения).

Укрываемым в защитных сооружениях запрещается:

- шуметь, курить, употреблять спиртные напитки, приводить домашних животных;
- приносить вещества с резким запахом, громоздкие вещи;
- выходить из защитного сооружения, открывать двери, ходить без особой надобности по защитному сооружению.

2. **Средства индивидуальной защиты (СИЗ)** – это технические или иные средства, применяемые для предотвращения или уменьшения воздействия опасных и вредных производственных факторов и предназначенные для защиты от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств.

СИЗ классифицируются:

1) по принципу защиты:

а) *фильтрующие* (заражённый воздух очищается от содержащихся в нём вредных примесей и затем поступает в органы дыхания, а выдыхаемый воздух удаляется наружу), к ним относятся:

- противогазы;
- респираторы;
- самоспасатели;
- простейшие.

б) *изолирующие* (необходимый для дыхания воздух освобождается от углекислого газа и обогащается кислородом в регенеративном патроне, снаряжённом специальным веществом), к ним относятся:

- противогазы;
- дыхательные аппараты;
- простейшие.

2) по назначению:

- средства индивидуальной защиты органов дыхания;
- средства защиты кожи;
- медицинские средства защиты.

Противогазы предназначены для защиты органов дыхания, лица и глаз человека от вредных примесей, находящихся в воздухе. В настоящее время используются фильтрующие противогазы ГП-7 и его модификации. Составляющие: поглощающая коробка, лицевая часть (маска), сумка для противогаза, соединительная трубка с запотевающими плёнками.

Перед применением противогаза необходимо проверить на исправность и герметичность.



Осматривая лицевую часть, следует удостовериться в том, что рост шлема-маски соответствует требуемому. Затем определить ее целостность, обратив внимание на стекла очкового узла. После этого проверить клапанную коробку, состояние клапанов. Они не должны быть покороблены, засорены или порваны. На фильтрующе-поглощающей коробке и горловине не должно быть вмятин, ржавчины, проколов и иных повреждений.

Подбор лицевой части необходимого типоразмера противогаза осуществляется на основании результатов измерения мягкой сантиметровой лентой горизонтального и вертикального обхвата головы. По сумме двух измерений устанавливают нужный типоразмер роста маски и положение (номер) упоров лямок наголовника, в котором они зафиксированы. Первой цифрой указывается номер лобной лямки, второй - височных, третьей - щечных.

Лицевую часть противогаза перед надеванием необходимо протереть снаружи и внутри слегка смоченной тряпочкой, а клапаны выдоха продуть. При обнаружении в противогазе повреждений их устраняют, а при невозможности сделать это - противогаз заменяют исправным.

Проверенный противогаз в собранном виде укладывают в сумку: снизу кладут фильтрующе-поглощающую коробку, сверху шлем-маску.

Противогаз носят вложенным в сумку. Плечевая лямка перебрасывается через правое плечо, сама сумка - на левом боку.

Надевают противогаз по команде «Газы!», по другим распоряжениям, а также самостоятельно при обнаружении признаков заражения.

Пользование противогазом:

- задержать дыхание, закрыть глаза;
- снять головной убор и зажать его между коленями или положить рядом;
- вынуть шлем-маску из сумки, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри;
- подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы не было складок, а очки прищлись против глаз;
- сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;
- надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище, если это не было сделано ранее.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу.

Необходимость делать сильный выдох перед открыванием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из-под шлем-маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания.

При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно. Не надо делать резких движений. Если есть необходимость бежать, то начинать это следует трусцой, постепенно увеличивая темп.

Противогаз снимается по команде «Противогаз снять!». Для этого надо приподнять одной рукой головной убор, другой взяться за клапанную коробку, слегка оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и вверх снять ее, надеть головной убор, вывернуть шлем-маску, тщательно протереть и уложить в сумку. Самостоятельно (без команды) противогаз можно снять только в случае, если станет достоверно известно, что опасность поражения миновала.

При пользовании противогазом зимой возможно отвердевание резины, замерзание стекол очкового узла, смерзание лепестков клапанов выдоха или примерзание их к клапанной коробке. Для предупреждения и устранения перечисленных неисправностей необходимо при нахождении в зараженной зоне периодически обогревать лицевую часть противогаза, помещая ее за борт верхней одежды (пальто, шуба, тулуп, пуховик). Если до надевания шлем-маска все же замерзла, следует слегка размять ее и, надев на лицо, отогреть руками до полного прилегания к лицу. При надетом противогазе предупредить замерзание клапанов выдоха можно, обогревая время от времени клапанную коробку руками, одновременно продувая (резким выдохом) клапаны выдоха.

Респиратор Р-2 применяется для защиты органов дыхания от радиоактивной и грунтовой пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств.

Представляет собой фильтрующую полумаску, снабжённую двумя вдыхательными



клапанами и одним выдыхательным клапаном с предохранительным экраном, оголовьем, состоящим из эластичных и нерастягивающихся тесёмок, и носовым зажимом. При вдохе воздух проходит через всю наружную поверхность полиуретана и фильтр, очищается от пыли и через вдыхательные клапаны попадает в органы дыхания. При выдохе воздух выходит наружу через выдыхательный клапан.

Хранится респиратор в полиэтиленовом пакете с кольцом.

Изготавливаются респираторы Р-2 трех размеров. Размер обозначен на внутренней подбородочной части полумаски и на этикетке, вложенной в полиэтиленовый пакет.



Подбор респиратора осуществляется по размерам, которые определяются по результатам измерения высоты лица (расстояния между точкой наибольшего углубления переносья и самой низкой точкой подбородка).

Для надевания респиратора Р-2 необходимо:

- вынуть респиратор из пакета, для чего надрезать (надорвать) край верхнего сварного шва пакета и аккуратно вскрыть пакет;

- надеть полумаску на лицо так, чтобы подбородок и

нос разместились внутри нее;

- надеть оголовье так, чтобы одна нерастягивающаяся тесьма располагалась на теменной части головы, а другая на затылочной; при необходимости с помощью пряжек отрегулировать длину эластичных тесемок, для чего необходимо снять полумаску и снова надеть;

- прижать концы носового зажима к носу.

Для проверки плотности прилегания надетой полумаски к лицу необходимо ладонью руки плотно закрыть отверстия предохранительного экрана выдыхательного клапана и сделать легкий выдох. Если при этом по линии прилегания респиратора к лицу воздух не выходит, а лишь несколько раздувает полумаску, респиратор надет герметично; если чувствуется, что воздух проходит в области-крыльев носа, то надо плотнее прижать к носу концы носового зажима. Если герметично надеть респиратор не удастся, необходимо сменить его размер.

При пользовании респиратором необходимо периодически проверять плотность прилегания полумаски к лицу. Для удаления влаги из подмасочного пространства через выдыхательный клапан нужно нагибать голову вниз. При обильном выделении влаги можно на 1-2 мин снять респиратор, вылить влагу из внутренней полости полумаски, протереть внутреннюю поверхность и снова надеть респиратор.

После снятия респиратора необходимо произвести его дезактивацию путем удаления пыли с наружной части полумаски осторожным постукиванием полумаской о какой-либо предмет. Внутренняя поверхность полумаски протирается влажным тампоном

(тряпочкой), при этом полумаска не выворачивается. Затем респиратор укладывается в пакет, закрывается с помощью кольца.

Самоспасатели являются средствами кратковременного и одноразового применения и предназначены для экстренного применения в случае пожара, аварий и обеспечивают выход людей из опасной зоны.



Самоспасатель ГДЗК предназначен для защиты органов дыхания, глаз и головы от дыма и токсичных газов, в том числе и оксида углерода, который образуется при пожарах. Обеспечивает защиту от токсичных газов в течение 30 минут. Применяется при эвакуации взрослых и детей старше 10 лет во время пожара в высотных

и административных зданиях и других объектах с массовым пребыванием людей.

Комплектация: термостойкий капюшон со смотровой плёнкой, резиновая полумаска с клапаном выдоха, фильтрующе-поглощающий патрон.

Порядок применения:

- герметичный пакет извлечь из сумки, разорвать его по надрезу, достать самоспасатель;
- растянуть шейный обтюратор, надеть капюшон, прижать полумаску плотно к лицу;
- подтянуть ремни оголовья вперед и вниз;
- спокойно дышать, покинуть опасную зону.

В безопасной зоне ослабить ремни оголовья, потянув назад за язычки пряжек. Снять капюшон.

К **простейшим средствам защиты органов дыхания** относятся противопыльная тканевая маска (ПТМ-1) и ватно-марлевая повязка. Применяются для защиты органов дыхания от радиоактивной пыли, аэрозолей и бактериальных средств. От отравляющих веществ не защищают.

Ватно-марлевая повязка - средство защиты разового пользования. При использовании ватно-марлевой повязки глаза необходимо защищать очками. После использования ее уничтожают (зарывают в землю, сжигают).

Средства защиты кожи защищают кожный покров человека от опасных химических, радиационных, биологических, отравляющих и иных воздействий. Средства защиты кожи делятся на специальные (сертифицированные) и подручные (куртки, дождевые плащи с капюшоном из прорезиненной ткани или синтетического материала, пальто, резиновые сапоги, кожаные перчатки и т.д.).

Специальные средства защиты кожи подразделяются на:

1) *Изолирующие (воздухонепроницаемые)* - изготавливают из воздухонепроницаемых материалов, обычно из специальной эластичной и морозостойкой прорезиненной ткани. Могут быть герметичными (закрывают все тело и защищают от паров и капель отравляющих веществ) и негерметичными (защищают только от капель отравляющих веществ).

К изолирующим средствам защиты кожи относятся:

а) костюм изолирующий химический (КИХ-4М, КИХ-5М, КИХ-6) - предназначен для защиты от воздействия жидкого и газообразного хлора и аммиака при проведении аварийно-спасательных работ;

б) костюм химзащиты «Стрелец КИО» - предназначен для защиты от воздействия сильнодействующих ядовитых веществ, высококонцентрированного хлора, аммиака, концентрированных минеральных кислот (азотной, серной, соляной, фосфорной, олеума), щелочей при выполнении газоспасательных и профилактических работ.

2) *Фильтрующие (воздухопроницаемые)* - изготавливают в виде хлопчатобумажного обмундирования и белья, пропитанных специальными химическими веществами. Пропитка тонким слоем обволакивает нити ткани, а промежутки между нитями остаются свободными; вследствие этого воздухопроницаемость материала сохраняется, а пары отравляющих веществ при прохождении зараженного воздуха через ткань поглощаются. Фильтрующими средствами защиты кожи может быть обычная одежда и белье, если их пропитать, например, мыльно-масляной эмульсией.

К фильтрующим средствам защиты кожи относятся:

а) общевойсковой защитный комплект (ОЗК) - предназначен для защиты кожных покровов, обмундирования и снаряжения от отравляющих веществ, бактериальных средств, радиоактивной пыли и аварийно химически опасных веществ;

б) костюм Л-1 - предназначен для защиты кожи, одежды и обуви от различного рода воздействий (отравляющие вещества, радиоактивная пыль, нефть, токсичные вещества, кислоты, щелочи и пр.) и используется при ведении радиационной, химической и бактериологической разведки, химической промышленности, при проведении дегазационных, дезактивационных, дезинфекционных работ, на местности зараженной опасными веществами;

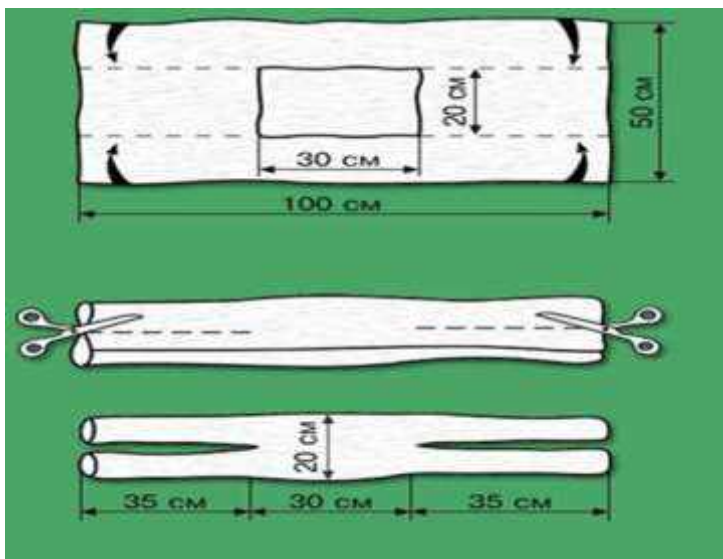
в) защитная фильтрующая одежда (ЗФО) - предназначена для защиты кожных покровов человека от бактериальных аэрозолей, радиоактивной пыли.

Средства защиты рук призваны обезопасить кожу рук от химических и термических ожогов, порезов, обморожения, электрических травм и иных вредных факторов. К средствам защиты рук относятся рукавицы (брезентовые, комбинированные, двупалые), перчатки (хлопчатобумажные, резиновые, диэлектрические, комбинированные, с полимерным покрытием и др.).

3. Практическое изготовление и применение подручных средств защиты органов дыхания.

Ватно-марлевую повязку можно изготовить самостоятельно. Должна закрывать подбородок, рот и нос до глаз. Для детей и взрослых размеры не отличаются. Концы повязки завязывают: нижние на темени, верхние на затылке.





Для изготовления ватно-марлевой повязки требуется кусок марли длиной 100 см, шириной 50 см. В средней части куска марли на площади 30х20 см положить ровный слой ваты толщиной 1-2 см. Свободные от ваты концы марли по всей длине куска с обеих сторон завернуть, закрывая вату. Концы марли (около 30-35 см) с обеих сторон посередине разрезать, чтобы образовалось две пары завязок. Завязки закрепить стежками ниток (обшить).

Применяется:

- при заражении воздушной среды парами хлора повязку следует смочить в 2%-м растворе пищевой соды;
- при заражении воздуха парами аммиака повязку необходимо смочить 5%-м раствором уксусной или лимонной кислоты;
- при высоком содержании в воздухе дыма, пыли или смога, для эффективной защиты, повязку следует увлажнить водой;
- при необходимости защиты от инфекций, распространяющихся воздушно-капельным путем (грипп, дифтерия и пр.), повязка должна оставаться сухой.

Противопыльная тканевая маска (ПТМ) предназначена для защиты органов дыхания и глаз от радиоактивной пыли детей (от 3 лет) и взрослых.



Противопыльная тканевая маска состоит из корпуса и крепления. Корпус изготавливается из четырех-пяти слоев ткани: два-три внутренних слоя - из плотных тканей (фла-

нель, шерстяная ткань с начесом), верхний - из неплотной (штапель, трикотаж). Крепление делается из одного слоя любой ткани.

В корпусе вырезаны смотровые отверстия со вставленными в них стёклами. На голове маска крепится полосой ткани, пришитой к боковым краям корпуса. Плотное прилегание маски к голове обеспечивается при помощи резинки в верхнем шве и завязок в нижнем шве крепления, а также при помощи поперечной резинки, пришитой к верхним углам корпуса маски. Воздух очищается всей поверхностью маски в процессе его прохождения через ткань при входе.

Последовательность изготовления ПТМ:

- а - обрабатывают смотровые отверстия, затем их вырезают;
- б - подготовленные левую и правую половины корпуса маски соединяют и стачивают;
- в - внутреннюю часть маски вкладывают в наружную, вставляют стекла в смотровые отверстия;
- г - наружные края маски окантовывают плотной тесьмой;
- д - обрабатывают крепление, вставляют резинку и завязки в верхний шов крепления и закрепляют их;
- е - корпус маски соединяют с креплением двумя строчками с каждой боковой стороны.

Противопыльную тканевую маску надевают следующим образом:

Снимают головной убор, поперечную резинку и крепление перебрасывают на наружную сторону маски, берут обеими руками за нижний край крепления так, чтобы большие пальцы были обращены наружу, плотно прикладывают нижнюю часть корпуса маски к подбородку, крепление отводят за голову и ладонями плотно прижимают маску к лицу. Затем, расправив крепление на голове, стягивают его, завязывают концы затылочных завязок и натягивают на голову поперечную резинку, придавая маске наиболее удобное положение на лице. Смотровые отверстия маски должны находиться строго перед глазами, чтобы обеспечивался хороший обзор. После этого надевают головной убор.

Противопыльную тканевую маску снимают по команде или самостоятельно, как только минует опасность поражения, делают это осторожно. При выходе из заражённого района противопыльную тканевую маску дезактивируют: чистят (выколачивают радиоактивную пыль), стирают в горячей воде с мылом и тщательно прополаскивают, меняя воду.

При отсутствии ПТМ и ватно-марлевой повязки можно использовать любую ткань, сложенную в несколько слоев, полотенце, шарф, платок и т. п.

ТЕМА № 4: «Чрезвычайные ситуации природно-техногенного и биолого-социального характера. Действия при угрозе возникновения».

1. Мероприятия, выполняемые при угрозе возникновении ЧС, действия по сигналам «Внимание всем».
2. Действия населения при оповещении о стихийных бедствиях геофизического и геологического характера, метеорологического и гидрологического характера, при возникновении лесных и торфяных пожаров.
3. Эвакуация и рассредоточение, защита населения путем эвакуации.

Вопрос 1. Мероприятия, выполняемые при угрозе возникновении ЧС, действия по сигналу «Внимание всем».

К основным мероприятиям, проводимых органами управления ГО и РСЧС в случае угрозы или возникновении ЧС мирного и военного времени относятся:

оповещение населения об опасности, его информировании о порядке действий в сложившихся чрезвычайных условиях;

эвакуация и рассредоточение;

прогнозирование обстановки;

инженерная защита населения и территорий;

радиационная и химическая защита;

медицинская защита;

обеспечение пожарной безопасности.

Мероприятия при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации (режим повышенной готовности).

Информация об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации может поступить должностным лицам:

- из администрации муниципального образования;
- от оперативного дежурного ЕДДС МО по телефону, телеграммой;
- от первого заметившего угрозу возникновения ЧС, аварии (по телефону, непосредственным сообщением).

С получением информации дежурный вахтер (секретарь, другое должностное лицо доводит информацию до руководителя организации или лицу его замещающему и по его указанию производит оповещение должностных лиц соответствующих организаций согласно схеме оповещения.

Оповещение об угрозе чрезвычайной ситуации осуществляется должностными лицами организации, дежурными (вахтерами) путем передачи информации по имеющимся каналам телефонной связи, посыльными.

С прибытием (сбором) должностных лиц или комиссии по чрезвычайным ситуациям, на основании полученной информации и данных об обстановке:

- проводит совещание с постановкой конкретных задач, исходя из сложившейся обстановки;
- организует контроль за развитием обстановки и разведку на территории, где возникла угроза ЧС или аварии;
- при необходимости организует круглосуточное дежурство из числа должностных лиц организации или на месте возможной ЧС;
- при необходимости принимает решение об оповещении сотрудников и информировании его о действиях в случае возникновения ЧС;

- приводятся по необходимости в готовность нештатные формирования (добровольные пожарные дружины, лесопожарные команды и т.д.);
- уточняется « План действий по защите населения по предупреждению и ликвидации ЧС» при угрозе чрезвычайной ситуации и мероприятия по взаимодействию с организациями, органами управления, дежурными службами всех уровней и их привлечение;
- при необходимости останавливаются (отключаются) системы теплоснабжения, водоснабжения, электроснабжения;
- ведется постоянный контроль за складывающейся обстановкой, представляются доклады руководству муниципального образования и ЕДДС.

Действия населения по сигналу «Внимание всем!»

При угрозе возникновения и при возникновении аварий, катастроф и стихийных бедствий для привлечения внимания населения гудками сирен подается сигнал “Внимание всем!”. Услышав его, следует непременно включить телевизор, репродуктор радиосети и внимательно прослушать сообщения местных органов власти или органов управления по делам ГО и ЧС.

Это сообщение будет включать информацию о том, где произошла авария или катастрофа, её характер, а так же инструкцию населению о необходимых мерах безопасности. Получив информацию о чрезвычайной ситуации, проинформируйте соседей и знакомых

ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛУ ОПОВЕЩЕНИЯ

СИГНАЛ	СПОСОБ ПЕРЕДАЧИ	ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ
«Землетрясение»	По радио и телевидению передаются сообщения и рекомендации по действиям.	<ul style="list-style-type: none"> - немедленно покинуть помещение, не пользуясь лифтом - отойти от домов на безопасное расстояние (1/3 высоты дома) - если находитесь на верхних этажах, занять безопасное место в проемах капитальных стен, в ванной, по возможности обложиться подушками, одеялами
«Ураган»	По радио и телевидению передаются сообщения и рекомендации по действиям.	<ul style="list-style-type: none"> - выключить все электроприборы, перекрыть газ и воду - избегать покидать дом, закрыть двери и окна - усилить оконные стекла полосками клейкой ленты, укрепленными крест-на-крест - если оказались вне дома, немедленно зайдите в здание
«Наводнение»	По радио и телевидению передаются сообщения и рекомендации органа управления по действиям.	<ul style="list-style-type: none"> - взять необходимые теплые вещи, запас продуктов, воды, медикаменты и документы - перед уходом выключить электричество и газ, погасить огонь в отопительных печах, закрепить все плавучие предметы, о полученной информации сообщите соседям - выходить из опасной зоны в безопасный район или на возвышенные участки местности - подавайте сигнал бедствия

«Угроза химического заражения» (подается при непосредственной угрозе химического заражения)	По радио и телевидению передаются сообщения и рекомендации органа управления по действиям.	<ul style="list-style-type: none"> - надеть противогазы. Подготовить непромокаемые плёнки, накидки, плащи, сапоги - если находитесь дома, загерметизировать помещения (закрыть окна, двери, занавесить их увлажненными одеялами) - отключить вентиляцию, нагревательные приборы - загерметизировать продукты питания и запасы воды в закрытых емкостях - сохранять спокойствие, находиться дома - если оказались на улице, немедленно покиньте зону возможного заражения в направлении, перпендикулярно ветру, используйте подручные средства защиты органов дыхания (шарф, части одежды)
--	--	---

Правила поведения населения при эвакуации.

О начале эвакуации населению объявляет местная администрация органов самоуправления.

Получив извещение о начале эвакуации, каждый гражданин обязан собрать все необходимые документы и вещи, это паспорт, военный и профсоюзный билет, документы об образовании и специальности, трудовую книжку, свидетельства о браке и рождении детей, деньги, имеющиеся средства индивидуальной защиты; одежда и обувь, приспособленные для защиты кожи; аптечка индивидуальная вместе с другими лекарствами; которые необходимы; индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный медицинский или другие перевязочные материалы, йод, комплект верхней одежды и обуви по сезону (в летнее время необходимо захватить и теплые вещи), постельное белье и туалетные принадлежности, трехдневный запас продуктов.

Продукты и вещи сложить в чемоданы, рюкзаки, сумки или завернуть в свертки для удобства, переноски и транспортировки, к каждому месту необходимо прикрепить бирку с указанием фамилии и инициалов, адреса проживания и конечного пункта эвакуации.

На одежде и белье детей дошкольного возраста должна быть сделана вышивка с указанием фамилии, имени отчества ребенка, года рождения, места постоянного жительства и конечного пункта эвакуации.

Уходя из квартиры, необходимо выключить все осветительные и нагревательные приборы, закрыть краны водопроводной и газовой сети, окна и форточки.

К установленному сроку прибыть на эвакуационный пункт для регистрации и отправки в загородную зону или безопасный район.

В пути следования необходимо соблюдать установленный порядок, неукоснительно выполнять распоряжения старшего команды быстро и грамотно действовать по сигналам оповещения.

Эвакуируемые не имеют права самостоятельно без разрешения местных эвакуационных органов выбирать пункты и место жительства и перемещаться из одного района в другой. Они обязаны точно выполнять все указания местных органов власти. Все эвакуируемые должны оказывать друг другу помощь.

Вопрос 2. Действия населения при оповещении о стихийных бедствиях геофизического и геологического характера, метеорологического и гидрологического характера, при возникновении лесных и торфяных пожаров.

Как действовать во время землетрясения

Ощувив колебания здания, увидев качание светильников, падение предметов, услышав нарастающий гул и звон бьющегося стекла, не поддавайтесь панике (от момента, когда Вы почувствовали первые толчки до опасных для здания колебаний у Вас есть 15 – 20 секунд). Быстро выйдите из здания, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. Покидая помещение спускайтесь по лестнице, а не на лифте. Оказавшись на улице – оставайтесь там, но не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.

Сохраняйте спокойствие и постарайтесь успокоить других! Если Вы вынужденно остались в помещении, то встаньте в безопасном месте: у внутренней стены, в углу, во внутреннем стенном проеме или у несущей опоры. Если возможно, спрячьтесь под стол – он защитит вас от падающих предметов и обломков. Держитесь подальше от окон и тяжелой мебели. Если с Вами дети – укройте их собой.

Не пользуйтесь свечами, спичками, зажигалками – при утечке газа возможен пожар. Держитесь в стороне от нависающих балконов, карнизов, парапетов, опасайтесь оборванных проводов. Если Вы находитесь в автомобиле, оставайтесь на открытом месте, но не покидайте автомобиль, пока толчки не прекратятся. Будьте в готовности к оказанию помощи при спасении других людей.

Как действовать после землетрясения

Окажите первую медицинскую помощь нуждающимся.

Освободите попавших в легкоустраняемые завалы.

Будьте осторожны! Обеспечьте безопасность детей, больных, стариков. Успокойте их. Без крайней нужды не занимайте телефон. Включите радиотрансляцию. Подчиняйтесь указаниям местных властей, штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия.

Проверьте, нет ли повреждений электропроводки. Устраните неисправность или отключите электричество в квартире. Помните, что при сильном землетрясении электричество в городе отключается автоматически.

Проверьте, нет ли повреждений газо- и водопроводных сетей. Устраните неисправность или отключите сети. Не пользуйтесь открытым огнем. Спускаясь по лестнице, будьте осторожны, убедитесь в ее прочности.

Не подходите к явно поврежденным зданиям, не входите в них. Будьте готовы к сильным повторным толчкам, так как наиболее опасны первые 2 – 3 часа после землетрясения. Не входите в здания без крайней нужды. Не выдумывайте и не передавайте никаких слухов о возможных повторных толчках. Пользуйтесь официальными сведениями. Если Вы оказались в завале, спокойно оцените обстановку, по возможности окажите себе медицинскую помощь.

Постарайтесь установить связь с людьми, находящимися вне завала (голосом, стуком). Помните, что зажигать огонь нельзя, воду из бачка унитаза можно пить, а трубы и батареи можно использовать для подачи сигнала. Экономьте силы.

Как вести себя при возникновении селей и оползней

Наблюдайте за обстановкой, поведением животных, следите за дождями. Не пропускайте первых признаков начала оползня.

Необходимо как можно быстрее покинуть помещение и выйти в безопасное место. При этом об опасности предупредите близких, соседей, всех встречающихся людей. Не теряйте самообладания!

Уходите в безопасные места (склоны гор и возвышенностей, не предрасположенные к оползневым процессам). В пути следует оказывать помощь больным, престарелым, детям, инвалидам, ослабшим.

Для оказания помощи людям, попавшим в селевой поток, используйте шесты, доски, веревки и другие, оказавшиеся под рукой средства. Выводите пострадавших из потока по направлению его движения, постепенно приближая к краю.

Остерегайтесь при торможении оползня скатывающихся с тыльной его части глыб, камней, обломков конструкций, осыпей.

После окончания оползня, селя или обвала следует при возвращении убедиться в отсутствии повторной угрозы и немедленно приступить к розыску и извлечению пострадавших, оказанию им первой медицинской помощи, передачи сообщения о случившемся.

Основные правила поведения в районах схода снежных лавин.

Не выходите в горы в снегопад и непогоду.

Находясь в горах, следите за изменением погоды.

До выхода в горы узнайте места возможного схода снежных лавин в районе своего пути.

Избегайте мест возможного схода лавин. Чаще всего - это склоны крутизной более 30°. Если склон без кустарника и деревьев – более 20°.

При крутизне более 45° лавины сходят практически при каждом снегопаде. Наиболее опасный период - весна и лето, с 10 ч утра до захода солнца.

При встрече со снежной лавиной необходимо знать некоторые правила поведения:

Немедленно избавьтесь от лишних вещей;

Закройте рот и нос рукавицей, шарфом, воротником.

В лавине двигайтесь и плавательными движениями рук старайтесь держаться на поверхности лавины.

Затем колени надо подтянуть к животу, а сжатыми кулаками защищать лицо от снега.

Когда лавина остановилась, попробуйте создать пространство около лица и груди, это поможет дышать.

Если есть возможность, двигайтесь вверх (определите где верх, где низ с помощью слюны, дав ей вытечь изо рта).

Оказавшись в лавине, не кричите, снег полностью поглощает звук и вы лишь потратите силы, кислород и тепло. Старайтесь не уснуть.

Помните, вас ищут (известны случаи, когда из-под снега спасали людей на 5 сутки и даже на 13 сутки).

Как действовать во время сильной метели

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете и когда вернетесь. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом. Если Вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного

пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место Вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми Вам людьми, так как во время стихийных бедствий резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

Как действовать после сильной метели

Если в условиях сильных заносов Вы оказались заблокированным в помещении, осторожно, без паники выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно (используя имеющийся инструмент и подручные средства). Сообщите в управление по делам ГО и ЧС или в администрацию населенного пункта о характере заносов и возможности их самостоятельной разборки. Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями. Включите радиотрансляционный приемник (телевизор) и выполняйте указания местных властей. Примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

Как действовать во время урагана, бури.

Плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия.

Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи).

Включите радиоприемники и телевизоры - по ним может поступить новая важная информация.

Перейдите из легких построек в более прочные здания.

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку.

Сообщите членам семьи или друзьям, куда Вы идете и когда вернетесь.

В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.

Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми Вам людьми, так как во время стихийных бедствий резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

Как действовать при наводнении

Следите за сообщениями.

Получив сигнал о начале эвакуации, следует быстро собрать необходимые вещи, документы, деньги, ценности, медицинскую аптечку, продукты питания.

Если наводнение началось внезапно, необходимо занять ближайшее, безопасное место на возвышенности и ждать помощи.

Чтобы спасатели могли своевременно обнаружить вас в светлое время суток, используйте шест (палку) с белым или цветным полотнищем, а в ночное – подавайте световые или шумовые сигналы.

Для экстренной эвакуации используются все имеющиеся плавсредства: лодки, боты, плоты, машины-амфибии. Входить в лодку, бот, плот следует по одному, осторожно ступая на середину настила.

Если плавсредства отсутствуют, используйте бочки, бревна, автомобильные камеры и другие предметы, которые могут удержать человека на воде.

Если вы оказались в воде, сбросьте с себя тяжелую одежду и обувь, плывите под углом к течению до ближайшего незатопленного участка.

После спада воды остерегайтесь порванных и провисших электрических проводов.

Перед входом в дом после наводнения, убедитесь, что нет повреждений и разрушений.

Как вести себя при возникновении цунами.

Получив предупреждение не теряйте самообладания! Не поддавайтесь панике!

Время, оставшееся для спасения, измеряется минутами, в лучшем случае десятками минут.

Недопустимо спускаться к морю, чтобы посмотреть на обнажившееся дно и наблюдать за волной.

Предупреждайте об угрозе окружающих и встречных.

Необходимо взять с собой документы, минимум непромокаемых вещей, продуктов питания и деньги, отключить электричество и газ.

Необходимо быстро направиться к ближайшим холмам, горам, возвышенностям и подняться на высоту не менее чем 30-40 метров. Путь вверх должен пролегать по склонам возвышенностей, а не по долинам ручьев и рек, впадающим в море.

Если по близости нет возвышенности, нужно удалиться от берега на расстояние не менее 2-3 км.

Если цунами застало врасплох: надо подняться на верхние этажи, закрыть все двери на запоры и немедленно перейти на безопасное место. Это - проемы капитальных внутренних стен, углы, места у колонн, под балками каркаса. Главное, от проемов откуда движется волна. Вне здания волну лучше встречать на дереве, за естественной скальной преградой, за бетонной стеной, зацепившись за них.

Не покидайте безопасное место в течении 2-3 часов после первой волны, пока не пройдут все волны и не поступит сигнал с разрешением возвратиться.

При возвращении убедитесь в отсутствии угрозы обрушения из-за повреждения и подмыва, а также утечки газа.

Как действовать при пожаре.

При обнаружении возгорания реагируйте на пожар быстро, используя все доступные способы для тушения огня (песок, воду, огнетушители и т. д.). Если потушить огонь в кратчайшее время невозможно, вызовите пожарную охрану (по телефону 01).

При эвакуации горящие помещения и задымленные места проходить быстро, задержав дыхание, защитив нос и рот влажной плотной тканью. В сильно задымленном помещении передвигайтесь ползком или пригнувшись - в прилегающем к полу пространстве чистый воздух сохраняется дольше.

Отыскивая пострадавших, окликните их. Если на человеке загорелась одежда, помогите сбросить ее либо набросьте на горящего любое покрывало и плотно прижмите. Не давайте горящему человеку бежать. При повреждении здания пожаром или взрывом входите в него осторожно, убедившись в отсутствии значительных повреждений перекрытий, стен, линий электро- газо- и водоснабжения, утечек газа, очагов пожара. При угрозе взрыва ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц. Если произошел взрыв, примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.

Будьте осторожны! Без крайней нужды не занимайте телефон. Подчиняйтесь указанию ответственных за противопожарные мероприятия.

В экстренных случаях звонить по ☎ 112

Повышение защитных свойств дома (квартиры) от воздействия ядерного и химического оружия и от проникновения радиоактивных и аварийно химически опасных веществ.

Для подготовки своего дома или квартиры к защите от поражающих факторов ядерного и химического оружия, а также от попадания радиоактивной пыли и АХОВ, следует:

- хорошо заделать (проклеить, замазать) все щели и неплотности в дверях и оконных рамах, закрыть дымоходы и вытяжки;
- провести противопожарные мероприятия, т.е. снять с окон и дверей шторы (занавески), оконные стекла покрыть раствором извести (мела или белой краски), все легковоспламеняющиеся предметы убрать в шкафы, чемоданы, ящики, горючие материалы (бензин, керосин) вынести из дома, подготовить средства пожаротушения, убрать из коридоров, с лестничных клеток громоздкие вещи, стены и другие части деревянного дома обмазать глиняным раствором;
- подготовить окна к светомаскировке;
- защитить продукты питания и воду от радиоактивного и химического заражения, а также от бактериальных средств;
- подвал погреб, подполье подготовить и оборудовать для укрытия, занести туда продукты, воду, приборы освещения, аптечку, теплые вещи и радиоприемник;
- оборудовать места для сидения и лежания.

Необходимо постоянно держать включенным репродуктор и радиоприемник, чтобы в любое время услышать распоряжение, сигналы и указания. Нужно подготовить домашнюю аптечку, в которой должны быть градусник, нашатырный спирт, йод, питьевая сода, вата, перевязочные бинты, индивидуальные противохимические пакеты, индивидуальная аптечка АИ-2 (после получения на руки) и другие лекарства, которыми граждане пользуются в повседневной жизни. Получить (если не получены) и привести в готовность средства индивидуальной защиты. При отсутствии средств защиты органов дыхания и кожи приспособить для этой цели повседневную одежду, изготовить ватно-марлевую повязку или противопыльную тканевую маску.

В целях предупреждения инфекционных заболеваний следует следить за санитарно-гигиеническим состоянием жилища; систематически проводить его влажную уборку с использованием дезинфицирующих растворов.

Вопрос 3. Эвакуация и рассредоточение.

Одним из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций является эвакуация. В отдельных ситуациях (например, возникновении катастрофического затопления, длительном радиоактивном загрязнении местности) этот способ является наиболее эффективным.

Сущность эвакуации заключается в организованном перемещении населения и материальных и культурных ценностей в безопасные районы.

Виды эвакуации могут классифицироваться по разным признакам:

по видам опасности: эвакуация из зон возможного и реального химического, радиоактивного, биологического заражения (загрязнения), возможных сильных разрушений, катастрофического затопления и др.;

по способам эвакуации: различными видами транспорта, пешим, комбинированным способом;

по удаленности: локальная (в пределах города, населенного пункта, района); местная (в границах субъекта Российской Федерации, муниципального образования); региональная (в границах федерального округа); государственная (в пределах Российской Федерации);

по длительности проведения: временная (с возвращением на постоянное местожительство в течение нескольких суток); среднесрочная – до 1 месяца; продолжительная – более месяца.

По времени начала проведения: упреждающая (заблаговременная) и экстренная (безотлагательная).

Упреждающая (заблаговременная) эвакуация населения из зон возможных чрезвычайных ситуаций проводится при получении достоверных данных о высокой вероятности возникновения запроектной аварии на потенциально опасных объектах или стихийного бедствия с катастрофическими последствиями (наводнение, оползень, сель и др.). Основанием для проведения данной меры защиты является краткосрочный прогноз возникновения запроектной аварии или стихийного бедствия на период от нескольких десятков минут до нескольких суток

В случае возникновения чрезвычайной ситуации с опасными поражающими воздействиями проводится экстренная (безотлагательная) эвакуация населения. Вывоз (вывод) населения из зоны чрезвычайной ситуации может осуществляться при малом времени упреждения и в условиях воздействия на людей поражающих факторов чрезвычайной ситуации

Экстренная (безотлагательная) эвакуация населения может также проводиться в случае нарушения нормального жизнеобеспечения населения, при котором возникает угроза жизни и здоровью людей. Критерием для принятия решения на проведение эвакуации в данном случае является превышение времени восстановления систем, обеспечивающих удовлетворение жизненно важных потребностей человека, над временем, которое он может прожить без удовлетворения этих потребностей. При условии организации первоочередного жизнеобеспечения сроки проведения эвакуации определяются транспортными возможностями.

В зависимости от охвата эвакуационными мероприятиями населения, оказавшегося в зоне чрезвычайной ситуации, выделяют следующие варианты их проведения: общая эвакуация и частичная эвакуация.

Общая эвакуация предполагает вывоз (вывод) всех категорий населения из зоны чрезвычайной ситуации.

Частичная эвакуация осуществляется при необходимости вывода из зоны чрезвычайной ситуации нетрудоспособного населения, детей дошкольного возраста, учащихся школ, лицеев, колледжей и т.п.

Выбор указанных вариантов проведения эвакуации определяется в зависимости от масштабов распространения и характера опасности, достоверности прогноза ее реализации, а также перспектив хозяйственного использования производственных объектов, размещенных в зоне действия поражающих воздействий.

Основанием для принятия решения на проведение эвакуации является наличие угрозы жизни и здоровью людей, оцениваемой по заранее установленным для каждого вида опасностям критериям.

Эвакуация проводится, как правило, по территориально-производственному принципу.

В определенных случаях эвакуация осуществляется по территориальному принципу, т.е. непосредственно из мест нахождения населения на момент объявления эвакуации. Способы эвакуации и сроки ее проведения зависят от масштабов чрезвычайной ситуации, численности оставшегося в опасной зоне населения, наличия транспорта и других местных условий. В безопасных районах эвакуированное население находится до особого распоряжения, в зависимости от обстановки.

Одним из действенных мероприятий по защите от ЧС (в основном военного характера) является рассредоточение.

Рассредоточение - это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) из категорированных городов и размещению в загородной зоне для проживания и отдыха персонала объектов экономики, производственная деятельность которых в военное время будет продолжаться в этих городах.

Рассредоточению подлежит персонал:

уникальных (специализированных) объектов экономики, для продолжения работы которых соответствующие производственные базы в загородной зоне отсутствуют или располагаются в категорированных городах;

организаций, обеспечивающих производство и жизнедеятельность объектов категорированных городов (городских энергосетей, объектов коммунального хозяйства, общественного питания, здравоохранения, транспорта и связи и т.п.).

Рассредоточиваемый персонал размещается в ближайших к границам категорированных городов районах загородной зоны вблизи железнодорожных, автомобильных и водных путей сообщения.

Районы размещения рассредоточиваемых рабочих и служащих в загородной зоне оборудуются противорадиационными и простейшими укрытиями.

Как вести себя при массовых беспорядках, разбое, погроме?

Массовые беспорядки представляют собой правонарушения, совершаемые одновременно большим количеством людей, на значительной территории, и сопровождающиеся погромами, поджогами, разрушениями и др. Толпа может быть как случайной, так и специально собравшейся, возглавляемой или побуждаемой к действиям группой зачинщиков. Массовые беспорядки относятся к числу чрезвычайных обстоятельств, значительно осложняющих оперативную обстановку, представляют большую общественную опасность, нарушают нормальный ритм жизни общества, вызывают широкий общественный резонанс. Участники массовых беспорядков, как правило, стараются подорвать авторитет представителей власти, оклеветать, вызвать сомнения в правомерности действий власти. При массовых беспорядках действия толпы выражаются в погромах, разрушениях, поджогах, самосудах, вооруженном сопротивлении представителям власти, разрушении зданий и других подобных действиях.

Выжить в экстремальной ситуации поможет соблюдение определенных правил поведения в толпе:

- нельзя поддаваться общему психозу и стремиться спастись любой ценой. Чтобы не стать пешкой в толпе, необходимо отключить эмоции и полагаться на разум – анализ ситуации поможет найти наиболее перспективные пути спасения;
- не следует слепо подчиняться мнению толпы, сколь бы верным оно ни казалось, – нужно принимать самостоятельное решение, исходя из конкретной ситуации;

- не рекомендуется высказывать или каким-либо образом проявлять свое несогласие с мнением и действиями толпы, так как инакомыслящих и инакодействующих она уничтожает. Не высказывайте, не защищайте свое мнение, не вступайте в дискуссию в толпе, сосредоточьтесь на действии, оно важнее слов.

В местах массового скопления людей:

- по возможности необходимо избегать наиболее опасных мест (в голове идущей колонны, у митинговой трибуны, в гуще митингующих, в местах концентрации сил правопорядка и противостоящих им сил); лучше держаться края толпы, так как в этом случае можно вовремя и без проблем уйти, если начнутся беспорядки;
- следует понять характер и направление будущих людских потоков и отдельных струй – это путь к спасению в случае начала массовых беспорядков;
- необходимо помнить, что в толпе есть шанс спастись не тогда, когда спасаются все (в этом случае уже поздно что-либо предпринимать), а тогда, когда паника и массовое бегство только предполагаются;
- если в разбушевавшейся толпе вы оказались вместе с друзьями и близкими знакомыми, то можно оказать совместное сопротивление общему психозу, попытаться вывести из толпы детей, женщин, пожилых людей и даже несколько ослабить его решительными действиями;
- если в толпе около вас объявился провокатор, баламутящий окружающих, необходимо найти способ его урезонить – в самой категоричной форме приказать ему замолчать, обвинить его в злонамеренности, обратиться за помощью к представителям правопорядка или другим людям, в конечном счете применить физическую силу, поскольку предупредить массовые беспорядки проще, чем их потом остановить.

Не ввязывайтесь в бунт

Попав на территорию протестов, не нужно принимать ничью сторону, не нужно никого поддерживать или на кого-то нападать. Главная ваша задача не соприкоснуться ни с одной из сторон и покинуть зону протестов. Постарайтесь быть ближе к стенам и другим недвижимым элементам города. Избегайте «бутылочных горлышек» — сужений потока толпы.

Аккуратно передвигайтесь в толпе, если вы на машине

Уходите из зоны протеста как можно спокойнее

Если вы оказались в зоне протестов, то должны покидать толпу по течению и никак не идти против нее. Если идти против течения, то вас просто не пропустят, собьют с ног или просто атакуют. Не стесняйтесь маневрировать в толпе расталкивая давящих на вас плечами. Не переходите на бег пока не отделитесь от толпы.

Идите с толпой до тех пор, пока не сможете войти в здание, свернуть на улицу.

Если вы в самой гуще толпы, то не боритесь и идите с ними. Но постоянно продумывайте как именно вы покинете шествие.

Избегайте крупных улиц

Бандитизм - преступление против общественной безопасности, предусмотренное ст. 209 УК РФ, заключающееся в: а) создании устойчивой вооруженной группы (банды) в целях нападения на граждан или организации, а равно руководство такой группой (бандой) ; либо б) участия в устойчивой вооруженной группе (банде) или в совершаемых ею нападениях. Сам факт организации вооруженной банды признается окончательным преступлением, даже если она не совершила ни одного нападения. Участие в банде - также окончательное преступление

Разбой - в уголовном праве РФ одно из преступлений против собственности, самая опасная из насильственных форм хищения. Представляет собой нападение с целью хищения чужого имущества, соединенное с насилием, опасным для жизни и здоровья потерпевшего, или с угрозой применения такого насилия. ;

В настоящее время одним из наиболее распространенных видов уличных преступлений являются грабежи и разбойные нападения.

В основном жертвами данных видов преступлений становятся женщины, дети и граждане, находящиеся в нетрезвом состоянии. Предметом преступления являются носимые вещи, мобильные телефоны, дамские сумочки, украшения из драгоценных металлов.

Чтобы не стать жертвой ограбления, следует соблюдать несколько простых правил:

Избегайте неосвещенных и безлюдных мест в темное время суток.

Оглядывайтесь по сторонам, проходя по темным дворам, заходя в подъезд и последним в автобус.

При выходе на улицу в темное время суток не надевайте слишком броские вещи, по возможности, оставьте дома золотые изделия.

Не носите сотовый телефон на видном месте (на шнурках, на ремне), найдите более надежное, с Вашей точки зрения, место для его размещения.

Ни под каким предлогом не давайте телефон в руки незнакомым людям.

Если вы заранее не уверены в безопасности предстоящего маршрута движения, особенно в темное время суток, лучше отключить звуковой сигнал телефона и без особой надобности не вести телефонных переговоров на улице.

Воспользуйтесь такси.

Если все же возникла угроза грабежа:

Не усугубляйте свое положение. Лучше не оказывать сопротивления преступнику, он может быть не только сильнее Вас, но и иметь оружие.

Постарайтесь привлечь внимание прохожих. Они могут оказать помощь милиции в задержании преступника.

Постарайтесь наиболее точно запомнить приметы преступника (возраст, рост, наличие особых примет, одежду) и пути его отхода после совершения преступления.

Как можно быстрее сообщите о совершении нападения и приметах преступника сотрудникам милиции.

Быстро сообщить о происшествии можно следующими способами:

обратиться к любому милиционеру наряде или в ближайшее отделение милиции;

позвонить по номеру «02» с любого телефона-автомата или «020» с мобильного телефона;

обратиться за помощью в ближайшее торговое предприятие (магазин, аптека, павильоны) и попросить продавца вызвать милицию.

Тема 5. Пожары, действия по их предупреждению и в случае возникновения

Действия в случае возникновения пожара:

1. При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) немедленно сообщить в пожарную охрану по телефону «01», сотовый тел. «010» или 112 (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию);
2. До прибытия пожарных принять меры по эвакуации людей и приступить к тушению пожара имеющимися средствами (огнетушителями, водой, песком и др.); обеспечить охрану материальных ценностей;
3. При необходимости отключить электроэнергию, приостановить работу отдельных агрегатов и участков, способствующих предотвращению развития пожара и задымления помещения здания.

При этом недопустимо:

1. Бороться с огнем самостоятельно, не вызвав пожарных. гасить водой воспламенившиеся электроприборы, не отключив от электросети (можно получить удар током).
2. Открывать окна и двери, чтобы выпустить дым (горение усилится из-за притока воздуха).
3. Пользоваться лифтом, если пламенем охвачена уже значительная площадь (можно застрять и задохнуться).
4. Пытаться выйти через задымленный коридор или лестницу (дым токсичен, горячий воздух может обжечь легкие).
5. Опускаться по водоисточникам трубам и стоякам с помощью простыней и веревок (падение почти всегда неизбежно).
6. Прыгать из окна (выше 3-го этажа каждый второй прыжок смертелен).

Предупредить пожар в своей квартире (жилом доме) можно...

1. Вероятность возникновения пожара в жилом доме можно снизить с помощью несложного правила, обучить которому следует всех членов семьи, и детей, и взрослых, – осмотр квартиры перед уходом.
2. Для возникновения пожара необходимо три фактора:
 - горючая среда;
 - источник зажигания;
 - условия развития пожара.
3. Все три фактора приводят к возникновению и развитию пожара. Следовательно, предотвратить пожар можно путем исключения одного из них. Где есть горючие материалы, не должно быть источников зажигания или окислителя; там,

где есть постоянный источник зажигания не должно быть горючей среды.

4. С целью выявления источников зажигания, при осмотре следует убедиться, что все электрические розетки в квартире свободны от штепсельных вилок электроприборов, что электронагревательные приборы стоят на негорючих подставках, а их нагретые поверхности не соприкасаются с горючими материалами.

5. При осмотре кухни убедитесь, что выключена газовая или электрическая плита. Погашены ли окурки, если есть курящие. Закройте окна или форточки, чтобы ветром окурки не были занесены ветром с вышестоящих этажей. Осмотр помещения – обыденное дело, не отнимающего много времени. Результат же этой привычки – безопасность вашего дома.

6. При пользовании предметами бытовой химии соблюдайте осторожность. Большая часть их огнеопасна. Перед применением дезодорантов, аэрозолей прочитайте инструкцию, напечатанную на этикетке.

7. Не применяйте открытый огонь при проверке утечки газа-это неминуемо вызовет взрыв. Лучше всего для этой цели использовать мыльный раствор. Помните, что сушить белье над газовой плитой опасно оно может загореться.

8. Электроутюги, плитки, чайники рекомендуется устанавливать на несгораемых подставках, а электрорефлекторы нельзя оставлять около предметов, которые могут загореться. Уходя из дома, выключайте электроприборы.

9. Для защиты электросетей от короткого замыкания и перегрузок применяйте предохранители заводского изготовления.

10. Если в вашей квартире ветхая электропроводка, повреждены электророзетки, патроны, вызывайте электрика.

11. Не оставляйте включенным телевизор без присмотра и на попечение малолетних детей. 12. Не забывайте выключать телевизор по окончании просмотра телепередач не только тумблером на панели, но и выньте вилку шнура из штепсельной розетки.

13. Не оставляйте малолетних детей одних в квартире, прячьте спички в недоступные для них места. Любые игры детей с огнем должны немедленно пресекаться.

14. Избегайте курить в постели: именно по этой причине чаще всего происходят пожары и гибнут люди.

15. Нельзя хранить домашние вещи на чердаках и выносить их на площадки лестниц.

ПОЖАР В КВАРТИРЕ...

1. Сообщите в пожарную охрану.
2. Введите на улицу престарелых и детей.
3. Попробуйте водой (из водопровода, из водопроводных кранов), стиральным порошком, плотной тканью и т. п. потушить пожар.

4. Отключите электроавтоматы (на щитке на лестничной клетке).
5. Закройте окна и форточки. При сильном задымлении немедленно покиньте квартиру, прикрыв за собой дверь.
6. При выходе из квартиры защитите глаза и органы дыхания от дыма респиратором, ватно-марлевой повязкой, куском ткани или полотенцем, смоченными водой.

Рекомендуем...

1. Заблаговременно застрахуйте себя и свое имущество на случай пожара.
2. Храните документы и деньги в месте, известном всем членам семьи, на случай внезапной эвакуации при пожаре.
3. Двигайтесь пригнувшись или ползком (внизу меньше дыма).
4. Накройте голову и тело мокрой тканью.
5. При невозможности выбежать по лестничным маршам используйте балконную лестницу; если ее нет, выйдите на балкон, закрыв плотно за собой дверь, и кричите: «Пожар»!
6. По возможности укажите пожарным место пожара.

На человеке загорелась одежда...

1. Опрокиньте человека на землю (при необходимости подножкой) и погасите огонь водой, землей, снегом или накрыв его плотной тканью, оставляя голову открытой.
2. Вызовите «Скорую помощь», окажите первую медицинскую помощь.
3. Сообщите в пожарную охрану (при попытке самосожжения - и в милицию).

Как видите, правила пожарной безопасности не такие и сложные. Соблюдая их, Вы оградите себя и свою квартиру (дом) от пожара.

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ландшафтного ПОЖАРА...

1. **пожары опасны не только тем, что гибнут деревья, звери, птицы, насекомые, часто жертвами огненной стихии становятся люди, серьезный ущерб наносится сельскохозяйственным объектам и населенным пунктам.**
2. Наибольшее количество очагов возгорания происходит в мае-июне после схода снега при установлении сухой погоды, когда новый травяной покров еще не образовался, а также из-за интенсивного пала прошлогодней травы. Второй всплеск активности происходит в июле-августе, в связи с установлением традиционной сухой погоды.
3. **Ландшафтный пожар – неконтролируемое горение растительности, в том числе древесной, приводящей к опустошению местности, гибели животных и растений. Лесные пожары – распространяются с огромной скоростью и легко переходят через широкие реки, озера, дороги. Могут вызвать возгорание зданий**

в населенных пунктах, деревянных мостов, линий электропередачи и связи, складов нефтепродуктов и других сгораемых материалов, а также становятся причиной гибели и травмирования людей.

Ландшафтные пожары происходят:

- По вине людей, оставляющих непотушенные костры или окурки в местах отдыха.
- Вследствие игры детей с огнем.
- При сжигании мусора владельцами дач и садовых участков вблизи лесопосадок.
- При ударе молнии.
- При самовозгорании торфяника.

Помните!

До 90% ландшафтные пожары возникают из-за нарушения населением правил пожарной безопасности при обращении с огнем.

3. В пожароопасный сезон гражданам имеющим садовые участки необходимо:

- постоянно иметь запас воды на своих участках не менее 200л.;
- иметь противопожарный инвентарь, приставную лестницу;
- не допускать складирования сгораемых материалов с противопожарных разрывов между участками;
- дороги, проезды и подъезды к домам должны содержаться в исправном состоянии и свободными для проезда пожарной техники;
- организовать в коллективных садах круглосуточное дежурство с целью своевременного обнаружения возгораний.

Действия населения при приближении ландшафтного пожара к населенному пункту или отдельным домам необходимо:

- увеличить противопожарные разрывы между лесом и границами застройки путем вырубki деревьев и кустарников;
- вспахать широкие полосы вокруг населенного пункта и отдельных строений;
- создать запасы песка и воды.

При приближении пожара к животноводческим фермам необходимо:

- быстро эвакуировать животных из помещений;
- эвакуацию проводить с учетом вида животных;

- эвакуированных животных привязать или разместить в загоне или в другом помещении, чтобы они разбежались и снова не попали в очаг пожара;
- при эвакуации животных не проявлять торопливость и нервозность, чтобы не вызвать беспокойство животных.

При приближении пожара к садоводческим участкам необходимо:

- слушать передачи местных информационных средств о пожаре;
- закрыть все вентиляционные отверстия у дома;
- закрыть все наружные двери и окна;
- в доме: наполнить водой ванны, раковины и другие емкости.
- снаружи: наполнить бочки и ведра;
- приготовить мокрые тряпки, для тушения углей или небольшого пламени;
- при приближении огня обливать крышу и стены дома водой;
- постоянно осматривать территорию дома и двора в целях обнаружения тлеющих углей или огня

КАК ПОМОЧЬ ПРИ ОЖОГАХ?

1. **Ожоги – это повреждение тканей в результате местного действия высокой температуры, агрессивных химических веществ, электрического тока или ионизирующего излучения.** Если обожжено более 10-15% поверхности тела, то изменения, возникающие в организме, называют ожоговой болезнью. В основе его лежит нарушение кровообращения в жизненно важных органах, обусловленное уменьшением объема крови в кровеносном русле вследствие ее сгущения. Ожоговый шок имеет большую продолжительность (до 48 часов). Позднее наступает отравление организма продуктами распада обожженных тканей, а с момента нагноения ран- токсичными веществами, продуктами жизнедеятельности болезнетворных бактерий. Интоксикация сопровождается слабостью, высокой температурой тела, потерей аппетита, исхуданием, бессонницей, расстройством психики.
2. **Различаются ожоги поверхностные,** которые заживают самостоятельно, и глубокие, требующие для заживления пересадок собственной кожи с других участков тела. К поверхностным ожогам относятся поражения кожи I, II, IIIА степени. При них погибают

поверхностные слои кожи. При ожогах IIIБ степени кожа поражается на всю глубину. Когда же повреждается подкожная клетчатка, мышцы и кости, ожог относится к IV степени. Ожоги IIIБ и IV степени являются глубокими.

3. **Ожоги I степени представляют собой покрасневшие и припухшие участки кожи.** При ожогах II степени появляются пузыри, наполненные прозрачной жидкостью светло-желтого цвета. Глубина повреждения кожи при ожогах III степени выявляется в течении 5-7 дней. Сразу после травмы они выглядят как светло-серые или светло-коричневые участки кожи, чуть плотноватые на ощупь. При ожогах IV степени поверхность кожи коричневого цвета, плотная болезненная.
4. **Первая помощь при ожогах пламенем начинается с прекращения доступа воздуха к горящей одежде.** Для этого пострадавшего закрывают одеялом, пальто или плотной материей. Нередко горящая одежда у человека вызывает панику, он теряет ориентацию, начинает метаться или бежит, тем самым усиливая пламя. В этом случае окружающие должны сбить его с ног, погасить пламя и освободить человека от тлеющей одежды. При ограниченном термическом ожоге следует немедленно начать охлаждение места ожога водопроводной водой в течении 10-15 минут. После этого накладывают чистую, а лучше стерильную повязку. Для обезболивания можно дать анальгин и др. При обширных ожогах, после наложения повязок, напоив чаем, тепло укутав, срочно доставляют в больницу, если перевозка затянулась, обожженному необходимо дать щелочно-солевую смесь (1 чайная ложка поваренной соли и 0,5 чайной ложки пищевой соды, растворенной в 2-х стаканах воды). В первые 6 часов после ожога человек должен получать по 2 стакана раствора в час.
5. При попадании на кожу агрессивных химических веществ их быстро смывают большим количеством воды, накладывают стерильную повязку и направляют пострадавшего в больницу.

КАК ПОМОЧЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ?

1. **Угарный газ-окись углерода (СО) представляет собой бесцветный газ.** Человек не чувствует его при вдыхании, поэтому отравление происходит незаметно. Окись углерода- сильный яд, поражающий в первую очередь кровь, а также нервную систему, мышечную ткань, сердце. Первые признаки- головная боль, головокружение, шум в ушах, тошнота, могут возникнуть судороги.
2. **Причиной отравления может стать:**
 - открытый вентиль газовой плиты;
 - неисправная печь или камин;
 - задымление помещения при пожаре;
 - автомобиль со включенным двигателем в закрытом гараже.

3. **Первая помощь:** пострадавшего немедленно выносят на свежий воздух, укладывают на спину, расстегивают воротник, пояс. Лучшее средство – длительное вдыхание кислорода. Потерявшему сознание дают нюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом. В случае отсутствия дыхания делается искусственное дыхание.
4. **Причиной отравления может стать бытовой газ метан**, который используется в быту: в плитах и нагревательных приборах. В газ добавлено особое вещество, для придания ему специфического запаха, т.к. газ без запаха. Это позволяет быстро почувствовать утечку газа.
5. **Чтобы спасти пострадавшего, нужно действовать быстро и решительно.** Надо помочь пострадавшему из загазованного помещения на свежий воздух. Войдя в квартиру, закрыв предварительно рот мокрой тряпкой, открыть окна и двери. Помните: включение и выключение электроприборов крайне опасно, если произошла утечка газа, надо срочно вызвать газовую службу.

ЭТО НАДО ЗНАТЬ И УМЕТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО!

1. Огнетушители химические пенные (ОХП).

Наиболее распространены огнетушители ОХП-10. Однако они не применяются для тушения горящих без доступа воздуха веществ и электроустановок под напряжением.

Приведение в действие огнетушителя ОХП-10:

- прочистить спрыск шпилькой (или иголкой);
- рукоятку поднять и перекинуть до отказа (на 180 гр.);
- перевернуть огнетушитель вверх дном и встряхнуть;
- направить струю на очаг загорания.

2. Огнетушители углекислотные (ОУ).

Предназначены для тушения горящих без доступа воздуха веществ. Незаменимы при тушении электрических двигателей, электроустановок, в химических лабораториях, архивах, музеях. Не боятся низких температур.

Приведение в действие ОУ:

- сорвать пломбу и выдернуть чеку;
- направить раструб на пламя;
- нажать рычаг.

Недопустимо:

- держать огнетушитель в горизонтальном положении или переворачивать головкой вниз;

- прикоснуться оголенными частями тела к раструб (температура на его поверхности понижается до -60...-70 гр.С);
- подводить раструб ближе 1 м. к электроустановке под напряжением.

3. Огнетушители порошковые (ОП).

Предназначены для ликвидации горения твердых, жидких и газообразных веществ, а также пожаров на электроустановках под напряжением до 1 кВ. Ими снабжают автомобили, гаражи, склады, офисы и банки, промышленные объекты, поликлиники, школы, частные дома и т.п.

Приведение в действие ОП:

- выдернуть чеку;
- нажать на кнопку;
- направить пистолет на пламя;
- нажать на рычаг пистолета;
- тушить пламя не менее, чем с 5 м.;
- при использовании огнетушителя его необходимо встряхивать;
- рабочее положение огнетушителя вертикальное (не переворачивать!).

4. Внутренние пожарные краны:

Приведение в действие внутренних пожарных кранов:

- открывать дверцу шкафчика;
- раскатать в направлении очага пожара рукав, соединенный с краном и стволом;
- открыть вентиль поворотом маховичка против хода часовой стрелки;
- направить струю воды из ствола в очаг горения.

Юридическая справка

Криминальные пожары в отличие от пожаров, вызванных действием стихийных сил природы, являются следствием умышленных действий людей (поджоги) или преступных нарушений правил пожарной безопасности (нарушение правил монтажа и эксплуатации электрооборудования или печного отопления, нарушение правил безопасности при проведении сварочных работ, нарушение технологических процессов производства, курение вне отведенных для этого мест и т.д.).

Более 60 % пожаров происходит в результате легкомысленного или небрежного обращения с огнем.

Серьезную тревогу вызывают умышленные поджоги. Это один из опаснейших видов преступления, обладающий большой разрушительной силой и опасность гибели людей. Как правило, следы совершенного преступления уничтожаются огнем, что осложняет его расследование и раскрытие. В случаях умышленного уничтожения или

повреждения чужого имущества путем поджога предусмотрена ответственность статьей 167 УК РФ в виде лишения свободы до пяти лет.

ТЕМА № 6: «Действия населения при угрозе террористического акта на территории организации и в случае его совершения».

Вопрос 1 Действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство. Действия при захвате в заложники и при освобождении.

Наряду с чрезвычайными ситуациями (ЧС) природного, техногенного и биолого-социального характера, которые чаще возникают от случайного стечения обстоятельств, человечество периодически переживает трагедии, вызываемые умышленными, целенаправленными действиями людей. Эти действия, всегда связанные с насилием, получили название терроризм.

Понятие “терроризм” произошло от латинского слова “*terror*” — страх, ужас.

Терроризм — это насилие или угроза его применения в отношении физических лиц или организаций, а также уничтожение (повреждение) или угроза уничтожения (повреждения) имущества и других материальных объектов, создающие опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, осуществляемые в целях нарушения общественной безопасности, устрашения населения или оказания воздействия на принятие органами власти решений, выгодных террористам, или удовлетворения их неправомерных имущественных и (или) иных интересов; посягательство на жизнь государственного или общественного деятеля, совершённое в целях прекращения его государственной или иной политической деятельности либо из мести за такую деятельность; нападение на представителя иностранного государства или сотрудника международной организации, пользующихся международной защитой, а равно на служебные помещения либо транспортные средства лиц, пользующихся международной защитой, если это деяние совершено в целях провокации войны или осложнения международных отношений.

Носителями (субъектами) современного терроризма выступают политические организации, спонтанно возникающие экстремистские группировки, отдельные лица, отрицающие легальную оппозиционную деятельность, а также криминальные структуры и лица, борющиеся за раздел и передел сфер своего влияния. Однако в современных условиях терроризм в любых его формах приобретает политическое звучание, так как он:

- подрывает систему государственной власти;
- криминализирует общество;
- оказывает негативное морально-психологическое воздействие на население.

Современный терроризм отличается разнообразием террористических приёмов и методов. Это захваты воздушного транспорта, взрывы в местах массового скопления

людей, похищения, убийства, угрозы, отравления и другие акции, жертвами которых нередко становятся совершенно случайные люди. Но именно бессмысленная по общечеловеческим понятиям жестокость и гарантирует широкую рекламу в средствах массовой информации требований, выдвигаемых террористами.

Жертвы.

В качестве жертв террористами зачастую выбираются мирные жители, а также экономические объекты. При этом некоторые теракты имеют узконаправленный характер выбора жертв (только убийство), другие — более широкий спектр (разрушение зданий, гибель людей, обездоленность оставшихся в живых).

Акты террора, сеяющие среди населения страх, неуверенность в завтрашнем дне, безынициативность, подавленность и т.п. должны, по замыслу их организаторов, вынуждать органы власти или отдельных руководителей выполнять определённые требования террористов. В большей части это политические, реже — экономические требования.

Основные цели террористических акций:

- дестабилизация государственной власти;
- вымогательство;
- нанесение экономического ущерба;
- устранение соперников;
- религиозный фанатизм.

Масштабы терактов в современных условиях могут быть самыми различными: от отдельных личностей до территории государства и даже всего мирового сообщества.

Наиболее распространёнными средствами ведения террористической деятельности в настоящее время являются взрывные устройства, применение которых ведёт к гибели людей или причиняет значительный материальный ущерб, а также различные каналы связи (почта, а чаще всего — телефон), с помощью которых преступники передают угрозы насилия или физической расправы.

При проведении террористических актов в большинстве случаев применяются устройства, получившие название взрывоопасных предметов.

В общем виде взрывоопасный предмет (ВОП) — это устройство или вещество, способное при определённых условиях (наличие источника инициирования, возбуждения и т.п.) быстро выделять химическую, электромагнитную, механическую и другие виды энергии. - ВОП подразделяются на *штатные и самодельные*. К штатным относятся взрывные устройства, произведённые в промышленных условиях и применяемые в армии, правоохранительных органах или промышленности

При проведении террористических актов могут применяться вышеперечисленные штатные ВОП, найденные на местах боевых действий, похищенные или приобретённые в результате незаконных сделок с лицами, осуществляющими их хранение или эксплуатацию.

Штатные ВОП имеют характерный внешний вид, в основном хорошо известный населению по телепередачам, книгам, личному опыту службы в армии и пр. По наружному очертанию большинство из них имеют головную (конусную, шарообразную или цилиндрическую), среднюю и хвостовую части (у авиабомб, ракет и миномётных мин ещё имеются стабилизаторы — лопасти для лучшей ориентации в полёте). Головная часть, как правило, оснащена взрывателем.

Самодельные ВОП — это взрывные устройства, изготовленные кустарно, а также доработанные штатные ВОП. Самодельные ВОП отличаются огромным разнообразием

типов взрывчатого вещества и предохранительно-исполнительных механизмов, формы, веса, радиуса поражения, порядка срабатывания и т.д. и т.п. Их особенностью является непредсказуемость прогнозирования момента и порядка срабатывания взрывного устройства, а также мощность взрыва.

Самодельные ВОП террористы зачастую маскируют под вполне безобидные предметы (металлические банки из-под пива, “Пепси-колы”, карманные фонарики, видеокассеты, транзисторные приёмники и многое другое), начиняя их взрывчатыми веществами.

Некоторые признаки, позволяющие иногда обнаружить самодельные ВОП:

- бесхозные предметы или предметы, не характерные для окружающей обстановки;
- наличие в конструкции штатных боеприпасов;
- элементы, остатки материалов, не характерные для данного предмета или местности;
- признаки горения;
- звук работы часового механизма;
- запах горючих веществ;
- наличие у предмета устройства, напоминающего радиоантенну;
- натянутые проволока, шнур;
- выделяющиеся участки свежевырытой или засохшей земли (на даче);
- следы ремонта, участки стены с нарушенной окраской (у квартиры).

Для проведения терактов в ряде случаев используются радиоуправляемые фугасы, которые приводит в действие террорист-наблюдатель с безопасного для него расстояния.

Поражающее действие ВОП в основном заключается в воздействии воздушной ударной волны и осколков. Ударная волна от взрыва поражает людей, технику и элементы строений (зданий) в зависимости от веса взрывчатого вещества, свойств корпуса ВОП, расстояния до места взрыва, геометрической формы и материала строения, рельефа местности, а также ряда других факторов

Осколки, разлетающиеся при взрыве, вызывают поражение людей, техники и повреждение элементов строений (зданий) в зависимости от мощности взрыва, вида подрыва ВОП, наличия осколков в составе ВОП, рельефа местности, а также ряда других факторов. Как правило, радиусы поражения людей осколками значительно превосходят радиусы поражения взрывной волной.

Лица, совершившие противоправные действия по незаконному приобретению, хранению, изготовлению, хищению, сбыту и применению ВОП, а также проведению террористических актов, несут ответственность согласно действующему законодательству Российской Федерации.

Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета

Взрывоопасные предметы могут быть обнаружены всюду, где проходили боевые действия: в полях, огородах, в лесах и парках, в реках, озёрах и других водоёмах, в домах и подвалах, в других местах, а также на территории бывших артиллерийских и авиационных полигонов. Самодельные ВОП, в случае их применения террористами, могут быть обнаружены в местах скопления людей (вокзалы, станции метрополитена, площади, скверы, дома, учреждения).

В случае обнаружения ВОП или внешне схожего с ним предмета необходимо;

- немедленно сообщить об опасной находке ближайшему должностному лицу, по телефону “02” или в отделение милиции;
- при производстве земляных или других работ — остановить работу;
- хорошо запомнить место обнаружения предмета;
- установить предупредительные знаки или использовать различные подручные материалы — жерди, колья, верёвки, куски материи, камни, грунт и т.п.

При обнаружении ВОП категорически запрещается предпринимать любые действия с ними. Этим вы сохраните свою жизнь и поможете предотвратить несчастный случай. Необходимо не допускать самим и удерживать других от нарушения правил поведения при обнаружении ВОП.

При обнаружении ВОП категорически запрещается:

- наносить удары (ударять по корпусу, а также один боеприпас о другой);
- прикасаться, поднимать, переносить или перекатывать с места на место;
- закапывать в землю или бросать в водоём;
- предпринимать попытки к разборке или распиливанию;
- бросать в костёр или разводить огонь вблизи него.

Одним из распространённых в настоящее время видов террористических акций является угроза по телефону. При этом преступник звонит в заранее выбранное учреждение, организацию, объект, помещение и сообщает о заложенной бомбе или объявляет о предстоящем взрыве, предупреждает о том, сколько времени осталось до срабатывания взрывного устройства и т.п. Как правило, телефонные звонки такого рода являются анонимными, то есть злоумышленник не называет своего имени и не сообщает, почему и с какой целью он задумал совершить этот взрыв.

Получателем информации об анонимной угрозе является лицо, первым снявшее телефонную трубку. Чаще всего это секретарь директора или диспетчер, то есть лицо, функциональной обязанностью которого является отвечать на входящие телефонные звонки. Сообщение обычно бывает лаконичным, поскольку злоумышленник торопится положить трубку, однако, в то же время, он должен убедиться, что его сообщение принято в точности.

Получив информацию об угрозе теракта, секретарь (диспетчер), как правило, действует интуитивно, под влиянием эмоций и инстинкта самосохранения, или руководствуется личными представлениями о необходимых действиях. В ряде случаев такие действия являются неправильными и вызывают панику, что влечёт за собой подчас достаточно серьёзные последствия, чего как раз и добивается террорист.

Следует иметь в виду, что безрассудное выполнение угроз террористов с большой вероятностью приводит к тяжёлым последствиям, которых можно было бы избежать при разумных, осознанных действиях. Вследствие того, что обстановка на объекте, как внутренняя, так и внешняя, время от времени изменяется, такой анализ следует производить регулярно.

Как вести себя при похищении и став заложником террористов

Похищение людей с целью получения выкупа или обмена стало одним из распространённых видов уголовных преступлений. Кроме того, стать заложником можно случайно, например, при ограблении магазина, банка, квартиры, загородного коттеджа, либо при захвате людей террористами.

Заложник - это человек, который находится во власти преступников. Сказанное не значит, что он вообще лишен возможности бороться за благополучное разрешение той ситуации, в которой оказался. Напротив, от его поведения зависит многое. Выбор правильной линии поведения требует наличия соответствующих знаний. Таковыми должны обладать потенциальные жертвы террористических актов и захвата помещений.

Классическая схема похищения выглядит следующим образом: планирование, подготовка, захват, укрытие заложника, общение и допросы, ведение переговоров, получение выкупа, освобождение или убийство жертвы.

На этапе планирования преступники намечают объект для похищения, сумму предполагаемого выкупа, участников операции, наиболее подходящие места для похищения, ведения переговоров, получения выкупа. Наиболее важными моментами этапа планирования являются два взаимосвязанных: выбор подходящей жертвы и определение суммы выкупа.

На этапе подготовки, преступники уделяют большое внимание детальному изучению образа жизни намеченной ими жертвы (и всех членов его семьи), о тех местах, где он чаще всего бывает, о предпринимаемых им мерах безопасности. Они проводят тщательное изучение местности, уточняют маршруты движения между домом, работой, другими посещаемыми местами, выясняют расположение помещений в квартире или офисе, сектор обзора из окон и т.д.

Изучают преступники и близких друзей, деловых партнеров, приближенных сотрудников намеченной жертвы. Это делается для определения тех лиц, которые могут оказаться полезными при ведении переговоров. Уточняют их имена и фамилии, адреса проживания, квартирные телефоны, марки и регистрационные номера личных автомобилей, приметы внешности для быстрого и точного опознания.

Меры защиты

Реальная, в подавляющем большинстве случаев единственная возможность самому быстро вырваться из рук преступников бывает в начальной стадии захвата, в момент нападения. Но если безуспешность попыток освободиться очевидна, лучше не прибегать к крайним мерам, а действовать сообразно складывающимся обстоятельствам.

С момента захвата необходимо контролировать свои действия и фиксировать все, что может способствовать освобождению. Надо постараться запомнить все детали транспортировки с места захвата: время и скорость движения, подъемы и спуски, крутые повороты, остановки у светофоров, железнодорожные переезды, характерные звуки. По возможности все эти сведения надо постараться передать намеком или запиской тем, кто ведет переговоры с преступниками. Если такая возможность не представится, в любом случае помните, что даже самая незначительная информация о “тюрьме для заложника” может оказаться полезной для его освобождения, поимки и изобличения преступников. Надо запоминать все увиденное и услышанное за время пребывания в заключении - расположение окон, дверей, лестниц, цвет обоев, специфические запахи, не говоря уже о голосах, внешности и манерах самих преступников. Необходимо также наблюдать за их поведением, внимательно слушать разговоры между собой, запоминать распределение ролей. Короче, составлять в уме четкий психологический портрет каждого из них.

Известны случаи, когда похищенным людям удавалось оставлять в местах остановок условные знаки, выбрасывать наружу записки, тем или иным способом отмечать ме-

сто своего заточения. Однако делать подобные вещи следует осторожно, так как в случае их обнаружения преступниками неизбежно последует суровое наказание.

Человек становится жертвой с момента захвата, и хотя это происходит в разных условиях, жертва всегда испытывает сильное психическое потрясение (шок). Оно обусловлено внезапным резким переходом от фазы спокойствия к фазе стресса. Люди реагируют на такой переход по-разному: одни оказываются буквально парализованы страхом, другие пытаются дать отпор. Поэтому жизненно важно быстро справиться со своими эмоциями, чтобы вести себя рационально, увеличивая шанс своего спасения.

Внешняя готовность к контакту с преступниками и обсуждению интересующих их вопросов должна сочетаться с главным правилом: помогай не преступникам, а себе. Ведь полученная ими от заложника информация в конечном счете используется во вред ему самому, его близким, сослуживцам, сотрудникам правоохранительных органов. Продуманно следует подходить к вопросам бандитов о возможной реакции своего окружения на похищение, о сумме выкупа, возможности удовлетворения других требований.

Главная задача здесь в том, чтобы своими ответами помочь людям, стремящимся найти и освободить заложника, а не поставить их в затруднительное положение. В частности, аргументированное убеждение преступников в реальности тех или иных требований может способствовать разрешению инцидента “малой кровью”. В то же время очевидно, что нельзя действовать по принципу “все или ничего”. Реакция бандитов на очевидность факта неосуществимости замысла в сочетании с возбужденным психическим состоянием, в котором они, как правило, находятся, может оказаться роковой для заложника. К тому же преступники нередко находятся под воздействием наркотиков, в состоянии алкогольного опьянения

Надо пытаться смягчить враждебность бандитов по отношению к себе, искать возможности установления индивидуальных контактов с некоторыми из них. Это необходимо хотя бы для того, чтобы избежать физических страданий или улучшить условия содержания. Но внешняя готовность найти общий язык с преступниками, участие в обсуждении волнующих их проблем не должны противоречить упомянутому главному принципу: помогать себе, а не бандитам.

Чтобы сломать заложника психологически, преступники используют следующие меры давления:

- ограничивают подвижность, зрение, слух;
- плохо кормят, мучают голодом и жаждой, лишают сигарет;
- создают невыносимые условия пребывания.

Сохранение психологической устойчивости при длительном пребывании в заточении - одно из важнейших условий спасения заложника. Здесь хороши любые приемы и методы, отвлекающие от неприятных ощущений и переживаний, позволяющие сохранить ясность мыслей, адекватную оценку ситуации. Полезно усвоить следующие правила:

Старайтесь, насколько это возможно, соблюдать требования личной гигиены

Делайте доступные в данных условиях физические упражнения. Как минимум, напрягайте и расслабляйте поочередно все мышцы тела, если нельзя выполнять обычный гимнастический комплекс. Подобные упражнения желательно повторять не менее трех раз в день.

Очень полезно во всех отношениях практиковать аутотренинг и медитацию. Подобные методы помогают держать свою психику под контролем.

Вспоминайте про себя прочитанные книги, последовательно обдумывая различные отвлеченные процессы (решайте математические задачи, вспоминайте иностранные слова и т.д.). Ваш мозг должен работать.

Если есть возможность, читайте все, что окажется под рукой, даже если этот текст совершенно вам не интересен. Можно также писать, несмотря на то, что написанное будет отбираться. Важен сам процесс, помогающий сохранить рассудок.

Важно следить за временем, тем более что похитители обычно отбирают часы, отказываются говорить какой сейчас день и час, изолируют от внешнего мира. Отмечайте смену дня и ночи (по активности преступников, по звукам, режиму питания и т.д.).

Старайтесь относиться к происходящему с вами как бы со стороны, не принимая случившееся близко к сердцу, до конца надейтесь на благополучный исход. Страх, депрессия и апатия - три ваших главных врага.

Не выбрасывайте вещи, которые могут вам пригодиться (лекарства, очки, карандаши и т.д.), старайтесь создать хотя бы минимальный запас питьевой воды и продовольствия на тот случай, если вас надолго бросят одного или перестанут кормить.

Преступники отчетливо понимают, что наибольшей опасности они подвергаются в момент получения денежного выкупа. Потому они разрабатывают сложные, многоступенчатые схемы получения денег. Цель принимаемых ими мер - исключение нападения из засады, фиксации факта передачи денег, установления личности преступников.

Освобождение. В том случае, когда преступники сами отпускают на свободу заложника, они отвозят его в какое-то безлюдное место, и там оставляют одного. Другой вариант - его бросают в запертом помещении, выход из которого требует немало времени и сил. Третий вариант - высаживают заложника на оживленной улице (вдали от постов ГИБДД и сотрудников милиции). После чего машину бросают, либо меняют на ней номер.

Может случиться и так, что освободить вас будет милиция. В этом случае надо пытаться убедить преступников, что лучше всего им сдаться. Тогда они могут рассчитывать на более мягкий приговор. Если подобная попытка не удалась, постарайтесь им внушить, что их судьба находится к прямой зависимости от вашей. Если они пойдут или готовы на убийство, то всякие переговоры властей с ними теряют смысл. И тогда остается только штурм с применением оружия.

Когда преступники и заложники выходят наружу из убежища, им всем приказывают держать руки за головой. Не следует этим возмущаться, делать резкие движения. Пока не пройдет процедура опознания, меры предосторожности необходимы.

Если начался штурм или вот-вот начнется, попытайтесь прикрыть свое тело от пуль. Лучше всего лечь на пол подальше от окон и дверей, лицом вниз, не на прямой линии от оконных и дверных проемов. В момент штурма не берите в руки оружие преступников. Иначе бойцы штурмовой группы могут принять вас за преступника и выстрелить на поражение. Им некогда разбираться в то время. Преступники во время штурма нередко стремятся спрятаться среди заложников. Старайтесь в меру своих возможностей не позволять, им этого делать, немедленно сообщайте о них ворвавшимся бойцам.

И последнее. В тех случаях, когда место содержания заложника и нахождения преступников установлено, спецслужбы стремятся использовать имеющиеся у них технические средства для прослушивания разговоров, ведущихся в помещении. Помните об этом и в разговоре с бандитами сообщайте информацию, которая, будучи перехва-

чена, может быть использована для подготовки штурма. Особенно важны сведения о ярких и бросающихся приметах, по которым можно отличить заложника от преступника, о вооружении бандитов, об их количестве, расположении внутри помещения, их моральном состоянии и намерениях.

ТЕМА № 7: « Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения».

Вопрос 1 Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению.

Воздействие электрического тока на организм человека

Электрический ток оказывает на организм человека несколько воздействий, а именно: термическое, электролитическое и биологическое действие. Термическое действие тока проявляется в ожогах отдельных участков тела человека. Электролитическое действие тока проявляется в разложении органических жидкостей, вызывая значительные нарушения их физико-химического состава. Биологическое действие тока проявляется в раздражении и возбуждении живых тканей организма, а также в нарушении внутренних биоэлектрических процессов.

Различают три основных вида поражения человека электрическим током, это электрические травмы, электрический удар и электрический шок.

К видам электрических травм относятся: электрический ожог, электрические знаки, металлизация кожи, механические повреждения и электроофтальмия.

Электрический удар – это возбуждение живых тканей организма проходящим через него электрическим током. Электрический удар сопровождается сильным сокращением мышц. Исход при этом может быть от легкого поражения до смертельного. Причинами смерти от электрического тока могут быть прекращение дыхания, прекращение работы сердца и электрический шок. Возможно также одновременное действие всех трех причин.

Электрический шок – это своеобразная, тяжелая нервно-рефлекторная реакция организма в ответ на чрезмерное раздражение электрическим током, сопровождающаяся глубокими расстройствами кровообращения, дыхания и обмена веществ. Шоковое состояние длится от нескольких десятков минут до суток. После этого может наступить или гибель человека, или выздоровление как результат своевременного активного лечебного вмешательства.

Исход воздействия электрического тока на человека зависит от многих факторов: от рода тока (переменный или постоянный); при переменном токе – от его частоты; значения тока (или напряжения); длительности его воздействия на человека, а также от физического и психического состояния человека.

Наиболее опасным для человека является переменный ток.

Каждый человек должен твердо помнить, что безопасного напряжения не существует и что нельзя прикасаться к токоведущим частям независимо от того, под каким бы напряжением они не находились. При необходимости работы на оборудовании или вблизи его, которое может оказаться под напряжением следует применять средства защиты: заземление, изоляцию, изолирующие инструменты.

Длительность воздействия электрического тока – один из основных факторов, влияющих на исход поражения. Чем меньше время воздействия (менее 1 сек), тем меньше вероятность поражения.

Практикой установлено, что здоровые и физически крепкие люди легче переносят электрические удары, чем больные и слабые. Повышенной восприимчивостью к электрическому току обладают лица, страдающие рядом заболеваний, в первую очередь болезнями кожи, сердечно-сосудистой системы, легких, а также нервными расстройствами (болезнями).

Правила поведения и способы действий при поражении током

Если человека ударило током, и он все еще находится под его воздействием необходимо оказать ему необходимую помощь. Непроизвольное судорожное сокращение мышц руки бывает настолько сильными, что освободить токоведущую часть из рук пострадавшего почти невозможно. Поэтому необходимо быстро отключить электроустановку. Если это невозможно, то пострадавшего следует отделить от токоведущей части.

Нужно помнить, что прикосновение к человеку, попавшему под напряжение, может быть опасно самому спасающему.

Нельзя прикасаться к его телу голыми руками. Для отделения пострадавшего, попавшего под обычное сетевое напряжение (220/380 В) можно применить сухой канат, палку, оттащить (оттянуть) пострадавшего за одежду. Собственные руки при этом необходимо изолировать диэлектрическими перчатками, шарфом, прорезиненной тканью, встать на сухую доску. Разрешается перерубить или перерезать провода инструментом с сухой деревянной ручкой.

Меры первой помощи после освобождения пострадавшего от действия тока зависят от его состояния. Если пострадавший дышит и находится в сознании, то его следует уложить в удобное положение, расстегнуть на нем одежду и накрыть, обеспечив до прихода врача полный покой. При этом даже если человек чувствует себя удовлетворительно, нельзя позволять ему вставать, так как после поражения электрическим током не исключена возможность последующего ухудшения состояния человека. Когда человек находится в бессознательном состоянии, но у него сохраняется устойчивое дыхание и пульс, следует дать ему понюхать нашатырный спирт, растереть одеколоном, обрызгать лицо водой и обеспечить покой. Местные повреждения следует обработать и закрыть повязкой, как при ожогах. Если же пострадавший дышит плохо или не дышит совсем, то следует немедленно приступить к проведению искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Проводить их следует до тех пор, пока не появится самостоятельное дыхание. После того, как к пострадавшему придет сознание, его необходимо обильно напоить чаем, водой, компотом. Не следует давать кофе. Больного следует тепло укрыть. Во всех случаях вызывают врача.

Отравления

Ртуть

Если вы разбили градусник и разлили ртуть, необходимо:

удалить всех посторонних из помещения;
открыть двери, окна для проветривания;
надеть ватно-марлевую повязку, резиновые перчатки и обувь;
собрать ртуть (скребком, щеткой, пылесосом или спринцовкой);
очищенное от ртути место промыть горячей мыльной жидкостью или крутым раствором марганцовки;
после тщательной уборки помещения руки необходимо вымыть с мылом горячей водой;
собранную ртуть следует поместить в герметически закрывающуюся тару (банку, контейнер и т.д.) и сообщить в организацию (предприятие) по демеркуризации помещений и территорий (ликвидация ртутных загрязнений). В том случае, если вам не известна организация (предприятие), которая занимается демеркуризацией, то необходимо обратиться в МЧС России по телефону 01;
при ухудшении состояния здоровья обратиться к врачу.

Окись углерода

Отравления окисью углерода наступают при его вдыхании и относятся к острым отравлениям.

Поражающее действие окиси углерода основано на реакции соединения с гемоглобином, в результате чего образуется карбоксигемоглобин, неспособный осуществлять транспортировку кислорода тканям, следствием чего является гипоксия (кислородное голодание тканей). Этим и объясняются наиболее ранние и выраженные изменения со стороны центральной нервной системы, особенно чувствительной к недостатку кислорода.

Признаками отравления окисью углерода являются: головная боль, головокружение, тошнота, рвота, огушенное состояние, резкая мышечная слабость, затемнение сознания, потеря сознания, кома. При воздействии высоких концентраций окиси углерода наблюдаются тяжелые отравления, которые характеризуются потерей сознания, длительным коматозным состоянием, приводящим в особо тяжелых случаях к смертельному исходу. При этом наблюдается расширение зрачков с вялой реакцией на свет, приступ судорог, резкое напряжение мышц, учащенное поверхностное дыхание, учащенное сердцебиение.

Первая помощь при отравлении окисью углерода. Необходимо вынести пострадавшего на свежий воздух, освободить шею и грудную клетку от стесняющей одежды, поднести к носу нашатырный спирт, при необходимости сделать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца и срочно доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

Пищевое отравление, пищевая токсикоинфекция и интоксикация

Пищевое отравление – это острое заболевание, возникающее в результате употребления пищевых продуктов, содержащих ядовитые вещества.

Возникновение пищевого отравления может быть связано с потреблением продуктов, ядовитых по своей природе (грибы, ягоды, некоторые виды рыб, орехи и т.д.) или загрязненных бактериальными средствами, токсинами, солями тяжелых металлов и др. Пищевое отравление развивается в течение 4-18 часов после приема пищи. Особенно сильно является одновременное поражение группы людей, потреблявших одну и ту же пищу.

Пищевая токсикоинфекция и пищевая интоксикация – острые заболевания, возникающие в результате употребления пищи зараженной определенными видами микроор-

ганизмов. Возбудителями являются палочки сальмонеллы и ботулизма, которые хорошо размножаются в мясных и рыбных консервах, мясных и молочных продуктах.

При пищевом отравлении наблюдается потеря аппетита, появление тошноты, рвоты, болей в желудке, поноса, повышенной температуры тела, головной боли, резкой слабости, расстройства сна, а в тяжелых случаях – потеря сознания.

Из ядовитых растений на территории нашей страны наиболее опасными являются волчья ягода, волчье лыко, вороний глаз, вех ядовитый (цикута), белена. Среди грибов ядовиты мухомор, бледная поганка, ложный опенок, ложные лисички и другие. При отравлении ядовитыми растениями и грибами появляется общая слабость, головокружение, тошнота и рвота, боли в животе. Отравление бледной поганкой характеризуется, кроме того, судорогами икроножных мышц, посинением пальцев, носа, задержкой мочи, падением сердечной деятельности. Особенности отравления красными мухоморами являются обильное потоотделение, слюно- и слезотечение, расширение зрачков и галлюцинации.

При пищевой токсикоинфекции и интоксикации появляются общее плохое самочувствие, тяжесть в желудке, тошнота, рвота, понос, боли в животе, озноб, повышение температуры тела до 38-39°.

При большинстве пищевых отравлений первая помощь должна сводиться к скорейшему удалению содержимого желудочно-кишечного тракта (обильное промывание, дача слабительных), сопровождаемому приемом внутрь адсорбирующих (активированный уголь), осаждающих (охлажденный крепкий чай), нейтрализующих (пищевая сода, кислое питье), обволакивающих (крахмальная слизь, кисель, яичный белок, молоко) веществ.

Промойте пострадавшему желудок – дайте ему выпить около 1 литра теплой подсоленной воды или слабого раствора марганцовокислого калия (всего потребуется до 10-15 литров воды). Вызовите рвоту путем надавливания на корень языка. Дайте пострадавшему 4-5 таблеток активированного угля, напоите крепким чаем или кофе.

Если у пострадавшего нарушено дыхание, немедленно начинайте делать искусственное дыхание. Проверьте пульс у пострадавшего. При отсутствии у него пульса начинайте делать непрямой массаж сердца.

Уложите пострадавшего в такое положение, которое позволит ему свободно дышать и предупредит возможное возникновение приступов удушья или вдыхания рвотных масс.

В любом случае обратитесь за профессиональной медицинской помощью.

Обеспечение личной безопасности при пожаре

Пожар – это огонь, вышедший из-под контроля. Пожар уничтожает материальные ценности и создает угрозу для жизни людей.

Основными параметрами, характеризующими пожар, являются: площадь очага пожара, интенсивность горения, скорость распространения и продолжительность пожара.

Пожар сопровождается открытым огнем и искрами, повышенной температурой, токсичными продуктами горения, дымом, пониженной концентрацией кислорода. В результате пожара может возникнуть угроза от падающих частей строительных конструкций и взрывов.

Основными причинами пожара являются: неисправная электропроводка, замыкание или перегрузка электросети, неправильная эксплуатация бытовых электроприборов, пользование неисправной электротехникой, утечка газа, неосторожное обращение с легковоспламеняющимися и взрывоопасными материалами.

В целях предупреждения пожаров необходимо соблюдать меры противопожарной безопасности:

не оставляйте маленьких детей без присмотра, не позволяйте им баловаться спичками и другими воспламеняющимися предметами;

не перегружайте электросеть и не оставляйте включенные электроприборы без присмотра;

пользуйтесь только исправными электроприборами, розетками, и выключателями;

не заменяйте в распределительных щитах перегоревшие предохранители и пробки проволокой, а также другими, не предназначенными для этого предметами;

не обертывайте электролампы бумагой и материей;

не применяйте для устройства осветительной и электросети, не предназначенные для этого провода (например, телефонные);

не устанавливайте нагревательные приборы вблизи горючих, легковоспламеняющихся и взрывоопасных предметов и материалов;

не используйте мастики, краски, лаки, аэрозольные баллончики вблизи открытого огня;

не пользуйтесь неисправными отопительными печами и не применяйте для растопки горючие жидкости;

не оставляйте легковоспламеняющиеся и взрывоопасные материалы и имущество вблизи печей;

не оставляйте топящиеся печи без надзора;

необходимо периодически чистить дымоходы печей от сажи;

не преграждайте доступ к средствам пожаротушения и не храните на чердаках, лестничных клетках и в коридорах горючие и взрывоопасные материалы и имущество;

если вы почувствовали запах газа, не включайте освещение, не зажигайте спички и не применяйте открытый огонь. Первое, что надо сделать в этом случае – это открыть окно, закрыть вентиль на вашей газовой трубе и вызвать аварийную газовую службу.

В борьбе с пожарами особенно важно быстро отреагировать на него, используя для тушения огня все доступные средства. Однако если огонь в кратчайшее время ликвидировать невозможно, следует немедленно вызвать пожарную команду по телефону 01.

При возникновении пожара сохраняйте самообладание, не впадайте в панику сами и не дайте впасть в панику окружающим. Отсутствие паники поможет оценить обстановку и принять правильное решение:

немедленно вызовите пожарную команду и если площадь очага пожара не велика, и вы чувствуете, что способны справиться с пожаром самостоятельно, то приступайте к тушению пожара;

при тушении пожара, в случае опасности поражения электрическим током, отключите электроэнергию, а для предотвращения взрыва перекройте газ;

нельзя применять воду для тушения пожара на электроустановках находящихся под напряжением, а также в помещениях (складах), где имеются материалы, вступающие в химическую реакцию с водой (металлический натрий, калий, электрическая стружка, негашеная известь);

во время пожара не открывайте окна и двери в целях уменьшения притока воздуха, который способствует усилению огня;

если ликвидировать очаг возгорания собственными силами не удалось, то немедленно покиньте помещение, не забыв при этом предупредить о пожаре людей, находящихся в соседних помещениях;

горящее помещение следует преодолевать, накрывшись с головой мокрой тканью или одеждой для защиты от угарного газа. При невозможности покинуть горящее здание через лестничные марши используйте окна, балконы, проемы в стенах зданий;

через сильно задымленное помещение следует двигаться вдоль стены, на четвереньках или ползком – внизу меньше дыма.

двери следует открывать осторожно, чтобы не произошло вспышки газов;

если у вас или у кого-либо во время пожара загорелась одежда, то, прежде всего, необходимо немедленно погасить пламя (сорвать горящую одежду, накрыться чем-либо препятствующим доступу воздуха или кататься (катать) по земле, пока не собьется пламя).

обожженную часть тела следует освободить от одежды, если к коже прилипли обгоревшие остатки одежды, снимать и отдиравать их от тела нельзя.

Если на месте ожога образовались пузыри, ни в коем случае нельзя их вскрывать. Для борьбы с ожоговым шоком рекомендуется обильное питье и промывание обожженного участка тела струей холодной воды.

В любом случае нужно срочно обратиться за медицинской помощью.

Обеспечение личной безопасности

Человек в процессе своей жизнедеятельности постоянно подвергается опасностям и риску. Существуют так называемые возможные или потенциальные опасности, которые окружают человека в повседневной его жизни. Для того чтобы избежать воздействия негативных факторов этих опасностей, необходимо знать и соблюдать определенные меры безопасности и правила поведения. Вот об этих правилах и мерах безопасности мы с вами поговорим во втором вопросе.

Обеспечение безопасности в городе

Современный город наполнен источниками потенциальной опасности для человека. При неблагоприятном стечении обстоятельств общественный транспорт может стать угрозой для жизни и здоровья человека. Вечерние посещения кинотеатров, концертов заставляют горожан возвращаться домой в позднее время. В городе большое скопление людей притупляет внимание человека и облегчает злоумышленнику исполнение своих преступных намерений.

При довольно тесной застройке и плотном движении автомобильного транспорта, возможно затруднение своевременности оказания медицинской помощи. Горожанин испытывает чувство дискомфорта и часто становится беспомощным при нарушении бесперебойного снабжения водой, электричеством и газом, надежной работы общественного транспорта.

Чтобы избежать опасности, избежать стресса в той или иной ситуации необходимо знать некоторые правила.

Дома и во дворе

Мы должны знать, кто живет рядом и чем он занимается. Это не любопытство, а вежливость и уважение к соседу, к человеку с которым приходится встречаться каждый день. Может у человека горе или несчастье – надо предложить ему помощь, оказать содействие. Может у него праздник – хорошо бы поздравить. Этого требует нормальное, доброе человеческое отношение.

Если вы внимательны, то знаете в своем дворе почти все машины и их владельцев. Появились новые люди, близко к дому продолжительное время стоит новая (незнакомая) машина, с двери, ведущей в подвал, сорван замок – это должно насторожить вас. Проинформируйте своего участкового милиционера, органы правопорядка, работников домоуправления.

Желательно чтобы входная дверь в подъезд закрывалась на кодовый замок и была оборудована домофоном. Во многих подъездах организовано дежурство вахтеров. Обычно это пенсионеры, которые многие годы проживают в этом доме и знают всех жильцов. Им за такую работу доплачивают сами жильцы.

Улица и территория вокруг дома должны хорошо освещаться. Если освещения не достаточно, то следует обратиться в соответствующие службы местной исполнительной власти с требованием наладить освещение.

Вечером вы возвращаетесь домой. Сзади слышны приближающиеся шаги – пропустите догоняющего. Это придаст вам спокойствия, и вы сможете проследить куда пойдет незнакомец. А если окажется, что это человек из вашего дома, то вдвоем будет идти безопаснее.

Не оставляйте свой автомобиль без присмотра. Чтобы исключить проникновения к нему посторонних, оборудуйте его сигнализацией. Желательно всегда оставлять автомобиль на охраняемой стоянке или в гараже. Подходя к автомобилю, проверяйте его внешнее состояние. При обнаружении торчащих из - под машины проводов, натянутой лески или проволоки, осторожно проверьте днище машины. В случае серьезных опасений отойдите от машины на возможно далекое расстояние, предварительно исключив подход к машине других лиц, и вызовите милицию.

Обеспечение безопасности при посещении массовых мероприятий и возникновении общественных беспорядков

В случае если вы случайно, из любопытства или сознательно попали в толпу (митинг, шествие, демонстрацию и т.д.), и в это время в ней начались беспорядки, то постарайтесь держаться подальше от центра толпы, от милиции, а также от стеклянных витрин, решеток, заборов и других мест, где можно получить травму. Если вы что-то выронили или потеряли, не пытайтесь найти и тем более поднять, так - как это, во-первых, связано с риском для жизни, а, во-вторых, все равно бесполезно. Всячески удерживайте равновесие и старайтесь не упасть. Но если вы все же упали, следует защитить голову руками и попытаться немедленно встать. Для этого следует быстро подтянуть к себе ноги, сгруппироваться и рывком подняться, используя движение толпы. Конечно, встать в толпе очень сложно, но иногда это удается. Чтобы избежать случайного удушения постарайтесь снять галстук, шарф, убрать волосы под пальто или куртку. Если есть возможность, то застегнитесь, подтяните пояс. Руки должны быть свободными, согнутыми в локтях и прижаты к туловищу. Толчки сзади надо принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук. И главное – не теряйте самообладания.

В городе необходимо соблюдать следующие правила поведения:

избегайте плохо освещенных, малолюдных мест;

держите деньги или драгоценности во внутреннем кармане, не показывайте их посторонним;

при необходимости ночных передвижений по городу пользуйтесь такси, не соглашайтесь на то, чтобы Вас подвозили незнакомые люди;

если у вас возникла необходимость уточнить место нахождения какого либо здания или узнать адрес, то обращаться нужно к разным людям, так как единственный ответ может быть неправильным;

всегда имейте в распоряжении несколько мелких монет и билетов на городской транспорт;

избегайте мест большого скопления людей – толпы, очереди и т.д., не приближайтесь из любопытства к месту, где что-то случилось, где происходит манифестация или любое другое собрание;

будьте внимательны на дороге, вне зависимости от того, кто Вы – пешеход или водитель.

Обеспечение личной безопасности на водных объектах

На нашей планете всегда есть возможность оказаться в воде: она покрывает 71% земной поверхности. Поэтому древние греки умение плавать считали таким же обязательным, как и умение читать.

Общество спасения на водах со дня своего создания, с 1872 года, учит граждан самым простым правилам безопасного поведения:

не ныряй в незнакомых местах; (не зная броду – не лезь в воду)

не заплывай за буйки;

не приближаться к моторным лодкам и к судам;

не устраивай игр в воде, связанных с захватами;

не заходи в воду и не купайся в нетрезвом виде.

Нарушения этих правил является главной причиной гибели людей на воде. По статистике более 40% взрослого населения тонут в состоянии алкогольного и наркотического опьянения. Впрочем, есть и другая причина: сначала самоуверенность, а потом страх. Но известно, что и от того и от другого часто спасают знания.

Очень часто при длительном пребывании в воде, сильном переутомлении или при резком движении могут появиться судороги. При судорогах ног необходимо лечь на спину и работать одними руками, стараясь при этом помассировать мышцы ног, сведенные судорогой. Если судорога свела мышцы голени, нужно вытянуть ногу и руками подтянуть к себе пальцы стоп. При судорогах мышц бедра нужно согнуть ногу в колене рукой и прижать пятку к ягодице. Если сводит мышцы рук, то лучше плыть на спине или на груди, работая одними ногами, руки приподнять, непрерывно сжимая и разжимая кулаки. При судорогах мышц живота следует лечь на спину и подтянуть колени к животу.

Если вы заплыли далеко, и чувствуете, что нет сил возвратиться обратно, то главное в этом случае – не терять самообладание. Повернитесь на спину, отдохните, восстановите дыхание. После этого постарайтесь спокойно и ровно плыть к берегу, избегая энергичных и порывистых движений. Время от времени делайте остановки, отдыхая на спине.

Тонущему человеку необходимо в первую очередь бросить спасательный круг, доску или любые другие плавающие предметы, которые способны удержать его на поверхности воды до прибытия спасателей. Если спасательных средств нет, то помощь пострадавшему на воде оказывается вплавь. При этом подплывать следует осторожно, лучше всего сзади, чтобы избежать его захватов.

Вот несколько приемов освобождения от захвата тонущего человека:

если вас схватили за руку – необходимо выкрутить руку в сторону больших пальцев тонущего и освободиться от захвата;

при захвате вас за туловище спереди – провести болевой прием нажатием пальцами рук под ушной раковиной тонущего человека;

при захвате вас за шею сзади – провести нырок под руку и освободиться от захвата.

Необходимо помнить, что тонущий человек в состоянии паники не соизмеряет свою силу, и для того чтобы освободиться от захвата, вам необходимо будет приложить не малые усилия.

Наиболее распространенными способами транспортировки утопающего к берегу являются следующие:

подплыть к тонущему со стороны спины, взять его под мышки или затылок, около ушей, и поддерживая его лицо над поверхностью воды, плыть к берегу. Лучше всего плыть на спине, выполняя движения ногами способом «басс»;

поддерживая пострадавшего со спины одной рукой, плыть брассом или на боку, работая свободной рукой и ногами;

просунув руку под обе руки пострадавшего и захватив дальнюю руку выше локтя, плыть брассом или на боку, выполняя движение свободной рукой и ногами.

После выноса пострадавшего на берег или подъема его в лодку следует немедленно оказать ему первую помощь: очистить полость рта, удалить воду из дыхательных путей, при необходимости провести искусственное дыхание, а, если нужно, то и непрямой массаж сердца.

Залогом предупреждения чрезвычайных ситуаций на воде является:

оборудование мест массового купания и зон отдыха;

проведение активной разъяснительной работы с использованием всех средств информации по мерам безопасности на воде;

принятие руководителями всех учебных и детских учреждений необходимых мер по обеспечению безопасности на водоемах и в зонах отдыха (летних лагерях);

обучение населения, прежде всего детей и подростков, плаванию.

Сохраняется угроза безопасности человека и при пользовании водным транспортом. Основные причины гибели людей на водном транспорте связаны со столкновениями судов, их опрокидываниями, пожарами и получением судами пробоин.

Если вы поехали на море и для отдыха воспользовались морским судном, то необходимо помнить, что для своевременного и организованного проведения работ по спасению пассажиров и самого судна на каждом из них разработаны «Расписания по тревогам», где расписаны все действия команды и пассажиров по соответствующим сигналам тревог, а также при возникновении аварийной ситуации. Кроме того, у каждого пассажирского места закрепляется памятка на русском и английском языках, в которой указаны: значение сигналов тревоги; место сбора пассажиров по тревоге; номер и местонахождение спасательной шлюпки; иллюстрированная краткая инструкция по надеванию индивидуальных спасательных средств с указанием места их хранения.

Обеспечение личной безопасности в походе и на природе

Если вы заблудились в лесу, в горах и т.д., очень важно в первый момент:

подавить свое чувство страха;

в течение нескольких минут отдохнуть и успокоиться;

проверить наличие снаряжения и имущества;

оценить ситуацию (преобладание эмоциональных решений часто приводит к ошибкам);

наметить дальнейший план своих действий и маршрут движения.

Ориентирование на местности

При отсутствии компаса стороны света нужно определить по солнцу или местным приметам, ночью по звездам и луне.

Ориентирование по солнцу

Метод может быть использован в любое время суток, когда солнце светит достаточно ярко для того, чтобы прямая палка (длиною около метра) давала тень. Для этого необходимо:

воткнуть метровую палку в землю;

отметить контур тени подручными средствами (например, камнем);

подождать 10-15 минут, пока тень от палки передвинется на несколько сантиметров;

отметить новую позицию тени;

провести прямую от первой позиции тени ко второй, продолжив эту линию еще на шаг;

стать носком левой ноги напротив первого камня, а носком правой в конец отмеченной линии.

В таком положении вы будете находиться лицом в направлении севера. Соответственно справа от вас будет восток, слева – запад, а со спины – юг.

Ориентирование ночью

Направление на север всегда показывает Полярная звезда, находящаяся в созвездии Малая Медведица (Малый Ковш).

Для того, что бы отыскать Полярную звезду необходимо:

найти созвездие Большой Медведицы (Большой Ковш) и две крайние звезды в этом созвездии;

мысленно провести прямую линию, соединяющую эти звезды и отметить расстояние между ними;

на продолжении этой линии, на расстоянии примерно в 5 раз больше, чем расстояние между крайними звездами находится Полярная звезда.

Когда Большая Медведица скрыта от взгляда, отыскать Полярную Звезду можно по Созвездию Кассиопеи. Это созвездие почти всегда находится напротив Большой Медведицы и состоит из пяти ярких звезд, похожих на асимметричное «М». Полярная звезда расположена прямо напротив центральной звезды созвездия, примерно на том же расстоянии, что и от Большой Медведицы.

Добывание пищи и питьевой воды

Для выживания человека требуется, прежде всего, вода и пища.

Питание следует распределять следующим образом:

2/3 от общего количества продуктов – на первую половину пути, 1/3 – на вторую;

избегайте употребления пищи содержащей много крахмала, т.к. эта пища вызывает усиленную жажду;

любую пищу необходимо тщательно пережевывать.

Воду можно найти, докопавшись до подземных вод дождевого происхождения или талого снега, собирая росу, выжав сок из растений или конденсированием.

Питьевую воду следует потреблять экономно, для этого надо:

пить небольшими порциями (в сильную жару нужно смачивать губы и рот);

не пить часто;

для сохранения в организме влаги в жаркую погоду питьевую воду можно чуть подсаливать.

Грязную воду, чтобы не заболеть инфекционными болезнями, следует по возможности прокипятить не менее 10 минут. При кипячении можно добавить древесный уголь из костра, чтобы нейтрализовать неприятный запах воды.

Если прокипятить воду нельзя, ее следует профильтровать через слой песка и золы (наполнив ими одежду или продырявленную банку). Затем ей необходимо дать отстояться в течение 12 часов и добавить слабый раствор марганцовки или йода, перед употреблением, воду еще раз отстоять примерно 45 минут.

Разжигание костра

Огонь увеличивает безопасность человека на природе. Огонь необходим для обогрева, приготовления пищи, сушки одежды, сигнализации о месте своего нахождения и об опасности, а также очистки воды путем ее кипячения и защиты от диких животных.

При наличии спичек огонь можно разводить в любых условиях и в любую погоду. Для выживания на природе, нужно уметь сохранять пламя спички при сильном ветре и разводить костер.

При разведении костра следует учитывать, что:

маленький костер легче разводить и контролировать, чем большой;

несколько маленьких костров, разведенных в холодную погоду вокруг вас, дадут больше тепла, чем один большой костер;

при разведении костра на мокрой почве или на снегу, нужно соорудить платформу из бревен или камней;

с помощью щита (ветролома) или отражателя можно защитить огонь от ветра или направить тепло в необходимом направлении.

В качестве топлива лучше использовать высохшие деревья и ветки. В мокрую погоду сухое топливо можно найти под стволами поваленных деревьев. В местности с редкой растительностью – сухие травы, помет зверей, животные жиры, а иногда даже уголь или торф, которые могут находиться на поверхности почвы; если поблизости имеются обломки транспортного средства (автобуса, автомобиля и т.п.) то в качестве топлива можно использовать обшивку сидений или смесь бензина и масла (нефти).

Прежде чем вы попытаетесь разжечь костер, необходимо приготовьте стружку или маленькие бруски из сухого дерева, еловые шишки, засохшие еловые иглы, кору деревьев, хворостинки травы или сухие лишайники. Знайте, что даже в дождь смола еловых шишек и сухая кора березы быстро загорятся потому, что они содержат смолистые вещества, которые очень хорошо горят.

Дикие животные и опасные насекомые

Дикие животные встречаются людям довольно редко, почуяв человека, они обычно уходят. В лесу и в горах вы можете столкнуться с такими животными как: бурые медведи, волки, лисы, рысь и дикие кабаны. В поисках еды дикие животные могут близко подходить к пастбищам и селениям. Особенно часто это происходит в зимнее время.

При встрече с дикими животными надо дать им возможность уйти (т.к. они нападают на человека, только если ранены, испуганы неожиданной встречей или защищают детенышей). При явном агрессивном поведении животного надо попытаться отогнать его, используя огонь или шум, (размахивать горячей веткой, кричать стучать палкой о дерево и т.д.) Никогда не поворачивайтесь к диким животным спиной и не убегайте. При встрече с животным нужно медленно отступать, наблюдая за его поведением, для спасения предпочтительнее выбрать дерево, речку или озеро.

Укусы животными

Бешенство – инфекционное заболевание, которым могут болеть все теплокровные животные (собаки, лисы, белки, кошки и многие другие домашние, и дикие животные). Чаще всего человек может пострадать от укуса бешеной лисы и собаки.

Бешенство у собак характеризуется следующими признаками: животное становится вялым, уходит от людей, забивается в темные места, неохотно выполняет поданные команды, аппетит снижен.

Иногда заболевшая собака может быть очень навязчивой, повышено ласковой, лижет хозяину руки, лицо. Это состояние сменяется беспокойством, пугливостью и повышенной раздражительностью. Затем возбуждение дополняется агрессивностью и яростью. Собака набрасывается на людей и животных.

При нападении бешеного животного, из раны, оставшейся после его укуса, нужно сразу же выдавить кровь. Этот прием следует повторить 3-4 раза. Затем обмыть место укуса чистой водой, крепким раствором марганцовки, спиртом и смазать йодом. После оказания первой помощи немедленно обратиться к врачу.

Ядовитые змеи

Змеи, как и дикие животные, стараются не попадаться человеку на глаза.

При передвижении смотрите под ноги, густую траву желательно раздвигать перед собой палкой, особое внимание проявляйте на солнечных полянах. Змей можно встретить у старых пней, у нагретых солнцем камней и на ветвях деревьев. При обнаружении змеи надо остановиться, отступить назад, не делая резких движений и обойти ее стороной. Змея может укусить только в том случае, если человек пройдет очень близко или случайно заденет ее.

Укус ядовитой змеи очень опасен. Змеиные яды – сложный комплекс биологически активных ферментов, вызывающих вялый паралич скелетной и дыхательной мускулатуры. Смерть пораженных, змеиным ядом, может наступить в результате остановки дыхания.

В змеином яде присутствует фермент, усугубляющий развитие паралича, а также ферменты, вызывающие отеки, повышение сосудистой проницаемости, нарушения в свертываемости крови, падению артериального давления и других повреждающих воздействий на жизненно важные функции организма.

Первая помощь при укусах змей должна начинаться с иммобилизации (обездвиживание) пораженной части тела, т.к. распространение яда из места укуса происходит главным образом лимфатическими путями и усиливается при мышечных движениях.

Если из укушенного места идет кровь, не надо ее останавливать, а наоборот стараться усилить кровотечение, опустив вниз укушенную конечность, и выдавливать кровь, не прикасаясь к ране. Только в самом крайнем случае можно отсасывать яд из ранки ртом. При наличии ранки во рту или кариозных зубов отсасывание ртом невозможно. Рану нужно промыть чистой водой, спиртом, раствором марганцовки. С целью обезвреживания яда, оставшегося в ране, ее необходимо прижечь раскаленным металлическим предметом, обработать место укуса антисептиками и наложите тугую стерильную повязку.

При необходимости произведите искусственное дыхание; обеспечьте покой пострадавшему, дайте обильное питье (крепкий чай, кофе) для нормализации водно-солевого баланса и как можно быстрее доставьте пострадавшего в лечебное учреждение.

Опасные насекомые

Многие болезни вызываются или передаются через паразитические растения и насекомых. Наиболее распространенными опасными насекомыми являются комары, клещи и вши. Комариный укус может являться переносчиком малярии, желтой лихорадки и других болезней.

Для профилактики комариного укуса следует:

разбивать лагерь на возвышенном месте подальше от заболоченного участка местности;

спать под покрывалом, тщательно заправив свою одежду, закрыв по возможности открытые участки тела;

можно использовать дымовую завесу (занавесь);

для профилактики малярии следует принимать противомаларийные таблетки.

Клещи и вши распространены повсюду на земле и могут вызвать различные заболевания кожи. После укуса вши, старайтесь не чесать это место, поскольку лишь ускорите проникновение инфекции. Клещ является одним из наиболее опасных для человека кровососов. Клещ хранитель и переносчик тяжелых заболеваний – клещевого энцефалита и туляремии. Клещевой энцефалит поражает преимущественно центральную нервную систему.

В случае обнаружения на теле впившегося клеща необходимо обмазать это место вазелином, растительным маслом, или другой жидкостью с маслянистой пленкой и подождать 0,5 часа, или попытаться прижечь близко к туловищу клеща. Затем, захватив головку клеща как можно ближе к коже, удалите его, стараясь не оторвать головку от туловища. Если это случилось необходимо принять все меры для удаления головки клеща из кожи. В любом случае необходимо сразу же обратиться в лечебное учреждение.

Мерами профилактики являются:

Одежду чаще проветривайте и просушивайте на солнце. Хорошо заправляйте одежду, что бы исключить возможность заползания насекомых. Умывайтесь с мылом, если его нет, используйте мелкий речной песок, ил и другие природные осадки речного дна. Чаще исследуйте волосистые части тела и одежду, чтобы своевременно обнаружить паразитов.

Укусы жалящими насекомыми

Укусы пчел, ос, оводов и некоторых других насекомых не следует недооценивать. Так, например, множественные укусы пчел и ос могут вызвать смертельный исход. При этом особенно опасен укус пчелы в язык, что может вызвать удушье. В таких случаях следует положить на язык лед и обильно промывать его холодной водой.

При укусах «жалящими» насекомыми необходимо, прежде всего, удалить жало, выдавить пальцами из ранки яд, промыть ранку нашатырным спиртом или раствором йода. Места укуса комаров, мух, оводов протирайте нашатырным спиртом, одеколоном или мыльным раствором.

Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице.

Многие люди у себя дома содержат животных – собак и кошек. Некоторые приобретают и содержат различных экзотических животных и птиц. Большинство из них становятся нашими любимцами. Однако содержание этих животных требует соблюдения определенных правил, особенно это относится к городским жителям, которые содержат своих питомцев в квартирах.

Лица, занимающиеся содержанием и разведением домашних животных либо принявшие на содержание бесхозных животных, обязаны обеспечивать им условия в соот-

ветствии с зоотехническими требованиями по видам и породам и соблюдать требования ветеринарной и общественной безопасности.

Владельцы животных обязаны обеспечить такое поведение животного, которое бы не причиняло беспокойства и не представляло опасности для окружающих. Запрещается содержание в жилых помещениях сельскохозяйственного продуктивного скота, а также организация в жилых помещениях приютов и питомников для любых видов животных. Владельцы обязаны предоставлять своим животным необходимое количество пищи и воды, выгуливать в соответствии с потребностями, соблюдать правила содержания. В случае заболевания либо подозрении на заболевание животного владелец животного обязан немедленно обратиться к ветеринарному врачу. Владельцы собак, имеющие в собственности или пользовании земельный участок, могут содержать собак в свободном выгуле только на хорошо огороженной территории или на привязи. О наличии собаки должна быть сделана предупреждающая надпись при входе на земельный участок.

Перемещение и перевозка домашних животных на всех видах транспорта допускается при наличии сопровождающего старше 14 лет, наличии ветеринарного паспорта и разрешающих документов с отметкой о вакцинации животного. В метрополитене возможна перевозка мелких животных в сумках либо иных контейнерах.

В общественных местах, в транспорте собаки должны находиться на поводке и в наморднике. Без поводка собаки могут находиться только в разрешенных для свободного выгула местах. Собаки сторожевых, бойцовых, крупных и агрессивных пород могут перемещаться либо выгуливаться только в наморднике и при наличии отдельного сопровождающего. Перемещение и перевозка животных лицами в нетрезвом состоянии не допускается. Запрещается выгул животных в местах, имеющих запрещающие знаки, а также на детских площадках, территориях детских дошкольных и учебных заведений, больниц.

Вопрос 2 Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Те, кто утверждают, что не имеют чувства страха, прежде всего обманывают самих себя. Ощущение страха, появляющееся в момент опасности у человека, – естественное чувство. Это срабатывает инстинкт самосохранения – сигнал тревоги в опасной ситуации. Страх мобилизует физические силы, ускоряет работу мозга, концентрирует внимание, помогает выходить из тупиковой ситуации.

Отсутствие чувства страха в некоторых случаях означает отсутствие воображения и, следовательно, неспособность оценить опасность. Наоборот, те, у кого пылкое воображение, могут часто испытывать это ощущение непропорционально реальной опасности.

На почве страха у людей появляется беспокойство, трепет, слабость, бессилие, неподвижность, возбуждение. Это состояние сопровождается нарушениями вегетативной нервной системы или же истерической реакцией, которая характеризуется неясностью суждений и неспособностью к действиям. Отсутствие ясности в оценке ситуации влечет за собой состояние безвыходности и отказ от сопротивления. Человек, охваченный паникой, может быстро вовлечь в подобное состояние и окружающих.

Подобное поведение лишено какого-либо здравого смысла. Это чистый инстинкт, характеризующийся криком: "Спасайся, кто может!"

Люди, охваченные паникой, полностью теряют индивидуальные достоинства и становятся частью разрушительной массы, неспособной контролировать свои действия. Толпа, действующая вслепую, может увеличить опасность. Отсутствие представления о реальной опасности неоднократно приводило к необдуманным действиям, таким, как прыжки из окон верхних этажей. В те моменты это казалось менее мучительным, чем ожидание помощи или поиск другого способа спасения.

Противодействовать панике чрезвычайно трудно. Справиться с этим может человек очень известный и уважаемый, придерживающийся твердой линии поведения, умеющий разговаривать с толпой и внушать уважение.

Средства борьбы с паникой

Убеждение (если есть время);

Категорический приказ;

Объяснение опасности, которая в данный момент несущественна;

Использование силы и устранение наиболее злобных паникеров.

Остановить толпу, которая впадает в панику, значительно легче, начиная с последних и уменьшая группу, насколько это возможно. Перегораживать дорогу толпе, которая движется, гораздо труднее, так как сзади давят на идущих впереди.

Когда страх становится постоянным состоянием, он превращается в подлость.

Как правило, преодолению страха способствует, прежде всего, чувство личной ответственности, осознание значимости дела, которое делают. Опасность и риск для здоровья, важность выполняемых работ - всё это поднимает значимость совершаемого в собственных глазах и во мнении общества в целом.

У неподготовленных психологически, не закалённых людей появляется чувство страха и стремление убежать из опасного места, у других - психологический шок, сопровождаемый оцепенением мышц. В этот момент нарушается процесс нормального мышления, ослабевают или полностью теряется контроль сознания над чувствами и волей. Нервные процессы (возбуждение или торможение) проявляются по-разному. Например, у некоторых расширяются зрачки - говорят, "у страха глаза велики", нарушается дыхание, начинается сердцебиение "сердце готово вырваться из груди", спазмы периферических кровеносных сосудов - "побелел как мел", появляется холодный пот, слабеют мышцы - "опустились руки или колени подогнулись", меняется тембр голоса, а иногда теряется дар речи. Известны даже случаи смерти при внезапном страхе от резкого нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Такое состояние бывает довольно продолжительным - от нескольких часов до нескольких суток. При ликвидации последствий землетрясений и аварий приходится иногда наблюдать людей, которые находятся в состоянии душевной подавленности, могут длительное время бесцельно бродить по развалинам.

Неожиданность возникновения опасности, незнание характера и возможных последствий стихийного бедствия или аварии, правил поведения в этой обстановке, отсутствие опыта и навыков в борьбе со стихией, слабая морально-психологическая подготовка - все это причины такого поведения людей.

Групповое поведение людей в чрезвычайных ситуациях. Паника.

Под групповым поведением людей в ЧС понимают поведение большинства лиц, входящих в группу и оказавшихся перед лицом внезапного и опасного происшествия или угрозы такого происшествия, которые затрагивают интересы всех людей. Это сопряжено с реальными или потенциальными материальными потерями, человеческими жертвами и характеризуется заметной дезорганизацией общественного порядка.

Групповое поведение людей связано с одним и тем же внешним событием и зависит от таких эмоциональных факторов, которые связаны с групповым умонастроением, а не с индивидуальными свойствами психики человека. Об этом говорит статистика катастроф, судьбы пострадавших, действия спасателей и поведение окружающего населения, которое само по себе не пострадало от действия чрезвычайных ситуаций.

Панические реакции могут наблюдаться и у группы людей в замкнутых помещениях с неизвестной планировкой, когда человек ощущает угрозу своей жизни. Многие в этих случаях считают, что спастись почти нельзя, мгновенно подвергаются чувству массового страха, особенно, если в группе есть неуравновешенные люди, а таких может быть не более 2 % от числа всей группы. В психологическом плане паника очень заразна, так как связана с проявлением “стадного инстинкта”. Необходимо знать, что заранее принятые меры предосторожности не могут полностью гарантировать возможности возникновения паники, но могут ее существенно уменьшить, поэтому принятие таких мер обязательно.

Профилактика панических реакций

1) Основу профилактики любых психологических явлений составляет анализ особенностей возникновения и течения различных форм индивидуальных и коллективных реакций страха (паники).

2) Профотбор лиц для работы на опасных видах труда и особенно руководителей производственных коллективов (существуют личности с повышенным уровнем риска). Накопленный опыт изучения катастрофических ситуаций позволяет утверждать положение о наличии лиц (психопатия, нервность), склонных к созданию несчастных случаев и к неадекватным действиям в угрожающей ситуации.

3) Обучение проблемам обеспечения безопасности и воспитательная работа по формированию в сознании людей осторожности, предупреждению и разумному поведению в аварийных и чрезвычайных ситуациях. Человек, работающий на опасных производствах должен:

- знать свои обязанности по профилактике ЧС и нести ответственность не только за возникновение несчастных случаев, но и за характер своих действий при руководстве массами при пожарах и других ЧС;

- иметь психологическую готовность к действиям в ЧС, сознавать, что взрыв, пожар или другие явления — это реальная опасность, и быть готовым не только для профилактики или остановки катастрофического процесса, но и для руководства массами людей;

- знать графики работы смен и схемы действий в критических ситуациях.

4. Основной задачей в ЧС и во время катастрофы является сохранение спокойствия людей и быстрая разумная деятельность. Это достигается информационными средствами и примером действий окружающих лиц. Люди должны знать и понимать, что народ в условиях давки гибнет.

5. Руководство массой людей составляет основу профилактики паники. Паническая реакция — это всегда индукция страха, утрата степени сознательного руководства и случайный захват “руководства” действиями людей лицами, находящимися в состоянии страха и действующими бессознательно, автоматически. Эти лица яркостью поступков и речи (крики) возбуждают окружающих и фактически увлекают за собой лиц, находящихся в связи со страхом в состоянии суженного сознания и действующих автоматически без оценки сложившейся ситуации. В состоянии страха люди легко поддаются управлению и могут быть привлечены в условия безопасной и объектив-

ной деятельности. Если руководство массой осуществляется сознательной личностью, то люди сохраняют способность разумных дел.

6. Особую роль в профилактике страха осуществляет деловая занятость (должность) человека и демонстрация организованности действий окружающих лиц. “Действие спасает от страха. Оно спасает и от страха, и от слабостей, даже от холода и болезней” (Антуан де Сент-Экзюпери). Так, солдаты, привлеченные спасать детей при повторных толчках землетрясения, не испытывали страха в отличие от ничем не занятых людей (Ленинакан).

7. В острой ситуации или угрожающей обстановке необходимо убирать (фиксировать) людей, способных индуцировать страх и вовлечь людей в опасную деятельность. Их влияние на окружающих должно быть приостановлено, так как может произойти индукция (передача) их действий массе людей.

8. В структуре руководства массой людей большую роль играет система оповещения: громкоговорящее оповещение, световые и звуковые сигналы, указатели выходов, направления движения и другие средства.

Громкоговорящее оповещение населения (громкоговорители на улицах, в помещениях) позволяет обеспечить безопасность поступков лиц, находящихся в кризисной (катастрофической) ситуации. Сообщается об опасности пользования лифтом (остановка и невозможность его покинуть) и даются указания о действиях по защите и выходу из опасной зоны и т. д.

Информационно-психологические рекомендации воздействия на людей в чрезвычайных ситуациях. Достоверный источник информации в период стихийных бедствий и ликвидации их последствий ассоциируется у местных жителей с центральным для данного района органом исполнительной власти. В целях профилактики нежелательных психоэмоциональных реакций людей, панических настроений целесообразно укреплять местные органы власти на уровне глав районов городов, поселков информационными ресурсами субъекта Федерации и федерального центра.

Местные СМИ (по сравнению с центральными) в период стихийных бедствий и ликвидации их последствий обладают большей эффективностью воздействия на сознание людей, поскольку газеты, телевидение, радио того или иного района непосредственно включаются в экстремальные условия его жизнедеятельности, в процесс ликвидации последствий ЧС.

Информационные сообщения для жителей населенных пунктов, подвергшихся стихийному бедствию, должны проходить оперативную психологическую экспертизу. Для всех источников информации следует готовить соответствующие рекомендации, основанные на знании психологических закономерностей восприятия и переработки людьми информации в условиях стресса.

Недостаток информации о событии способствует возникновению слухов и любой дезинформации. Если власть запаздывает с информированием населения, естественно, появляются распространители слухов, сплетен.

Объективно успокаивает любая информация, исходящая из доверительного источника. Люди, и в первую очередь взрослые, нуждаются в правдивой информации, исходящей от властей или от компетентных специалистов. Чаще более спокойно и уверенно чувствуют себя те, кто находится ближе к источнику информации, даже если она не самая обнадеживающая.

В меньшей степени страдают люди, которые с самого начала чрезвычайного события включились в практическую, общественно полезную деятельность (практически не остается психических проявлений).

Тема 8. Правила и порядок оказания первой помощи себе и пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и ЧС. Основы ухода за больными.

Учебные вопросы:

1. Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях.
2. Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны.
3. Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших.
4. Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах.
5. Правила оказания помощи утопающему.
6. Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
7. Основы ухода за больными.
8. Возможный состав домашней медицинской аптечки.

1. Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях

Первая помощь – простейшие срочные меры, необходимые для спасения жизни и здоровья пострадавшего при повреждениях, несчастных случаях и т.п. Первая помощь оказывается на месте происшествия, после оценки обстановки, до прибытия врача или доставки пострадавшего в больницу.

В организации первой помощи различают две фазы:

- первая – оказание само- и взаимопомощи сразу же после возникновения стихийного бедствия, аварии, возникновения очага поражения, когда еще не прибыли силы здравоохранения и спасательные подразделения;
- вторая – оказание первой помощи прибывшим личным составом спасательных подразделений и медицинскими формированиями одновременно с организацией само- и взаимопомощи.

Возможности организации само- и взаимопомощи в первой фазе возникновения чрезвычайных ситуаций в очагах поражения ограничиваются в связи с непредсказуемостью обстановки, опасностью передвижения по очагу, отсутствием средств для оказания помощи, морально-психологическим состоянием людей, находящихся в очаге. В связи с этим в экстремальных условиях само- и взаимопомощь может проводиться только в безопасных местах. При достаточном уровне подготовленности населения

преимущество само- и взаимопомощи очевидно, так как она может быть оказана в первые же минуты после поражения.

Из мировой практики ликвидации последствий ЧС известно, что не получив необходимой помощи, через 1 час после аварии или катастрофы умирают до 40 % тяжелопораженных, через 3 часа – до 60 %, а через 6 – 95 %.

Мероприятия первой помощи различны в зависимости от вида поражения. Основными видами поражений людей в чрезвычайных ситуациях являются: травмы, термические ожоги, радиационные поражения, острые химические отравления, психоэмоциональные расстройства, массовые инфекционные поражения, переохлаждения, перегревания, комбинированные поражения (механотермические, радиационно-термические, радиационно-механические и др.), несчастные случаи (утопления, солнечный, тепловой удар, укусы змей, бытовые отравления). Все названные виды поражений могут быть условно разделены на два профиля – хирургический и терапевтический.

К наиболее распространенным поражениям хирургического профиля относятся механические травмы, синдром длительного сдавления, переломы костей, наружные кровотечения, ожоги.

Так, при землетрясении в Армении (1988 г.) травмы черепа и позвоночника составили 27,1 %, травмы груди, живота, таза – 19 %, переломы костей конечностей – 40,5 %, повреждения мягких тканей – 12,8 %, синдром длительного сдавления – 23,8 %. Состояние шока отмечалось почти у 90 % пострадавших.

Общие меры первой помощи:

1. Удалить пострадавшего из обстановки, вызвавшей несчастный случай (например, извлечь придавленного из-под обломков), устранить действие вредного фактора (например, дать доступ свежего воздуха при отравлении угарным газом, удалить от источника тока при электротравме и т.д.).

2. Устранить вредное влияние обстановки (перенести в помещение, а если надо – в прохладное место, согреть и т.д.).

3. Оказать необходимую помощь медицинского характера (сделать повязку при ранении, наложить шину при переломе, перетянуть конечность при кровотечении и т.д.).

4. Доставить пострадавшего в лечебное учреждение или вызвать к нему скорую помощь.

Первая помощь оказывается на месте поражения, а ее вид определяется характером повреждений, состоянием пострадавшего и конкретной обстановкой на месте происшествия.

Тяжелые травмы, вдыхание ядовитых газов или воздуха с малым содержанием кислорода, поражение электрическим током и другие причины могут привести к смерти пострадавшего, которая в первые минуты носит обратимый характер и называется клинической или мнимой.

Наиболее достоверными признаками клинической смерти являются отсутствие сознания, отсутствие дыхания, отсутствие пульсации крупных артерий, расширенные зрачки, не реагирующие на свет. Наряду с указанными признаками отмечаются бледность

или синюшность кожи и слизистых оболочек, общее расслабление мышц, уменьшение кровотечения из ран и др.

При отсутствии в течение ближайших 3÷5 минут необходимой помощи в коре головного мозга наступают необратимые изменения и в дальнейшем развивается биологическая, истинная смерть.

При отсутствии у пострадавшего сознания определяется наличие пульса. Не следует терять время на определение признаков дыхания. Они трудноуловимы, и на их определение с помощью ворсинок ватки, зеркала или наблюдения за движением грудной клетки можно потерять неоправданно много времени. Самостоятельное дыхание без пульса на сонной артерии продолжается не более минуты.

Если подтвердились признаки клинической смерти, быстро освободить грудную клетку от одежды и нанести прекардиальный удар по груди. При его неэффективности приступить к сердечно-легочной реанимации.

Правила освобождения грудной клетки от одежды для проведения реанимации:

- расстегнуть пуговицы рубашки и освободить грудную клетку;
- джемпер, свитер или водолазку приподнять и сдвинуть к шее;
- майку, футболку или любое нательное белье из тонкой ткани можно не снимать. Но прежде чем наносить удар по груди или приступить к непрямому массажу сердца, следует убедиться, что под тканью нет нательного крестика или кулона;
- поясной ремень обязательно расстегнуть или ослабить. Известны случаи, когда во время проведения непрямого массажа сердца печень повреждалась о край жесткого ремня.

В случаях, когда помощь оказывается женщине и на ней надет бюстгальтер, его сдвигают ближе к шее.

Если одежда пострадавшего пропитана кровью или возле него лужа крови более метра, а также при травматической ампутации конечности необходимо без промедления пережать рукой кровеносный сосуд выше раны, пока не будет наложен кровоостанавливающий жгут.

Внимание! При сильном артериальном кровотечении из поврежденных конечностей для его остановки отпущено всего 30 секунд, иначе кровопотеря будет несовместимой с жизнью.

При отсутствии кровоостанавливающего жгута, сосуды выше раны пережимаются при помощи скрутки, изготовленной из подручных материалов (кусок арматуры, ветки закручивается в петле, изготовленной из поясного ремня, косынки, веревки, электропровода).

Если конечность пострадавшего находится в неестественном положении, то при помощи любых предметов (доска, ветка и т.п.) проводят временную иммобилизацию конечности в щадящем положении. При отсутствии предметов поврежденную руку можно прибинтовать к туловищу, а пострадавшую ногу – к здоровой ноге.

Если у неподвижно сидящего или лежащего пострадавшего обнаружены **признаки биологической смерти**, то нет никакого смысла приступать к оказанию первой помощи, а если пребывание на месте происшествия представляет опасность для жизни

(угроза взрыва, воспламенения, сильной загазованности), следует немедленно покинуть опасную зону, оставив умершего на месте.

К признакам биологической смерти относятся:

- высыхание роговицы глаз (появление у глаз «селёдочного блеска»);
- деформация зрачка при сжатии глаза пальцами (феномен «кошачьего зрачка»);
- появление на коже трупных пятен. Трупные пятна образуются в местах затекания крови под кожу. Если умерший лежит на спине, то они появятся возле ушей, на спине и ягодицах. Трупные пятна не появляются при большой кровопотере, утоплении, пребывании на морозе, а также при отравлении угарным газом.

При обнаружении пострадавшего с признаками биологической смерти необходимо:

- вызвать полицию;
- не перемещать тело до прибытия сотрудников полиции;
- накрыть умершего тканью;
- в устных и письменных показаниях обязательно указать наличие признаков биологической смерти.

2. Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны

Рана – это повреждение тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающиеся нарушением целостности кожи и слизистых оболочек.

В зависимости от формы ранящего предмета или вида оружия раны разделяют на резаные, рубленые, колотые, рваные, ушибленные, укушенные и огнестрельные.

Резаные раны наносят предметами или холодным оружием, имеющими острые края (нож, стекло, лезвие бритвы). Такие раны имеют ровные края, обычно зияют и сильно кровоточат. Боль при резаных ранах выражена в меньшей степени, чем при других видах ранений.

Рубленые раны наносятся топором, мечом и т.п. По-своему они схожи с резаными, но более глубокие и иногда сопровождаются повреждением костей.

Колотые раны наносятся колющими предметами – иглой, гвоздем, штыком, ножом и др. Для них характерно небольшое раневое отверстие в коже, но ткани при этом повреждаются обычно довольно глубоко, иногда повреждаются и внутренние органы человека. Наружное кровотечение обычно незначительно.

Рваные раны возникают при ранениях осколками снарядов, при попадании человека под колеса движущегося транспорта и т.д. У рваных ран края неровные, окружающие ткани сильно повреждены. Кровотечение небольшое, болевые ощущения всегда значительные.

Ушибленные раны по внешнему виду похожи на рваные. Такие раны возникают при сильном ударе камнем или другим тупым предметом, при обвалах, воздействии ударной волны.

Если рваные или ушибленные раны сопровождаются обширным повреждением тканей, их называют **размозженными**. Рваные, ушибленные и размозженные раны часто сопровождаются развитием раневой инфекции.

Укушенные раны причиняются зубами животных и человека. В укушенные ранения обычно попадает инфекция, всегда содержащаяся в ротовой полости. Они часто нагнаиваются и плохо заживают.

Огнестрельные раны наносятся пулями, осколками снарядов дробью. Раны, нанесенные огнестрельным оружием, бывают рваные, ушибленные или размозженные. При огнестрельных ранениях сильно повреждаются ткани, нередко пуля или осколок, попадая в кости скелета, дробит их на части, а костные осколки дополнительно повреждают мягкие ткани.

При различных ранениях и повреждениях в рану попадают микроорганизмы вместе с ранящим предметом, кусками одежды, дерева, комьями земли и т.д., а также из воздуха и при прикосновении к ране руками. Раны, зараженные микроорганизмами, называют **инфицированными**, а возникающее вследствие этого заболевание – раневой инфекцией.

Инфицированная рана через несколько часов или дней покрывается налетом, края ее становятся отечными, окружающая кожа краснеет, боли в ране, обычно стихающие через несколько часов после ранения, возобновляются. Повышается температура тела и самочувствие пострадавшего ухудшается.

Для защиты раны от загрязнения ее закрывают повязкой. Но прежде чем наложить первичную повязку при оказании первой помощи, нужно обнажить рану, не загрязняя ее и не причиняя боли пораженному. Верхнюю одежду снимают или разрезают (распарывают по шву). При ранениях конечностей надо снять одежду сначала со здоровой конечности, а затем с поврежденной. Нижнюю одежду, белье и обувь обычно распарывают по шву для обнажения области ранения, затем осторожно отворачивают края одежды. Зимой, чтобы избежать охлаждения раненого, разрез лучше делать в виде клапана (два горизонтальных разреза – выше и ниже раны – и один вертикальный); получившийся клапан откладывают при перевязке в сторону.

После обнажения раны ее быстро осматривают. При этом нельзя трогать рану руками, очищая ее от загрязнения, смазывать или промывать какими-либо растворами, удалять находившиеся в ней осколки костей, куски приставшей к ране одежды или иные инородные тела.

Нельзя вправлять выпавшие внутренние органы, использовать для перевязки нестерильный материал.

Оказание первой помощи при ранениях. Лечение ссадин, уколов, мелких порезов заключается в очистке ранки раствором перекиси водорода и смазывании пораженного места 5 % раствором йода или 2 % раствором бриллиантовой зелени, с последующим наложением стерильной повязки. Мелкие раны, царапины, уколы, порезы можно покрыть клеем БФ-6, обладающим дезинфицирующим свойством. Загрязненную кожу следует предварительно очистить кусочками марли, смоченной одеколоном, спиртом или водкой. Ни в коем случае нельзя промывать саму рану.

Лечение более глубоких и обширных ран осложняется тем, что они обычно сопровождаются кровотечением. В зависимости от того, какого типа кровеносный сосуд поврежден, различают три вида кровотечений: артериальное, венозное и капиллярное. При **артериальном кровотечении** кровь алого цвета, из раны бьет фонтанчик. При **венозном кровотечении** кровь темного цвета, из раны вытекает маленькой струей.

Капиллярное кровотечение характеризуется тем, что кровь просачивается мелкими каплями из поврежденных тканей. В зависимости от вида кровотечения применяются различные способы его остановки.

Различают временные и постоянные способы остановки кровотечения. Первые применяются на месте происшествия в порядке первой помощи, вторые – в лечебных учреждениях. Необходимо хорошо знать временные способы остановок кровотечений, к которым относятся: прижатие пальцем кровоточащего сосуда к кости выше места ранения, максимальное сгибание конечности в суставе и наложение жгута или закрутки.

Способ пальцевого прижатия кровоточащего сосуда к кости применяется на короткое время, необходимое для приготовления жгута или давящей повязки. Наиболее легко это сделать там, где артерия проходит вблизи кости или над нею.

Кровотечение из раны головы можно остановить или уменьшить, прижав на стороне ранения височную артерию, которая проходит в 1÷1,5 см впереди ушной раковины, где можно легко обнаружить ее пульсацию.

При кровотечении из раны, расположенной на шее, прижимают сонную артерию на стороне ранения ниже раны. Пульсацию этой артерии можно обнаружить сбоку от трахеи (дыхательного горла).

При расположении раны высоко на плече, вблизи плечевого сустава или в подмышечной области остановить кровотечение можно прижатием подключичной артерии в ямке над ключицей.

В случае кровотечения из средней части плеча сдавливается плечевая артерия, для чего кулак оказывающего помощь помещается в подмышечной впадине и там плотно фиксируется прижатием плеча пораженного к туловищу.

При кровотечении из раны в области предплечья плечевую артерию прижимают к плечевой кости у внутренней поверхности двуглавой мышцы четырьмя пальцами руки. Эффективность прижатия проверяют по пульсации лучевой артерии.

Кровотечение из кисти следует остановить прижатием лучевой или локтевой артерии. Остановить кровотечение при ранении бедра можно прижатием бедренной артерии, находящейся в верхней части бедра.

При кровотечении из голени следует прижать подколенную артерию обеими руками. Большие пальцы кладут на переднюю поверхность коленного сустава, а остальными пальцами нащупывают артерию в подколенной ямке и прижимают к кости.

Следует иметь в виду, что прижатие артерии к кости требует значительных усилий, и пальцы быстро устают. Даже физически очень сильный человек не может это делать более 15÷20 минут.

На мелкие кровоточащие артерии и вены накладывается **давящая повязка**: рана закрывается несколькими слоями стерильной марли, бинта или тампонами из индивидуального перевязочного пакета. Поверх стерильной марли кладется слой ваты и накладывается круговая повязка, причем перевязочный материал, плотно прижатый к ране, сдавливает кровеносные сосуды и способствует остановке кровотечения.

Однако при сильном кровотечении для его остановки следует наложить жгут. **Наложение жгута** применяется в основном для крупных сосудов конечностей. Методика его наложения сводится к следующему:

- придать (по возможности) поврежденной конечности возвышенное положение;

- на обнаженную часть конечности, выше раны, наложить салфетку, сделать несколько ходов бинта или использовать любую другую прокладку (одежду пострадавшего, платок и пр.);

- сильно растянутый жгут наложить на конечность выше раны на прокладку так, чтобы первые 1÷2 оборота жгута остановили кровотечение;

- закрепить конец жгута с помощью фиксатора;

- поместить под жгут записку, в которой отметить дату и время наложения жгута;

- на рану наложить асептическую повязку;

- проверить правильность наложения жгута (по прекращению кровотечения, отсутствию пульса на периферических артериях, бледному цвету кожи);

- в зимнее время конечности с наложенным жгутом обернуть ватой, одеждой.

Вместо табельного резинового жгута, который далеко не всегда может быть в наличии, может быть использован кусок ткани, бинта, брючный ремень. Методика наложения жгута-закрутки такая же, как и наложения жгута. Закрутку накладывают выше раны, концы закрутки завязывают узлом с петлей, в петлю вставляют рычаг, с помощью которого закрутку затягивают до прекращения кровотечения, и закрепляют бинтом.

В случаях, если под рукой ничего нет, то временную остановку кровотечения можно осуществить и максимальным сгибанием конечности в суставе.

Необходимо помнить, что жгут может быть использован на срок не более 2 часов, так как в противном случае конечность омертвеет. При первой же возможности жгут снимают. Если такой возможности нет, то через 1,5÷2 часа следует немного отпустить жгут на 1÷2 минуты до покраснения кожи и снова затянуть.

Наложение повязок осуществляется с использованием как табельных средств, серийно выпускаемых промышленностью (бинты и салфетки стерильные и нестерильные в упаковках, индивидуальный перевязочный пакет), так и подручных материалов. Только при отсутствии стерильного перевязочного материала допустимо использовать чисто выстиранный платок или кусок какой-либо ткани, предпочтительно белого цвета. Если есть возможность, платок или ткань перед наложением на рану следует смочить в антисептическом растворе (риванол, марганцовокислый калий, борная кислота). Кожу вокруг раны смазывают йодом или иным антисептиком.

В зависимости от величины раны на нее накладывают одну или несколько салфеток с таким расчетом, чтобы рана была закрыта несколькими слоями марли. Салфетку берут только за одну сторону и накладывают на рану той стороной, которой не касались руки. Поверх закрывающих рану салфеток накладывают повязку, удерживающую их на месте. Чаще всего для этого используют бинт.

Бинтование обычно производят слева направо круговыми ходами бинта. Бинтование производят достаточно туго во избежание сползания бинта, однако бинт не должен врезаться в тело и затруднять кровообращение. При слишком туго наложенной повязке, затрудняющей отток крови, кисть или стопа вскоре отекает и становится синюшной.

Пострадавший вначале будет жаловаться на боли, а затем на онемение кисти или стопы.

Существует много разных типов бинтовых повязок. Наиболее простая из них – круговая повязка. При наложении круговой повязки бинтуют так, чтобы каждый последующий оборот бинта полностью закрывал предыдущий. Она удобна, когда необходимо забинтовать какую-то ограниченную область, например запястье, лоб и т.п.

Спиральную повязку начинают так же, как и круговую, делая на одном месте 2÷3 оборота бинта для того, чтобы закрепить его, а затем накладывают бинт так, чтобы каждый оборот его закрывал предыдущий лишь частично. Спиральная повязка применяется при бинтовании конечностей, причем конечность всегда бинтуется от периферии, т.е. начиная с более тонкой ее части (рис. 1а).

При бинтовании области суставов, стопы, кисти применяют восьмиобразные повязки, называемые так потому, что при их наложении бинт все время как бы образует цифру 8.

При бинтовании раны, расположенной на груди или на спине, можно применять так называемую крестообразную повязку (рис. 1б).

Наиболее сложно наложение бинтовых повязок на область плечевого и тазобедренного сустава. Такого рода повязки называются колосовидными, так как место перекреста ходов бинта напоминает колос.

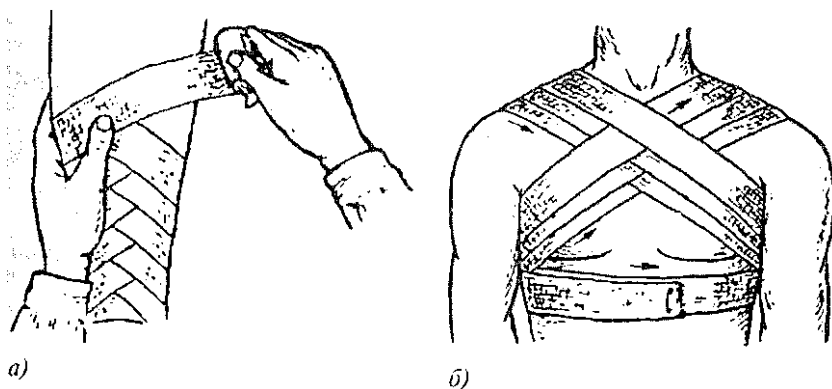


Рис. 1. Наложение повязок: а) спиральная повязка; б) крестообразная повязка

Мелкие повреждения кожи можно заклеить куском бактерицидного липкого пластыря, а поверх его положить еще кусок пластыря, на 0,5 см шире прежнего с каждой стороны. Такая повязка герметична и хорошо обеспечивает заживление раны.

После наложения повязки и временной остановки кровотечения пострадавший обязательно направляется в лечебное учреждение для первичной хирургической обработки раны и окончательной остановки кровотечения.

3. Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших

Переломом называется частичное или полное нарушение целостности кости в результате удара, сжатия, сдавления, перегиба. При полном переломе обломки костей смещаются относительно друг друга, при неполном – на кости образуется трещина.

Переломы могут быть закрытыми, когда кожа над ними не повреждается, и открытыми – с нарушением кожных покровов.

Характерными общими признаками переломов костей следует считать сильную боль в момент травмы и после нее, изменение формы и укорочение конечности, появление подвижности в месте повреждения. При неполных переломах, повреждении одной из двух костей предплечья (голени) часть признаков может отсутствовать. При открытых переломах концы обломков нередко видны в ране. Переломы крупных костей и открытые переломы нередко приводят к травматическому шоку.

В случае сомнения в правильности диагноза лучше оказать помощь как при переломах костей.

При открытых переломах в первую очередь необходимо остановить кровотечение и закрыть рану стерильной повязкой. Нельзя вправлять или удалять имеющиеся в ране обломки кости или инородные тела.

При оказании первой помощи следует стремиться как можно меньше шевелить сломанную ногу или руку, иммобилизовать (обеспечить неподвижность сломанной кости) конечность путем наложения шины, изготовленной из подручного материала, или, при наличии, табельной. Для шины подойдут любые твердые материалы: доски, фанера, палки, ветки и пр.

При иммобилизации соблюдают следующие правила:

- шина должна фиксировать не менее двух суставов, а при переломе бедра – все суставы нижней конечности;
- подгонку шины проводят на себе, чтобы не нарушать положение травмированной части тела;
- шину накладывают поверх одежды и обуви, которые при необходимости разрезают;
- для предупреждения сдавливания тканей в местах костных выступов накладывают мягкий материал;
- шину нельзя накладывать с той стороны, где выступает сломанная кость.

У пострадавших с открытыми переломами и кровотечением сначала следует наложить жгут или закрутку, на рану – стерильную повязку, и уже после этого накладывать шину.

Иммобилизацию обычно проводят вдвоем – один из оказывающих помощь осторожно приподнимает конечность, не допуская смещения обломков костей, а другой – плотно и равномерно прибинтовывает шину к конечности, начиная от периферии.

Концы пальцев, если они не повреждены, оставляют открытыми для контроля за кровообращением. При ограниченном количестве перевязочных средств шины фиксируют кусками бинта, веревки, ремнями.

Переломы костей носа и челюстей нередко сопровождаются кровотечениями. Таких пострадавших эвакуируют в положении сидя на носилках с некоторым наклоном головы вперед. Поверх повязки следует положить холод (пакет со льдом). Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, эвакуацию производят в положении лежа на животе с подложенным под лоб и грудь валиками из одежды, что позволяет предупредить удушье кровью или запавшим языком. Перед эвакуацией производят временную фиксацию челюстей наложением працевидной повязки.

За пострадавшим требуется постоянное наблюдение.

При переломе бедра для создания покоя поврежденной ноге, шины прибинтовываются как снаружи – от стопы до подмышечной впадины, так и по внутренней поверхности – от стопы до промежности. Однако если шин нет, можно прибинтовать поврежденную конечность к здоровой.

Шинирование верхних конечностей при переломах плеча и костей предплечья делается так. Согнув поврежденную руку в локтевом суставе и подвернув ладонью к груди, накладывают шину от пальцев до противоположного плечевого сустава на спине.

Если шин не имеется, то можно прибинтовать поврежденную руку к туловищу или подвесить ее на косынке, на поднятую полу пиджака.

Переломы костей киста иммобилизируют шиной, уложенной по ладонной поверхности, предварительно вложив в ладонь кусок ваты или ткани.

При переломах ребер и грудины у травмированных отмечают: острая боль, усиливающаяся при вдохе, кашле, поднятии руки; ограничение подвижности грудной клетки на стороне перелома.

Могут наблюдаться затрудненное дыхание, деформация грудной клетки, режущий скрип трещащих обломков. Наложение тугой повязки значительно облегчает состояние пострадавшего. Туго бинтуют нижние отделы грудной клетки, причем перед началом бинтования раненый должен выдохнуть воздух. В момент вдоха бинтование временно прекращают, но при этом натягивают свободный конец бинта.

Особую опасность при открытом переломе ребер представляют проникающие ранения грудной клетки из-за возможного повреждения жизненно важных органов и попадания в плевральную полость воздуха (пневмоторакс). Скопление воздуха сдавливает легкие и сердце, нарушая их функцию.

Пострадавший жалуется на боль, одышку (нехватку воздуха). Нарастает синюшность кожи и слизистых оболочек. Слышны свистящие звуки в результате прохождения воздуха и пенистой крови в ране. Возможно появление припухлости вокруг раны и прилегающей к ней области из-за попадания в подкожную клетчатку воздуха (подкожная эмфизема). При ощупывании таких участков отмечается скрип вследствие разрушения и перемещения пузырьков воздуха. Необходимо как можно быстрее прекратить поступление воздуха в плевральную полость. На рану накладывают оболочку индивидуального перевязочного пакета внутренней его стороной, а затем ватно-марлевые тампоны и туго прибинтовывают. Если при вскрытии пакета оболочка разорвалась, на рану накладывают стерильный материал, затем полиэтилен или не пропускающую воздух ткань, которые плотно прибинтовывают к грудной клетке. Можно герметизировать рану лейкопластырем.

При всех тяжелых травмах грудной клетки пострадавшему расстегивают стесняющую дыхание одежду, его укладывают на носилки с приподнятой верхней частью туловища и срочно доставляют в лечебное учреждение, проводя противошоковые мероприятия.

Переломы костей таза характеризуются резкой болью в области перелома при изменении положения ног, усилением боли при легком сдавливании с боков или надавливании на лобок, нарушением формы таза.

Травма опасна для жизни из-за обильного кровотечения в мягкие ткани и возникновения шока.

Обращение с пострадавшим должно быть осторожным, поднимать его следует по команде несколькими лицами. Пострадавшего на щите укладывают на спину, несколько

разведя ноги в стороны, подложив под колени плотный валик из сложенного одеяла или плотной одежды («поза лягушки»), которые фиксируют куском бинта. Перед укладыванием область таза обвязывают бинтом или одеждой.

При переломах костей позвоночника появляется сильная боль, исчезает чувствительность и появляется паралич ног.

Оказывая помощь необходимо соблюдать исключительную осторожность, так как даже небольшие смещения позвонков могут вызвать разрыв спинного мозга. На мягких носилках такого пострадавшего перевозить нельзя, можно только на твердой гладкой поверхности. Для этой цели используется щит (широкая доска, лист толстой фанеры, дверь, снятая с петель и пр.), который укладывается на носилки. Очень осторожно пострадавшего поднимают несколько человек, в один прием, взявшись за одежду по команде.

Человека с переломом шейного отдела позвоночника перевозят на спине с валиком под лопатками. Голову и шею следует закрепить, обложив их по бокам мягкими предметами. Для эвакуации по наклонным или вертикальным спускам пострадавшего необходимо прочно привязать к щиту и наложить импровизированный воротник, т.е. обернуть шею несколькими слоями мягкой ткани из одежды и забинтовать.

При переломе черепа пострадавшего осторожно укладывают на носилки, под голову подкладывают мягкую подстилку (одежду, вату и т.д.) с углублением. По бокам головы кладут мягкие валики.

Если раненого надо поднимать в вертикальном положении (из какого-либо сооружения), то ему предварительно накладывают на шею ватно-марлевый воротник (шею обертывают несколькими слоями ваты и поверх нее плотно, но не туго накладывают повязку).

Переноска пострадавших. Для возможно быстрого выноса пострадавших из опасной зоны и доставки их к местам погрузки на транспорт используют все доступные приемы: вынос на носилках, руках, спине, волоком на подстилке (зимой), а также с помощью других подручных средств.

Для разворачивания носилок носильщики становятся у их концов, растягивают ремни, после чего, потянув за ручки, раскрывают носилки и, упираясь коленом в распоры, выпрямляют их до отказа. Каждый носильщик проверяет, хорошо ли закрыты замки распоров.

Чтобы уложить пострадавшего на носилки, двое носильщиков подводят под него руки, один – под голову и спину, другой – под таз и ноги, одновременно поднимают и укладывают на носилки.

Пострадавшие с ранением в затылок и спину укладываются на носилки на бок, с травмой живота – на спину с полусогнутыми в коленях ногами, с травмой лица и челюсти – с повернутым набок лицом, с ранением передней поверхности шеи – в полусидящем положении со склоненной на грудь головой.

Переносить пострадавшего на носилках необходимо следующим образом. Идти не в ногу, спокойно, чтобы носилки не раскачивались и не причиняли пострадавшему дополнительных страданий. Нести пострадавшего ногами вперед, а при тяжелом состоянии – головой вперед, чтобы сзади идущие носильщики могли наблюдать за его состоянием. Пострадавшему, потерявшему сознание, необходимо дать понюхать нашатырный спирт, а при остановке у него дыхания – положить носилки на землю и сделать искусственное дыхание.

На подъемах и спусках нужно следить, чтобы носилки были в горизонтальном положении.

При отсутствии табельных носилок их можно сделать из двух палок или жердей, положив на них пальто, шинель, мешок, простыни, одеяла, палатки, привязав их концы к палкам (жердям). Пораженных можно переносить также на раскладушках, широких досках, щитах, дверях, лестницах. Перед тем как положить пострадавшего на жесткие носилки, следует постелить на них одеяла, другой мягкий материал.

Переноска пострадавшего одним носильщиком в зависимости от расстояния может осуществляться несколькими способами:

- для переноски на небольшое расстояние носильщик, опустившись на одно колено сбоку от пострадавшего, подхватывает его одной рукой под ягодицы, другой – под лопатки, пострадавший обхватывает шею носильщика. Носильщик поднимается и переносит пострадавшего;

- на более дальние расстояния пострадавшие переносятся на спине. Пострадавшего усаживают на возвышение, носильщик опускается на одно колено между его ногами, спиной к нему, подхватывает бедра пострадавшего, а последний обхватывает носильщика за верхнюю часть груди. Затем носильщик встает и переносит пострадавшего;

- на сравнительно большие расстояния удобнее всего переносить пострадавшего на плече.

Переноска пострадавшего двумя носильщиками осуществляется двумя способами.

- один из носильщиков берет пострадавшего под мышки, а второй, стоя между ног пострадавшего и спиной к нему, подхватывает его ноги несколько ниже коленных суставов (при переломе конечностей и повреждениях позвоночника этот метод не применим);

- переноска на «замке». Наиболее часто «замок» делают, соединив четыре руки, для этого каждый из носильщиков захватывает правой рукой свою левую руку (у кисти), а левой – правую руку товарища (тоже у кисти). В случае если пострадавший небольшого веса или при переноске его необходимо поддерживать, применяется «замок» из двух рук (одна рука одного и одна рука другого носильщика) или из трех рук (две руки одного носильщика и одна рука другого).

4. Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах

К наиболее часто встречающимся при чрезвычайных ситуациях и в быту травмам относятся ушибы. Ушиб – это повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей.

Кровь, пропитывающая мягкие ткани, образует кровоподтек, кровь, излившаяся из сосуда в большом количестве и скопившаяся в тканях, – кровяную опухоль или гема-

тому. Степень повреждения зависит от силы удара и площади поврежденной поверхности, части тела и ее значимости для организма.

К основным признакам ушибов относится боль, припухлость и кровоподтеки на месте соприкосновения с ранищим объектом. Боли особенно выражены сразу после ушиба, когда нарастает кровоизлияние и сдавливание излившейся кровью чувствительных нервных окончаний. Припухлость в месте ушиба не всегда отчетливо выражена; чтобы обнаружить ее, нужно осматривать одновременно симметричные области поврежденной и неповрежденной стороны (обе руки, ноги и т.п.). Кровоизлияние в месте ушиба видно только в том случае, когда оно расположено под кожей; если кровоизлияние расположено в глубоко лежащих тканях, окраска кожи в месте ушиба в первое время неизменна.

Спустя некоторое время, когда излившаяся кровь пропитывает окружающие ткани, кровоизлияние выявляется в виде пятна темно-бурого цвета. При значительном кровоизлиянии в ткани в течение нескольких дней может наблюдаться повышение температуры тела. Иногда излившаяся кровь в ткани нагнивает в результате присоединения инфекции. В этом случае боли в области ушиба, и припухлость увеличиваются, сопровождаясь местным и общим повышением температуры тела.

Первая помощь сразу же после ушиба должна быть направлена на уменьшение боли и кровоизлияния в ткани. С этой целью на область ушиба накладывают холодную примочку или кладут пузырь со льдом, грелку с холодной водой, бутылку со снегом, кусочки льда или холодной водой.

При наличии на месте ушиба ссадин примочки делать не следует. Ссадины смазывают йодом, на место ушиба накладывают стерильную давящую повязку, а на нее кладут пузырь со льдом.

Ушибленной конечности создается полный покой, предается возвышенное положение. Для уменьшения болей, при отсутствии аллергической реакции на препарат, можно дать обезболивающие средства (анальгин по 1 таблетке 2÷3 раза в день).

Очень серьезен по своим возможным последствиям ушиб головы, так как он может сопровождаться сотрясением и ушибом головного мозга. К признакам сотрясения головного мозга относится потеря сознания на месте происшествия, возможны тошнота и рвота, замедление пульса.

Пострадавшему создают полный покой, полезен холодный компресс (лед в пузыре) на голову. Со всеми возможными предосторожностями пострадавший как можно скорее должен быть направлен в лечебное учреждение. Для перевозки его кладут спиной на щит, а голову на мягкую подушку. Чтобы фиксировать шею и голову, на шею накладывают валик-воротник из мягкой ткани.

Если ушиб головы сопровождается ранением кожных покровов, то на рану накладываются различные типы повязок в виде «чепца» или «уздечки».

Удар по груди и животу может вызвать, настолько сильную боль, что возникает травматический шок. Особенно часто он наступает при ударе в подложечную область живота, где расположено солнечное сплетение нервов, регулирующих функции внутренних органов. При сильном ударе по груди и животу происходят разрывы и даже разможжение внутренних органов.

При повреждении в результате ушиба внутренних органов пострадавший бледен. Пульс у него слабый, частый. Нередко бывает тошнота и рвота (иногда с кровью). Характерным признаком является сокращение брюшных мышц, вследствие чего живот становится твердым, как доска.

В бытовых ситуациях закрытые повреждения внутренних органов наблюдаются при автомобильных авариях, падении с высоты, во время землетрясений, бурь, ураганов и других чрезвычайных событий.

Пострадавшим, у которых подозревается повреждение органов живота, ни в коем случае нельзя давать пить и есть, так как это может сильно ухудшить их состояние. При жажде, сухости во рту нужно прополаскивать рот чистой водой.

Ушибы суставов характеризуются резкой болезненностью, припухлостью; движение в поврежденном суставе ограничено. Накладывается тугая давящая повязка, и пострадавший должен быть направлен в лечебное учреждение для исключения более серьезного повреждения.

Вывих – это смещение концов костей в суставах относительно друг друга с крушением суставной сумки. Чаще всего случается в плечевом, реже в тазобедренном, голеностопном и локтевом суставах в результате неудачного падения или ушиба.

Наличие вывиха можно распознать по трем основным признакам: полная невозможность движений в поврежденном суставе и сильная боль; вынужденное положение конечности в связи с сокращением мышц, например, при вывихе плеча больной держит руку согнутой в локтевом суставе и отведенной в сторону, а голову наклоняет к больному плечу, при некоторых вывихах в тазобедренном суставе нога поворачивается носком внутрь и т.д.; изменение очертания сустава по сравнению с таким же суставом на здоровой стороне. При ощупывании сустава суставная головка в обычном месте не определяется, там прощупывается пустая суставная впадина. В области сустава часто наблюдается припухлость вследствие кровоизлияния.

Первая помощь при вывихах заключается в наложении шины или повязок с целью фиксировать конечность в том положении, которое наиболее удобно для пострадавшего.

Вывих неспециалисту вправлять нельзя, так как это может усилить страдания потерпевшего и усугубить травму.

Растяжения и разрывы связок суставов возникают в результате резких и быстрых движений, которые превышают физиологическую подвижность суставов. Чаще всего страдают голеностопный, лучезапястный, коленный суставы. Отмечается резкая болезненность в суставе при движении, отечность, при разрыве связок – кровоподтек. Первая помощь сводится к тугому бинтованию давящей повязкой, наложению холодного компресса и созданию покоя конечности.

Одной из наиболее часто случающихся разновидностей травматических повреждений являются **ожоги**. Они возникают вследствие попадания на тело горячей жидкости, контакта кожи с пламенем или с раскаленными предметами. При авариях, стихийных бедствиях (например, при землетрясении) тяжелые ожоги могут быть вызваны пламенем в результате взрыва на газовой сети, электротоком при замыкании в электрических сетях, горячим паром при разрушении отопительных систем. В быту наблюдаются ожоги кипятком, паром, солнечной радиацией.

В зависимости от глубины поражения кожи и подлежащих тканей ожоги делятся на четыре степени: легкую (1-я), средней тяжести (2-я), тяжелую (3-я) и крайне тяжелую (4-я).

Ожоги первой степени – это повреждения рогового слоя клеток кожи, которые проявляются покраснением обожженных участков кожи, незначительным отеком и жгучими болями, довольно быстро проходящими.

При ожогах второй степени полностью повреждается роговой слой кожи. Обожженная кожа приобретает интенсивно-красный цвет, появляются пузыри, наполненные прозрачной жидкостью, ощущается резкая боль.

Ожоги третьей степени образуются при повреждении более глубоких слоев кожи. На коже помимо пузырей образуются корочки – струнья.

Обугливание кожи, подкожной клетчатки и подлежащих тканей вплоть до костей типично для ожогов четвертой степени.

Течение и тяжесть ожогов, а также время выздоровления, зависят от происхождения ожога и его степени, площади обожженной поверхности, особенностей оказания первой помощи пострадавшему и многих других обстоятельств.

Ожоги вызывают общее поражение организма: нарушение функций центральной нервной системы, изменение состава крови, отклонения в работе внутренних органов. Чем глубже поражение кожи и подлежащих тканей и чем больше площадь ожога, тем тяжелее общее состояние пораженного. Ожоги 2 степени с площадью поражения до 8÷10 % поверхности тела рассматриваются как местные поражения, а при больших площадях ожоговой поверхности или при более высоких степенях ожогов, развивается ожоговая болезнь. Ориентировочно площадь ожога можно определить путем измерения ее ладонью, размеры которой составляют 1÷1,5 % поверхности тела (ладони не накладывают на обожженную поверхность, а лишь проецируют на нее). Другой способ – определение площади ожога по правилу девяток: поверхность головы и шеи составляет от поверхности всего тела 9 %, двух верхних конечностей – 18 %, двух нижних конечностей – 36 %, туловища – 36 %. Ожог промежности и гениталий, а также пищевода принято приравнивать к 10 % площади ожога.

Ориентировочное определение площади ожога в сочетании с оценкой степени его тяжести позволяют уже при оказании первой помощи определить тяжесть состояния пораженного. Ожоговая болезнь развивается не сразу, не в момент получения ожога, а в последующем, когда появляется интоксикация и происходит истощение организма в связи с потерей через ожоговую поверхность жидкости, нарушением питания тканей, возникают другие функциональные расстройства внутренних органов. Ранним осложнением ожогов является шок, который может продолжаться от нескольких часов до 2÷3 суток.

Наиболее тяжело протекают ожоги, вызванные пламенем, так как температура пламени на несколько порядков выше температуры кипения жидкостей. Необходимо быстро удалить пострадавшего из зоны огня. Если на человеке загорелась одежда, нужно без промедления снять ее или набросить одеяло, пальто тем самым прекратив к огню доступ воздуха. После того как с пострадавшего сбито пламя, на ожоговые раны следует наложить стерильные марлевые или просто чистые повязки из подручного материала. При этом не следует отрывать от обожженной поверхности прилипшую одежду, лучше ее обрезать ножницами.

Пострадавшего с обширными ожогами следует завернуть в чистую свежесвыглаженную простыню. Возникшие пузыри ни в коем случае нельзя прокалывать. Повязки должны быть сухими, ожоговую поверхность не следует смазывать различными жирами, яичным белком. Этим можно нанести человеку еще больший вред, так как повязки с какими-либо жирами, мазями, маслами, красящими веществами только загрязняют ожоговую поверхность, способствуют развитию нагноения. Красящие дезинфицирующие вещества «затемняют» рану, поэтому в случае их применения врачу в больнице будет труднее определить степень ожога и назначить правильное лечение.

Химические ожоги возникают в результате воздействия на кожу и слизистые оболочки концентрированных неорганических и органических кислот, щелочей, фосфора. Некоторые химические соединения на воздухе, при соприкосновении с влагой или другими химическими веществами легко воспламеняются или взрываются, вызывают термохимические ожоги.

Бензин, керосин, скипидар, этиловый спирт, эфир часто бывают причиной ожогов кожи, когда по недоразумению используются для компрессов при лечении простудных заболеваний, особенно у детей.

Химические ожоги вызываются и некоторыми растениями (лютиком, чемерицей, дурманом, подснежником и др.), используемыми в качестве компрессов для лечения радикулитов, артритов, полиартритов, особенно в период цветения этих растений.

Благодаря своевременному и правильному оказанию первой помощи пострадавшему прямо на месте происшествия ликвидируются или предупреждаются глубокие поражения тканей, развитие общего отравления.

Одежду, пропитанную вызвавшим ожог химическим соединением, необходимо быстро снять, разрезать прямо на месте происшествия. Попавшие на кожу химические вещества следует смыть большим количеством воды из-под водопроводного крана до исчезновения специфического запаха вещества, тем самым предотвращая его дальнейшее воздействие на ткани организма.

Нельзя смывать химические соединения, которые воспламеняются или взрываются при соприкосновении с водой. Ни в коем случае нельзя обрабатывать пораженную кожу смоченными водой тампонами, салфетками, так как при этом химические соединения еще больше втираются в кожу.

На поврежденные участки кожи накладывается повязка с нейтрализующим, обеззараживающим средством или чистая и сухая повязка. Мазевые (вазелиновые, жировые, масляные) повязки только ускоряют проникновение в организм через кожу многих жирорастворимых химических веществ.

После наложения повязки нужно попытаться устранить или уменьшить боли, для чего дать пострадавшему внутрь обезболивающее средство.

Как правило, ожоги кислотами наиболее глубокие. На месте ожога образуется сухой струп. При попадании кислоты на кожу следует обильно промыть пораженные участки под струей воды, затем обмыть их 2 % раствором пищевой соды или мыльной водой, чтобы нейтрализовать кислоту, и наложить сухую повязку.

При поражении кожи фосфором и его соединениями кожа обрабатывается 5 % раствором сульфата меди (медным купоросом) и, затем, 5÷10 % раствором пищевой соды. Оказание первой помощи при ожогах щелочами такое же, как и при ожогах кислотами, с той лишь разницей, что щелочи нейтрализуют 2 % раствором борной кислоты, растворами лимонной или уксусной кислоты.

Отравление – это ухудшение здоровья, вплоть до смертельного исхода, возникающее при взаимодействии организма с поступающими в него ядовитыми веществами.

При подозрении на отравление или явном отравлении выясните возможный характер яда и каким путем этот яд попал в организм. Помогут сведения, полученные от самого пострадавшего или окружающих его лиц, явные следы яда (упаковка, запах от пострадавшего, вид и запах рвотных масс).

Первая помощь при отравлении через дыхательные пути: удалите пострадавшего из зоны действия газообразного яда; вынесите пострадавшего на свежий воздух; расстегните или снимите тесную одежду; если пострадавший не дышит – проведите ис-

кусственную вентиляцию легких; при слабости, головокружении, дурноте дайте по-нюхать нашатырный спирт; положите пострадавшего с приподнятыми ногами и согрейте его.

Первая помощь при отравлении ядами, принятыми внутрь: дать пострадавшему выпить 4÷5 стаканов теплой воды (детям – по 100 г на год жизни); вызвать рвоту, надавив на корень языка или пощекотав зев; промыть желудок повторно до полного очищения; дать пострадавшему 5 таблеток растолченного активированного угля (запивается водой); дать обильное питье – щелочные минеральные воды, 2 % раствор пищевой соды; при рвоте в бессознательном состоянии повернуть голову пострадавшего набок.

Первая помощь при отравлении ядами, поступившими через кожу – смыть ядовитое вещество холодной водой (теплая вода вызывает усиление всасывания яда). Смывание производить 5÷10 минут.

Дальнейшие действия – немедленно вызвать скорую медицинскую помощь! Это необходимо сделать даже в тех случаях, когда на первый взгляд отравление протекает легко, так как через некоторое время может наступить резкое ухудшение состояния пострадавшего.

Обморожение (отморожение) возникает при длительном воздействии низких температур окружающего воздуха, при соприкосновении тела с холодным металлом на морозе, жидким или сжатым воздухом или сухой углекислотой. Но не обязательно обморожение наступает только на морозе. Известны случаи, когда обморожение наступало при положительной температуре воздуха, повышенной влажности и сильном ветре, особенно если на человеке мокрая одежда и обувь. Предрасполагают к обморожению также общее ослабление организма вследствие перенапряжения, утомления, голода и алкогольного опьянения. Чаще всего подвергаются обморожению пальцы ног и рук, ушные раковины, нос и щеки.

Различие между обморожением и отморожением заключается в том, что под первым понимается общее переохлаждение организма, второе – это местное повреждение тканей, вызванное длительным воздействием низкой температуры.

При отморожении вначале ощущаются чувство холода и жжения, затем появляется онемение. Кожа становится бледной, чувствительность утрачивается. В дальнейшем действие холода не ощущается. Установить степень отморожения можно только после отогревания пострадавшего, иногда через несколько дней. Различают четыре степени отморожения. Отморожение 1-й степени характеризуется побледнением кожи, незначительной отечностью и понижением ее чувствительности, т.е. небольшими обратимыми расстройствами кровообращения. При согревании пострадавшего кровоснабжение восстанавливается, кожа приобретает первоначальный цвет, отечность постепенно исчезает. Позже может возникнуть шелушение и зуд кожи, длительно сохраняется повышенная чувствительность кожи к холоду.

Отморожение 2-й степени характеризуется более глубоким поражением кожи. При согревании бледные кожные покровы становятся багрово-синими, быстро развивающийся отек распространяется за пределы отморожения, образуются пузыри, наполненные прозрачной жидкостью, появляются сильные боли.

У пострадавшего отмечается озноб, повышение температуры, нарушаются сон и аппетит. Поврежденные поверхностные слои кожи отторгаются.

Заживление при отсутствии осложнений (нагноения) происходит в течение 15÷30 дней. Кожа раневой поверхности остается синюшной, ее чувствительность снижена.

Отморожение 3-й степени характеризуется поражением всех слоев кожи и подлежащих мягких тканей на различную глубину. В первые дни на коже появляются пузыри, наполненные темно-бурой жидкостью, вокруг которых развивается воспаление, образуется резко выраженный отечный вал. После 3÷5 дней выявляется глубокое повреждение ткани (влажная гангрена).

Пострадавшего беспокоят сильные боли, температура повышается до 38÷39°C, потрясающий озноб сменяется потом, общее состояние значительно ухудшается.

Отморожение 4-й степени характеризуется поражением кожи, мягких тканей и костей. При этом развиваются необратимые явления. Кожа покрывается пузырями с жидкостью черного цвета.

Через 10÷17 дней вокруг поврежденной зоны определяется линия отморожения, которая чернеет, высыхает и через 1,5÷2 месяца отторгается. Рана заживает очень медленно. Общее состояние пострадавшего тяжелое, повышение температуры чередуется с ознобом, отмечаются изменения во внутренних органах, которые нарушают их нормальную работу.

Первая помощь при обморожениях заключается в защите от воздействия низких температур, немедленном постепенном согревании пострадавшего. Необходимо как можно быстрее восстановить кровообращение обмороженных частей тела путем их растирания и постепенного согревания. Нельзя допускать быстрого согревания поверхностного слоя кожи на поврежденном участке, так как прогревание глубоких слоев происходит медленнее, в них слабо восстанавливается кровоток, следовательно, не нормализуется питание верхних слоев кожи и они погибают. Поэтому противопоказано применение при обморожении горячих ванн, горячего воздуха.

Пострадавшего желательно занести в теплое помещение с комнатной температурой и продолжать растирание обмороженной части тела. Если побелели щеки, нос, уши, достаточно растереть их чистой рукой до покраснения и появления покалывания и жжения. Растирать лучше всего спиртом, водкой, одеколоном или любой шерстяной тканью, фланелью, мягкой перчаткой. Снегом растирать нельзя, так как снег не согревает, а еще больше охлаждает обмороженные участки и повреждает кожу.

Обувь с ног следует снимать крайне осторожно, чтобы не повредить обмороженные пальцы. Если без усилий это сделать не удастся, то обувь распарывается ножом по шву голенища. Одновременно с растиранием пострадавшему надо дать горячий чай, кофе.

После порозовения обмороженной конечности ее надо вытереть досуха, протереть спиртом или водкой, наложить чистую сухую повязку и утеплить конечность ватой или тканью. Если кровообращение плохо восстанавливается, кожа остается синюшной, следует предположить глубокое обморожение и немедленно отправить пострадавшего в больницу.

При длительном воздействии низких температур на весь организм возможны замерзание и смерть. Особенно способствует замерзанию алкогольное опьянение. При замерзании человек ощущает сначала усталость, сонливость, безразличие, а при дальнейшем охлаждении организма возникает обморочное состояние (потеря сознания, расстройство дыхания и кровообращения), затем наступает смерть.

Обморок – внезапная кратковременная потеря сознания. Причиной обморока бывают большие потери крови, нервное потрясение (испуг, страх), переутомление. Обморок характеризуется побледнением кожных покровов, губ, похолоданием конечностей. Сердечная деятельность ослабляется, пульс едва прощупывается.

Обморочное состояние иногда бывает очень кратковременным, продолжаясь всего несколько секунд. В других случаях обморок не проходит через 5÷10 минут и более. Продолжительное обморочное состояние опасно для жизни.

Для оказания помощи пострадавшему его нужно вынести на открытое место, куда свободно поступает свежий воздух, придать горизонтальное положение, а ноги приподнять выше головы, чтобы вызвать прилив крови к голове. Для облегчения дыхания пострадавшего освобождают от стесняющей одежды: расстегивают или надрезают воротник, бюстгальтер, снимают пояс и прочее.

Чтобы вывести пораженного из обморочного состояния, необходимо обрызгать его лицо холодной водой или дать понюхать нашатырный спирт, медленно поднося к носу смоченный в спирту кусок ваты или кончик носового платка. Нашатырным спиртом натирают также виски.

Если нет нашатырного спирта, следует сильно надавить на болевую точку, расположенную между перегородкой носа и верхней губой.

При поражении электрическим током может наступить кратковременная или длительная потеря сознания, сопровождающаяся остановкой дыхания и расстройством сердечной деятельности. Появляются ожоги у мест входа и выхода тока, которые обычно глубже, чем термические.

При воздействии тока высокого напряжения (молнии) случаются переломы костей, обугливание тканей и даже отрывы конечностей.

Для оказания помощи пострадавшему прежде всего надо прекратить дальнейшее воздействие на него тока, выключив рубильник, отбросив сухой палкой провод или оттащив самого человека. При этом нельзя касаться ни провода, ни пострадавшего голыми руками. Оттаскивая пострадавшего, нужно брать его не за тело, а за одежду.

Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но дышит самостоятельно, делают то же, что и при обмороке.

На места, где от соприкосновения с током образовались ожоги, накладывают стерильную повязку. При остановке сердца и дыхания немедленно проводят реанимационные мероприятия.

У пострадавших часто наблюдаются повторные остановки сердца, почечная и печеночная недостаточность.

Солнечный и тепловой удары. Перегревание головы на солнце может привести к солнечному удару. Первые признаки солнечного удара – покраснение лица и сильные головные боли. Затем появляются тошнота, головокружение, потемнение в глазах и, наконец, рвота. Человек впадает в бессознательное состояние, у него появляется одышка, ослабевает сердечная деятельность.

Тепловой удар – болезненное состояние, возникающее вследствие перегрева всего тела. Причинами такого перегревания могут быть высокая внешняя температура, плотная одежда, задерживающая испарения кожи, и усиленная физическая работа. Тепловые удары случаются не только в жаркую погоду. Они случаются в горячих цехах, в банях, при работе в защитных комбинезонах и слишком душных помещениях. При перегревании тела у человека появляются вялость, усталость, головокружение, головная боль, сонливость. Лицо краснеет, дыхание затруднено, температура тела повышается до 40°C. Если не будут устранены причины перегревания, наступает тепловой удар – человек теряет сознание, падает, бледнеет, кожа становится холодной и покрывается потом.

В таком состоянии пораженный может погибнуть.

Как при солнечном, так и при тепловом ударе пострадавшего нужно уложить в тени на свежем воздухе и провести те же мероприятия, что и при обмороке. Если пострадавший не дышит, необходимо проводить искусственную вентиляцию легких.

5. Правила оказания помощи утопающему

При спасении тонущего подплывите к нему сзади, возьмите за волосы или под мышки, переверните лицом вверх и, не позволяя себя захватить, плывите к берегу.

После извлечения утопающего из воды, если он без сознания, нужно положить его животом вниз к себе на согнутое колено или на сложенную валиком одежду, бревно (голова пострадавшего при этом должна свисать вниз) и несколько раз нажать руками ему на спину, чтобы удалить воду из дыхательных путей. Затем пальцем, обернутым в платок, следует разжать пострадавшему зубы, раскрыть рот, очистить нос и глотку от пены, грязи и тины. При отсутствии дыхания или сердечной деятельности провести искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца. Необходимо знать, что паралич дыхательного центра наступает через 4÷6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут, поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро. (При утоплении в холодной воде иногда возможно полное или частичное восстановление функций мозга через 20÷30 минут после утопления.)

Одновременно кто-то из находящихся рядом людей должен растирать пострадавшего жестким полотенцем, смоченным спиртом, водкой или одеколоном.

Реанимационные мероприятия следует продолжать до появления у пострадавшего самостоятельного дыхания, либо до появления признаков биологической смерти (полное отсутствие реакции глаза на свет, широкий зрачок, трупные пятна).

При восстановлении дыхания и сердечной деятельности дайте пострадавшему горячее питье, тепло укутайте и как можно быстрее доставьте в лечебное учреждение – возможны осложнения.

6 Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца

Если пострадавший находится без сознания и не дышит, немедленно проводят искусственное дыхание – искусственную вентиляцию легких (ИВЛ). Приступая к проведению ИВЛ, предварительно необходимо обеспечить приток к пострадавшему свежего воздуха – расстегнуть ему воротник, ремень и другие стесняющие дыхание части одежды. Указательным пальцем, обернутым платком или куском марли, очищают рот пострадавшего от имеющейся слизи, песка, земли.

Наиболее простым и в тоже время эффективным является проведение ИВЛ по способу «рот в рот».

Голову пострадавшего максимально запрокидывают назад. Чтобы удержать ее в таком положении, под лопатки подкладывают что-нибудь твердое. Удерживая одной рукой голову пострадавшего в запрокинутом положении, другой отдают ему нижнюю челюсть так, чтобы рот его оказался полуоткрытым. Затем, сделав глубокий вдох, оказывающий помощь прикладывает через платок или кусок марли свой рот ко рту пострадавшего и выдыхает в него воздух из своих легких. Одновременно пальцами руки, удерживающей голову, он зажимает пострадавшему нос. Грудная клетка пострадавшего при этом расширяется – происходит вдох.

Вдувание воздуха прекращают, грудная клетка спадается – происходит выдох. Оказывающий помощь вновь делает вдох, снова вдует воздух в легкие пострадавшего и

т.д. Воздух следует вдвухать с частотой, соответствующей частоте дыхания здорового человека.

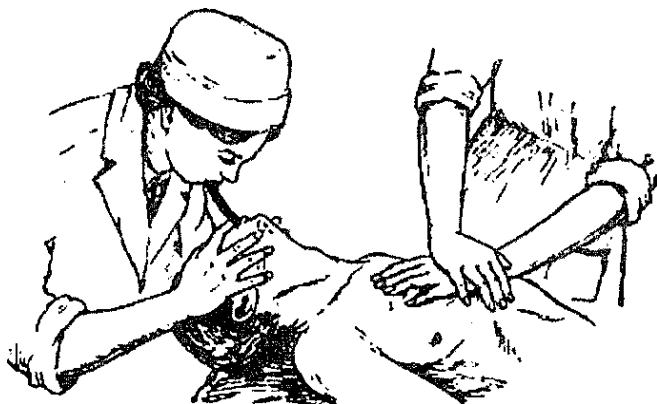


Рис. 2. Проведение ИВЛ и непрямого массажа сердца

Вдувание воздуха в легкие пострадавшего можно производить и через специальную трубку-воздуховод.

Наряду с остановкой дыхания у пострадавшего может прекратиться деятельность сердца. Это узнается по отсутствию пульса, расширению зрачков, а также отсутствию сердечного толчка при прослушивании ухом, приложенным к левой половине грудной клетки в области соска.

Если обнаружено, что сердце у пострадавшего остановилось, то нужно быстро освободить грудную клетку от одежды и нанести прекардиальный удар по груди.

Правила нанесения прекардиального удара по груди:

- убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии;
- прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток;
- нанести удар кулаком выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток;
- после удара проверить пульс на сонной артерии. В случае отсутствия пульса сделать еще одну-две попытки.

Нельзя наносить удар при наличии пульса на сонной артерии! Нельзя наносить удар по мечевидному отростку!

Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50 %.

При его неэффективности одновременно с ИВЛ производите непрямой массаж сердца. Если в оказании помощи участвуют два лица, то один делает искусственное дыхание по способу «изо рта в рот», второй же, встав с левой стороны пострадавшего, кладет ладонь одной руки на нижнюю треть его грудины, накладывает вторую руку на первую, и в то время, когда у пострадавшего происходит выдох, основанием ладони ритмически делает несколько (3÷4) энергичных, толчкообразных надавливаний на грудину, после каждого толчка быстро отнимая руки от грудной клетки (рис. 3).

Если помощь оказывает один человек, то, сделав несколько надавливаний на грудину, он прерывает массаж и один раз вдует через рот или нос воздух в легкие пострадавшего, затем снова делает надавливания на грудину, опять вдует воздух и т.д.

Мужчина со средними физическими данными может проводить комплекс сердечно-легочной реанимации не более 3÷4 минут. Вдвоем с помощником – не более 10 минут. Втроем – с лицами любого пола, возраста и физических данных – более часа:

- первый участник делает вдох искусственного дыхания. Контролирует реакцию зрачков и пульс на сонной артерии и информирует партнеров о состоянии пострадавшего: «Есть реакция зрачков!» или «Есть пульс!» и т.п.;

- второй участник проводит непрямой массаж сердца и отдает команду: «Вдох!». Контролирует эффективность вдоха искусственного дыхания по подъему грудной клетки и констатирует: «Вдох прошел!» или «Нет вдоха!»;

- третий участник приподнимает ноги пострадавшего для улучшения притока крови к сердцу. Восстанавливает силы и готовится сменить второго участника. Координирует действия;

- через каждые 2÷3 минуты реанимации обязательно производится смена участников и проверяется наличие самостоятельного пульса.

Оптимальное соотношение надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственной вентиляции легких – 30:2, независимо от количества участников реанимации.

Когда выделения изо рта пострадавшего представляют угрозу для здоровья спасающего, можно ограничиться проведением непрямого массажа сердца, т.е. безвентиляционным вариантом реанимации:

- расположить основание правой ладони выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец был направлен на подбородок или живот пострадавшего. Левую ладонь расположить на ладони правой руки;

- переместить центр тяжести на грудину пострадавшего и проводить непрямой массаж сердца прямыми руками;

- продавливать грудную клетку не менее чем на 3÷5 см с частотой не реже 60 раз в минуту;

- каждое следующее надавливание начинать только после того, как грудная клетка вернется в исходное положение.

Метод Сильвестра (рис. 3) применяется при невозможности использования способа «рот в рот» вследствие утечки воздуха через раневые отверстия лица. Для его проведения пострадавшего укладывают на спину и, подложив на уровне лопаток валик из скатанной одежды высотой 15÷20 см, фиксируют голову в отведенном положении. Реаниматор, став на колени у изголовья пострадавшего и взяв его руки за предплечья, по счету «раз, два, три» разводит их в стороны назад, осуществляя искусственный вдох. По счету «четыре, пять, шесть» делает обратное движение и, сжимая предплечьями рук пострадавшего нижнюю часть грудной клетки, производит выдох. Движения

должны быть плавными и выполняются ритмично 12÷15 раз в минуту. Надавливание на грудную клетку не должно быть слишком сильным, чтобы не повредить реберные хрящи.

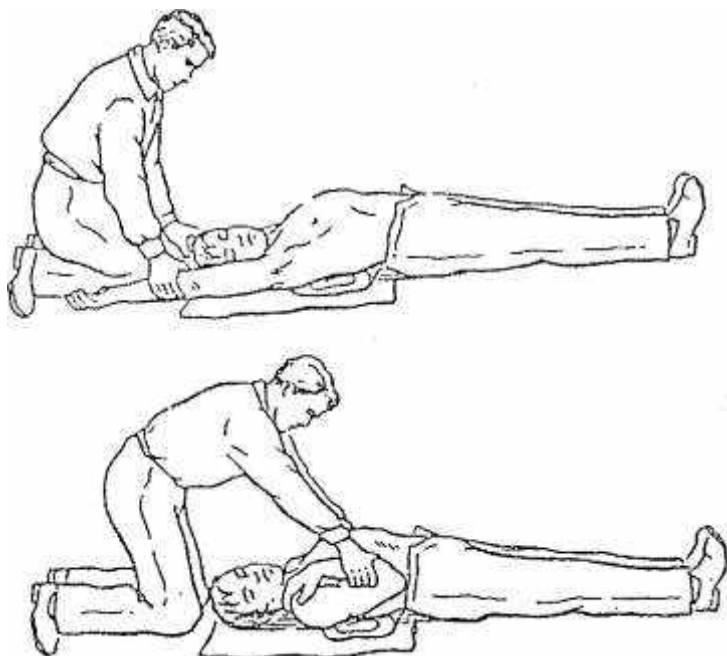


Рис. 3. Ручной метод ИВЛ по Сильвестру: сверху – вдох, внизу – выдох

Если по какой-либо причине нет возможности оказать помощь человеку, потерявшему сознание, постарайтесь перевернуть его на живот – в положении лежа на спине происходит западание языка, что полностью блокирует доступ воздуха в легкие.

7. Основы ухода за больными

Уход за больным заключается в создании и поддержании надлежащей санитарно-гигиенической обстановки в помещении, где он содержится, устройстве удобной постели и поддержании ее в чистоте, оказании больному помощи во время туалета, при приеме пищи и в других необходимых случаях, в поддержании у больного бодрого настроения и организации его досуга.

Роль правильного и заботливого ухода в выздоровлении больных чрезвычайно велика. При некоторых заболеваниях уход за ними приобретает даже большее значение, чем лечение. Недаром часто вместо обычного «вылечили» говорят о больном, что его «выходили».

Объем санитарной обработки больных определяет врач после осмотра. В ее ходе в первую очередь осматривают волосы и при необходимости производят их стрижку. Ногти на ногах и руках стригут коротко.

Помещение, в котором находится больной, должно иметь комфортную температуру (22÷24°C), хорошее дневное и вечернее освещение, вентиляцию или форточку для проветривания. В помещении должно быть как можно больше свободного пространства.

Кровать больного лучше поставить перпендикулярно к стене так, чтобы к ней можно было подойти с трех сторон. Поверхность матраца должна быть ровной. На кровать нужно положить простыню, две подушки и одеяло с пододеяльником. При недержа-

нии мочи и кала на простыню кладут клеенку и сверху закрывают ее простышкой, меняемой чаще, чем простыня.

Для придания телу больного полусидящего положения в постели под переднюю четверть матраца кладут свернутый вдвое тюфяк или толстое одеяло, под полусогнутые колени подкладывают валик или подушку, а для ног делают упор из доски или ящика, чтобы тело больного не сползло. Под кровать ставят судно и мочеприемник. На столике (табурете) возле кровати размещают самые необходимые вещи: настольную лампу, стакан, поильник.

Комнату больного нужно систематически проветривать. Длительность проветривания зависит от сезона, но даже зимой она должна быть не менее 30 минут 3÷4 раза в сутки. На время проветривания зимой больного нужно хорошо укрыть. Уборка комнаты должна быть влажной.

Не реже одного раза в неделю необходимо обмывать тело больного под душем или в ванне. Тяжелобольных обтирают водой со спиртом или уксусом. По утрам и на ночь больные умываются теплой водой, а тяжелобольным обтирают лицо и руки мокрым отжатым полотенцем.

Особого ухода требуют кожа на спине, ягодицах, крестце, бедрах и на локтях тяжелобольных, где вследствие длительного лежания нарушается кровообращение и появляются пролежни – изъязвления, с трудом поддающиеся лечению. Для предотвращения появления пролежней надо устранять складки на простыне и чаще менять положение больного – переворачивать его на бок, стараясь, чтобы спина и ягодицы меньше соприкасались с постелью.

Простыни и наволочки на постели тяжелобольного не должны иметь грубых швов, рубцов, застежек на стороне, обращенной к больному. По мере загрязнения постели или после мытья больного в постели и промокания нижней простыни необходимо ее сменить.

Сменить постельное белье тяжелобольному можно двумя способами. Лучше это сделать вдвоем.

Первый способ применяется в том случае, если больной может повернуться в постели:

- скатать чистую простыню по длине до половины;
- поднять голову больного и убрать подушку;
- сменить наволочку на подушке;
- переместить больного к краю кровати, повернув его на бок лицом к себе (желательно, чтобы помощник придерживал больного);
- скатать грязную простыню по всей длине по направлению к больному;
- расстелить чистую простыню на освободившейся части постели;
- повернуть больного на спину, затем на другой бок так, чтобы он оказался на чистой простыне;
- убрать грязную простыню и расправить чистую, подвернуть края простыни под матрац;

- поднять голову и плечи больного и положить подушку.

Второй способ смены постельного белья применяется при полной неподвижности больного:

- скатать чистую простыню в поперечном направлении;
- приподнять осторожно верхнюю часть туловища больного, убрать подушку (желательно, чтобы помощник придерживал больного);
- скатать грязную простыню со стороны, изголовья кровати до поясницы больного, положив на освободившуюся часть кровати чистую простыню;
- положить подушку на чистую простыню и опустить на нее голову больного;
- попросить больного согнуть ноги в коленях, опереться стопами о кровать и приподнять таз (если больному сделать это трудно, помощник подкладывает левую руку под крестец больного и помогает ему приподнять таз);
- сдвинуть грязную простыню, продолжая следом расправлять чистую;
- попросить больного опустить таз;
- приподнять и придерживать ноги больного в области голени, продолжая сдвигать грязную простыню и расправлять чистую;
- опустить ноги больного;
- заправить края простыни под матрац.

Надевание памперса. Памперс для использования подбирается индивидуально, с учетом веса больного и объема его бедер. Повернуть больного на бок и постараться максимально подвести под него развернутый памперс, широкой частью к ягодицам. Затем перевернуть больного на другой бок и расправить памперс, уложить больного на спину. Проследить, чтобы на памперсе не было складок и он лежал симметрично. Передняя, более узкая часть памперса заводится между ног больного, прикрывая промежность и половые органы и фиксируется с помощью «липучек» в области талии. Лицо, ухаживающее за больным, должно правильно осуществлять наблюдение за ним, то есть уметь подсчитать пульс, измерить температуру, определить частоту дыхания.

Обычно пульс прощупывается на ладонной поверхности больного у основания большого пальца по ходу лучевой артерии. У здорового человека в минуту насчитывается 60÷80 ударов пульса. Если число ударов меньше 60, то пульс замедлен, а если больше 80 – учащен.

Наблюдать за дыханием надо незаметно для больного, при его спокойном состоянии. У здорового человека насчитывается 16÷18 дыхательных движений в минуту. Учащенное и поверхностное дыхание называется одышкой, а если дыхание становится затрудненным, это означает, что у больного удушье. При удушье кожные покровы

вследствие кислородного голодания становятся синюшными. Если в этом случае больному не будет оказана немедленная помощь, он может погибнуть.

Температуру больному измеряют дважды в день: утром и вечером до еды или через 2 часа после еды. Чаще всего температуру измеряют в подмышечной впадине.

У детей раннего возраста температура измеряется в паховой складке. Для этого термометр необходимо поместить в паховую складку, а ногу ребенка согнуть в коленном суставе так, чтобы термометр был невидим в образовавшейся кожной складке.

Перед измерением температуры в подмышечной впадине и паховых складках места измерения внимательно просматриваются. Подмышечные впадины необходимо насухо протереть, в противном случае показания термометра будут более низкими.

Термометр встряхивают, чтобы ртуть опустилась в резервуар. Помещают термометр так, чтобы резервуар полностью соприкасался с кожей. Во время измерения температуры больной должен лежать или сидеть.

Нельзя измерять температуру спящему больному. Если больной находится в бессознательном состоянии, ухаживающий за больным человек должен присутствовать во время измерения температуры и поддерживать руку больного.

У истощенных больных и иногда у детей температура измеряется в прямой кишке или ротовой полости. При измерении температуры в прямой кишке больного необходимо уложить на бок, резервуар термометра смазать вазелином и ввести его за сфинктер ануса. При измерении температуры тела в ротовой полости резервуар термометра помещают под язык больного и просят его губами поддерживать корпус термометра.

Длительность измерения температуры ртутным термометром в подмышечной области и паховых складках – 10 минут, а в полостях – 5 минут. Полученные данные заносятся в температурный лист.

Использованный термометр необходимо продезинфицировать.

Измерение артериального давления проводят по методу Короткова или осциллометрическому методу.

Метод, разработанный русским хирургом Коротковым Н.С. в 1905 г., предусматривает для измерения артериального давления очень простой тонометр, состоящий из механического манометра, манжеты с грушей и фонендоскопа. Метод основан на полном пережатии манжетой плечевой артерии и выслушивании тонов, возникающих при медленном выпуске воздуха из манжеты.

На обнаженное плечо левой руки больного на 2÷3 см выше локтевого сгиба не туго накладывают и закрепляют манжетку так, чтобы между ней и кожей проходил только один палец. Рука обследуемого располагается удобно, ладонью вверх. В локтевом сгибе находят плечевую артерию и плотно, но без давления прикладывают к ней фонендоскоп. Затем баллоном постепенно нагнетают воздух, который поступает одновременно и в манжетку, и в манометр. Под давлением воздуха ртуть в манометре поднимается в стеклянную трубку. Цифры на шкале будут показывать уровень давления воздуха в манжетке, т.е. силу, с которой через мягкие ткани сдавлена артерия, в которой измеряют давление. Постепенно накачивая воздух в манжетку, фиксируют момент, когда исчезнут звуки пульсовых ударов. Затем начинают постепенно снижать давление в манжетке, приоткрыв вентиль у баллона. В тот момент, когда противодействие в манжетке достигает величины систолического давления, раздается короткий и довольно громкий звук – тон. Цифры на уровне столбика ртути в этот момент указывают систолическое давление. При дальнейшем падении давления в манжетке тоны ослабе-

вают и постепенно исчезают. В момент исчезновения тонов давление в манжетке соответствует диастолическому давлению.

При наличии у больного пониженного давления лучше использовать другой способ – постепенно нагнетать воздух в манжетку. Первое появление тонов свидетельствует о диастолическом давлении. При повышении давления в манжетке в момент исчезновения тонов цифры будут обозначать систолическое давление.

Преимущества данного метода измерения артериального давления:

- признан официальным эталоном неинвазивного измерения артериального давления для диагностических целей и при проведении верификации автоматических измерителей артериального давления;

- высокая устойчивость к движениям руки.

Недостатки данного метода измерения артериального давления:

- зависит от индивидуальных особенностей человека, производящего измерение;

- чувствителен к шумам в помещении, точности расположения головки фонендоскопа относительно артерии;

- требует непосредственного контакта манжеты и головки микрофона с кожей пациента;

- технически сложен (повышается вероятность ошибочных показателей при измерении) и требует специального обучения.

Осциллометрический метод подразумевает возможность использования электронных тонометров. Он основан на регистрации тонометром пульсаций давления воздуха, возникающих в манжете при прохождении крови через сдавленный участок артерии.

Определение артериального давления на плечевой артерии по осциллометрическому методу заключается в наблюдении за колебаниями стрелки пружинного манометра. Здесь также нагнетают в манжетку воздух до полного сдавления плечевой артерии. Затем воздух начинают постепенно выпускать, открывая вентиль, и первые порции крови, попадая в артерию, дают осцилляции, т.е. колебания стрелки, указывающие на систолическое артериальное давление. Колебания стрелки манометра сначала усиливаются, а потом внезапно уменьшаются, что соответствует минимальному давлению. Пружинные манометры довольно удобны, но, к сожалению, пружины быстро ослабевают, не дают точных колебаний и выходят из строя.

Преимущества данного метода измерения артериального давления:

- не зависит от индивидуальных особенностей человека, производящего измерение;

- устойчивость к шумовым нагрузкам;

- позволяет производить определение артериального давления при выраженном «аускультативном провале», «бесконечном тоне», слабых тонах Короткова;

- позволяет производить измерения без потери точности через тонкую ткань одежды;
- не требуется специального обучения.

Недостаток данного метода измерения артериального давления – при измерении рука должна быть неподвижна.

Влажно-высыхающие повязки применяют при различных кожных заболеваниях (экзема, невродермит, псориаз и др.) с целью фиксации лекарственных препаратов и компрессов, а также создания условий для более глубокого проникновения в кожу лекарственных веществ. Действуют влажным холодом. Применяются при наличии ограниченных участков мокнутия на поверхности кожи и в то же время выраженного инфильтрата (экзема, эксудативный нейродермит и др.).

Необходимые ингредиенты: стерильные марлевые салфетки, бинт, стерильный лоток. Раствор лекарственного вещества (100÷150 мл) наливают в стерильный лоток. Марлю, сложенную в 10÷15 слоев, смачивают в лекарственном растворе, отжимают и накладывают на пораженный участок кожи. Поверх марли кладут несколько больших размеров компрессную бумагу (без ваты) и забинтовывают. Влажно-высыхающие повязки меняют через 4÷5 часов по мере ее высыхания.

В случае присыхания повязки ее отмачивают тем же раствором (не снимать насильственно!). Противопоказанием к применению являются гнойничковые заболевания кожи.

Клеевые повязки применяют при лечении трофических язв голеней, варикозного расширения вен. Противопоказания: наличие островоспалительных процессов на коже, экзематизация, пиодермиты и т.д.

Необходимые ингредиенты: бинты, цинк-желатиновый высыхающий клей, спирт, тальк, вата, медицинский лоток.

Техника: перед наложением повязки больной моет ноги с мылом (так, чтобы не мочить язвы), подстригает коротко ногти на стопах. В течение 15÷20 минут он лежит на кушетке с поднятой вверх ногой (35÷40°). Для удобства под ногу подкладывают подставку. Затем кожу протирают спиртом, а между пальцами закладывают кусочки ваты, пересыпанные тальком. Из сложенной в 5÷6 слоев марли вырезают участок, соответствующий по площади и контурам язве. Разогревают на водяной бане клеевую массу до температуры 40÷42°. Подготовленный участок марли пропитывают клеевой массой и накладывают на язву. Затем в клеевой массе пропитывают бинты и в поднятом положении черепицеобразно бинтуют ногу от пальцев стоп до коленного сустава. Повязку делают в три слоя. После того как поверхность засыхает (10÷15 минут), ее присыпают тальком, а затем бинтуют сухим бинтом (съемный бинт). Через 3÷4 дня повязка может промокнуть отделяемым из язвы. Тогда съемный бинт меняют. Больному разрешают ходить с клеевой повязкой. Снимают ее через 15÷20 дней. Если вследствие уменьшения отека клеевая повязка ослабла и стала подвижной, ее следует немедленно сменить, так как в противном случае разовьется потертость.

Осложнения: развитие потертости, дерматита, экзематизации, пиодермии. В этих случаях клеевую повязку необходимо снять и показать больного врачу.

Мазевые повязки применяют с целью более глубокого действия лекарственных средств, содержащихся в мазях или пастах, а также из гигиенических соображений (защита белья от мази, предотвращение ее распространения на другие участки кожи и

т.д.). Назначают при наличии чешуико-корковых наслоений на поверхности ограниченных очагов поражения на коже.

Противопоказанием для мазовых повязок являются островоспалительные процессы на коже, сопровождающиеся мокнутием.

Необходимые ингредиенты: бинт, шпатель, мазь. Небольшое количество мази наносятся шпателем на очаг поражения или на марлю, которую фиксируют плотно на пораженной коже 2÷3 турами бинта. При наличии массивных корок поверх мази накладывают компрессную бумагу, которую плотно фиксируют бинтом (мазевая компрессная повязка). Это способствует разрыхлению и более быстрому отторжению корок.

Пластырь – густой консистенции липкая мазевая основа, покрытая непроницаемой марлей, которая может содержать активные лекарственные вещества. Пластырь, не имеющий лекарственных веществ, используется для фиксации повязок на коже и при лечении трофических язв. Пластырь, содержащий лекарственные вещества (ртуть, ихтиол, салициловую кислоту, антибиотики и т.д.), оказывает интенсивное действие вглубь и поэтому используется при лечении ограниченных хронических и островоспалительных процессов (фурункул, онихомикозы, бородавки, мозоли и т.п.).

Противопоказания: экзема, аллергический дерматит, таксидермия.

Необходимые ингредиенты: пластырь, ножницы, медицинский бензин.

Техника: перед наложением пластыря кожу тщательно обезжиривают медицинским бензином или спиртом. Если имеются волосы, необходимо предварительно их сбрить. Для фиксации повязки применяется обычный пластырь. Отрезают полоски необходимой длины, которые средней частью прижимают к повязке, а концы – к обезжиренной коже. Если пластырь плохо пристает к коже, его можно слегка подогреть. При трофических язвах накладывают липкий пластырь черепицеобразно. Нарезают несколько полосок пластыря, шириной больше язвы на 1,5÷2 см. Края раны протирают спиртом, и, начиная сверху, прижимают полоску пластыря. Следующую накладывают ниже, но так, чтобы она покрывала часть предыдущей полоски. Так заклеивают всю язву. Поверх пластыря можно укрепить бинтовую повязку. Меняют пластырную повязку при трофических язвах 1 раз в 7÷8 дней.

Пластыри, содержащие медикаментозные вещества, накладывают размером, соответствующим площади очага поражения. Меняют 1 раз в 2÷4 дня.

Снимают пластырь постепенно, начиная с одного края. Для меньшей травматизации лучше отмочить края бензином или спиртом. Осложнением при применении пластыря может явиться дерматит, который быстро исчезает после применения соответствующих средств (взбалтываемые смеси, примочки и т.д.).

Согревающий компресс вызывает гиперемия и прилив крови к данному месту, в результате происходит рассасывание воспаления и уменьшение боли.

Для постановки согревающего компресса приготовить: марлю, сложенную в 8 слоев, или мягкую гигроскопическую ткань (льняное, салфеточное полотно, бумазая), компрессную бумагу, вату, бинт, спирт, разбавленный водой 1:2.

Для компресса используют также теплую воду, водку, одеколон, слабый раствор уксуса (1 чайная ложка на 0,5 л воды).

Последовательность действий: смочить марлю или мягкую гигроскопическую ткань теплой водой или разведенным раствором спирта и хорошо ее отжать. Наложить марлю или ткань на поверхность больного участка тела. На нее положить компрессную бумагу или клеенку (полиэтиленовую пленку), а затем слой ваты так, чтобы он перекрывал ниже лежащие слои компресса.

Затем компресс тщательно закрепляют бинтом так, чтобы он плотно прилегал к телу, но и не стеснял движения. Если компрессная бумага или вата не полностью прикрывают смоченную ткань, то вода (или лечебный раствор) быстро испаряется и происходит не согревание, а охлаждение участков тела. Для контроля правильности наложения компресса через 1÷2 часа под повязку подводят палец. Если ткань влажная – компресс наложен правильно.

Компресс оставляют на 8÷12 часа. Повторно ставят компресс не раньше чем через 1 час.

Сняв компресс, кожу тщательно протирают теплой водой, затем накладывают сухую теплую повязку.

Сухой компресс ставят для защиты больного органа от охлаждения и других внешних раздражений. Для этого надо сложить несколько слоев марли и ваты и закрепить бинтами на нужном месте.

Холодный компресс (примочка) применяется при ушибах, кровотечениях, головной боли. Благодаря местному охлаждению и сужению кровеносных сосудов компресс уменьшает кровенаполнение и боль в пораженной области.

Для постановки холодного компресса берут несколько слоев марли или полотна, смачивают холодной водой, отжимают и накладывают на больное место. Длительность примочки составляет 2÷3 минуты, затем по мере согревания примочки, ее меняют на новую.

Горчичники – листы бумаги, покрытые с одной стороны тонким слоем порошка семян горчицы. Стандартный размер горчичников 8×12,5 см. Горчичники действуют на кожу больного путем раздражения ее и расширения кожных кровеносных сосудов эфирным горчичным маслом.

Показания: при болях, острых воспалительных процессах органов дыхания (пневмонии, бронхите, плеврите), заболевания мышц, нервной системы, невралгии, невриты, остеохондроз, гипертонический криз, при болях в сердце.

Противопоказания: кровотечения, заболевания кожи, опухоли различной этиологии, аллергические реакции на эфирные масла, нарушение целостности кожных покровов, гиперемия.

Места постановки горчичников: на область грудной клетки (кроме грудной железы, сосков), на место верхнего плечевого пояса, на область сердца, на ноги.

Необходимые принадлежности при постановке горчичников: лоток для воды, вода комнатной температуры, полотенце или пеленка.

Техника постановки:

- взять горчичник за края, не дотрагиваясь до горчицы;
- смочить горчичник в теплой воде и стряхнуть лишнюю воду;
- обнажить участки тела, куда надо ставить горчичник;
- положить горчичник на нужное место горчицей к коже;
- закрыть горчичник полотенцем и хорошо укрыть больного.

Держать горчичник до появления чувства жжения и покраснения кожи (5÷15 минут). Затем снять горчичник, протереть кожу полотенцем, смыть горчицу. Укрыть больного и попросить его лежать открытым около часа.

Категорически запрещается ставить горчичник на газету, а также на марлю или более плотную материю, так как теряется непосредственное действие горчичного масла на кожу. Горчичники нельзя ставить при заболеваниях кожи, непереносимости горчицы! Горчичники нельзя ставить на область позвоночника, на соски молочных желез, поврежденную кожу. Нельзя также ставить их на область ладоней и подошв, так как они являются рефлексогенными зонами.

Горчичники хранят в сухом и темном месте; срок хранения от 8 до 11 месяцев. Пригодный горчичник отличается от непригодного тем, что дает острый запах горчичного масла и не осыпается.

Для ухода за больным дома нужно не только приобрести необходимые средства, но и составить индивидуальный план ухода – распорядок дня. При составлении плана необходимо учесть потенциал и потребности больного. Если в уходе принимают участие несколько членов семьи, то ведение дневника ухода поможет сориентироваться в гигиенических и лечебных процедурах, избежать их повторения.

Пример распорядка дня:

7:00. Туалет (возможно использование кресла-туалета). Измерение температуры, пульса, артериального давления (при необходимости).

7:15. Уход за полостью рта. Уход за кожей.

Интимная гигиена. Смена подгузника (при необходимости).

Проветривание комнаты.

8:00. Завтрак.

8:30. Время покоя больного. Уборка комнаты.

10:30. Профилактические и лечебные мероприятия (перечисление). Питьевой режим (сок, минеральная вода по желанию).

Туалет (возможно использование кресла-туалета) или смена подгузника (по необходимости). Подготовка к обеду.

12:30. Обед.

15:30. Послеобеденный сон. Питьевой режим (чай, сок, минеральная вода по желанию).

Туалет или смена подгузника (по необходимости). Измерение температуры, пульса, АД (при необходимости). Подготовка к ужину.

18:00. Ужин.

18:30. Уход за полостью рта. Уход за кожей.

Интимная гигиена. Смена подгузника (по необходимости).

Проветривание помещения.

20:00. Подготовка ко сну.

20:30. Сон.

Среди множества разнообразных факторов, способных повлиять на эффективность действия лекарств, существенное место занимает еда. Большинство лекарственных средств назначают внутрь, и при поступлении их в пищеварительный тракт могут произойти самые разнообразные взаимодействия как между собой, так и с пищеварительными соками и ингредиентами пищи, что может изменить всасывание препаратов, ослабить или усилить фармакологический эффект. При этом подразумевается не только правильное назначение лекарств по отношению к приему пищи, но и качественный состав пищи, т.е. учет особенностей воздействия тех или иных продуктов на функциональное состояние органов пищеварения, от которых в значительной мере зависят выраженность действия лекарств.

Проблема взаимодействия лекарств и пищи имеет несколько аспектов: с одной стороны, влияние компонентов пищи на терапевтическую эффективность лекарств, и с другой – влияние лекарств на состояние желудочно-кишечного тракта и физиологические процессы пищеварения.

Жиры, особенно содержащие высшие жирные кислоты, уменьшают выделение желудочного сока и замедляют перистальтику желудка. Под влиянием пищи, богатой жирами, значительно снижается эффективность противоглистных препаратов, сульфаниламидов. В то же время обогащенную жирами пищу рекомендуют в тех случаях, когда требуется повысить всасывание жирорастворимых лекарств – витаминов А, Д, Е. Углеводы также замедляют опорожнение желудка, в результате чего может нарушиться всасывание сульфаниламидов и других лекарств.

Количественный и качественный состав пищи, особенно белков, может изменять трансформацию лекарственных препаратов в организме. Большое количество белка в пищеварительном тракте препятствует достижению соответствующего терапевтического уровня лекарств, например, антикоагулянтов (например, кумадина), в связи с их химическим родством с белком.

Щелочная пища (молоко, овощи, фрукты, ягоды) усиливают выведение кислых лекарственных веществ, например, производных салициловой кислоты, и усиливает эффект щелочных веществ. Кислые фруктовые и овощные соки могут нейтрализовать фармакологический эффект некоторых антибиотиков (эритромицина, ампицилина и др.), усилить эффект салицилатов, замедлить всасывание нестероидных противовоспалительных препаратов, например, непростина.

Возможно появление нарушений пищеварения на фоне приема медикаментов. Например, формирование дисбактериоза на фоне приема антибиотиков. Или формирование повышенной кислотности желудочного сока при приеме некоторых обезболивающих средств.

Необходимо учитывать наличие заболеваний желудочно-кишечного тракта, так как имеющиеся отклонения могут существенным образом влиять на всасывание и эффективность принимаемых препаратов.

Во время еды кислотность желудочного сока очень высока, а потому значительно влияет на стабильность лекарств и всасывания их в кровь. Как уже упоминалось, в кислой среде частично снижается действие эритромицина и других антибиотиков.

Классическим примером нерационального лекарственно-пищевого взаимодействия является взаимодействие антибиотиков группы тетрациклина с молочными продуктами. Под влиянием желудочного сока белок казеиноген, содержащийся в молоке, превращается в казеинат кальция, выпадает хлопьями и образует с тетрациклинами невсасываемый комплекс. В результате молоко и молочные продукты до 80 % снижают всасывание антибиотиков. Молоко усиливает всасывание витамина Д, избышек которого опасен, в первую очередь для центральной нервной системы.

Таким образом, принятое совместно с пищей лекарство может оказаться опасным или бесполезным.

Для каждого лекарства существуют свои правила приема, связанные с режимом питания. Проблема взаимодействия лекарственных препаратов и пищи является комплексной, так что построение правильной диеты при приеме различных лекарственных препаратов может стать дополнительным лечебным фактором, а безалаберное питание способно свести все лечение на нет, а то и навредить организму.

Время приема лекарств тоже имеет значение. Специализированная область медицины – хронофармакология – занимается изучением влияния биологических ритмов на усвоение лекарств. В зависимости от времени суток изменяется активность медицинских препаратов, с учетом этих факторов врачи рекомендуют разработанные схемы приема лекарств. В основном это касается серьезных, длительно применяемых препаратов, например, противоопухолевых, гормональных, противоаллергических. Такие схемы способны снизить активную дозировку медикаментов и побочные эффекты препаратов.

Необходимо обязательно следовать инструкциям по применению препаратов и указаниям врача или фармацевта о правильном времени приема лекарства. Если назначено несколько препаратов сразу, надо уточнить, в каком порядке их нужно принимать – взаимодействия между лекарствами могут быть весьма опасны.

Эффективность назначенного лечения во многом зависит от пациента. При соблюдении всех требований к применению лекарств и внимательном отношении к собственному организму успех лечения часто обеспечивается даже при приеме самых простых и доступных медикаментов.

8. Возможный состав домашней медицинской аптечки

В повседневной жизни, а тем более в чрезвычайных ситуациях, всегда появляются травмированные. У одних - раны, переломы конечностей, ожоги, у других открылись кровотечения, возникли сердечные, головные, желудочные боли, простудные и иные заболевания. Важно всегда помнить, что всякая, даже самая небольшая рана представляет угрозу для жизни человека - она может стать источником заражения различными микробами, а некоторые сопровождаются еще и сильным кровотечением.

Основной мерой профилактики и оказания первой медицинской помощи является наложение стерильной повязки на рану. Вот для этого в домашней аптечке надо иметь необходимый перевязочный материал: пакеты перевязочные, бинты, салфетки стерильные, вату.

Домашняя аптечка должна содержать хотя бы минимум медицинских средств, необходимых для оказания первой медицинской помощи при травмах, острых воспалительных заболеваниях, различных приступах.

Примерный состав домашней аптечки:

Таблетки валидола — применяются при острых болях в области сердца.

Нитроглицерин — при приступах стенокардии (грудная жаба).

Корвалол, валокордин — при болях в сердце.

Настойка валерианы — успокаивающее средство при нервном возбуждении.

Таблетки кислоты ацетилсалициловой (аспирин) - Противовоспалительное средство.

Применяют при простуде и лихорадочных состояниях.

Таблетки парацетамола — при простудных и гриппозных заболеваниях.

Таблетки амидопирин и анальгина - Жаропонижающее, болеутоляющее и противовоспалительное средство.

Таблетки пенталгина и баралгина — как обезболивающее средство.

Таблетки спазмалгина — при головных болях.

Таблетки угля активированного - применяют при скоплении газов в кишечнике.

Желудочные таблетки. Бесалол - оказывает болеутоляющее действие при заболевании органов брюшной полости, а также некоторое обеззараживающее действие на кишечную флору.

Гидрокарбонат натрия в порошке (сода двууглекислая) - применяют при изжоге - на кончике ножа на прием, а также для полоскания горла.

Калия перманганат (марганцовка) - используют в виде водного раствора для промывания ран, полосканий рта и горла.

Кислота борная - применяется для полоскания рта, горла, промывания глаз.

Лейкопластырь бактерицидный - предназначен для лечения ссадин, порезов, некоторых язв и небольших ран.

Лейкопластырь обычный - для крепления небольших повязок на раны.

Раствор йода спиртовой 5% - применяют наружно как антисептическое средство.

Раствор аммиака (нашатырный спирт) - Средство для вдыхания при обморочном состоянии, нервном потрясении, угаре.

Вазелин борный - для смягчения кожи, оказывает антисептическое действие.

Таблетки от кашля - употребляют при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей.

Жгут кровоостанавливающий - используется для временной остановки кровотечений из артерий конечностей. Обычно накладывают выше места раны. Держать его можно не более 1.5 часа. Иначе конечность омертвеет.

Синтомициновая эмульсия - применяется при ожогах и обморожениях.

Термометр и ванночка глазная - для промывания глаз при засорении.

Большинство людей этим не ограничиваются, имеют более широкий набор лекарственных и перевязочных средств. Кроме того, последнее время люди все чаще стали возвращаться к народным средствам и лекарственным травам. При многих заболеваниях они достаточно эффективны.

Тема 9 Правила безопасности в жилых помещениях при эксплуатации газовых и электрических приборов

Чтобы избежать пожара, **необходимо:**

- выполнить ремонт электропроводки, неисправных выключателей, розеток;
- содержать отопительные электрические приборы, плиты в исправном состоянии подале от штор и мебели на несгораемых подставках;
- не оставлять без присмотра включенные в электросеть электронагревательные приборы;
- не допускать включение в одну сеть электроприборов повышенной мощности, это приводит к перегрузке в электросети;
- не использовать неисправные отопительные приборы, а также приборы кустарного производства;
- перед уходом из дома убедиться, что газовое и электрическое оборудование выключено;
- своевременно ремонтировать отопительные печи;
- очистить дымоходы от сажи;
- заделать трещины в кладке печи и дымовой трубе;
- на полу перед топочной дверкой прибить металлический лист размером 50x70 см;
- не допускать перекала отопительной печи;
- исключить растопку печи легковоспламеняющимися жидкостями;
- быть внимательными к детям, не оставлять малышей без присмотра;
- курить в строго отведенных местах. Курение в постели, особенно в нетрезвом виде, часто является причиной пожара.

ПОМНИТЕ: соблюдение правил пожарной безопасности - залог сохранности Вашей жизни и Вашего имущества! В случае пожара или появления дыма, немедленно позвоните по телефону «101» или «112» указав точный адрес.

Информационно-методический материал по мерам пожарной безопасности в отопительный период!

Самые распространенные причины пожаров - нарушение правил эксплуатации электрооборудования и электронагревательных приборов и устройств, использование неисправных печей на твердом топливе, несоблюдение правил пользования газовыми приборами.

Соблюдение правил пожарной безопасности поможет Вам оградить себя и свое жилье от огненной беды, избавит Вас от неприятностей и горьких последствий от пожара.

Помните! Причины пожаров разные, а виновник один – человек, нарушающий и не выполняющий правила пожарной безопасности. Виновные в нарушении настоящих правил, в зависимости от характера нарушений и их последствий, несут ответственность в установленном законом порядке.

ПАМЯТКА

по правилам эксплуатации печного отопления

Перед началом отопительного сезона печи и их дымоходы тщательно проверьте, очистите от сажи и отремонтируйте.

Территорию, прилегающую к жилым домам, дачным и иным постройкам, своевременно очищайте от горючих отходов, мусора, сухой травы и т.п.

Не храните в коридорах, лестничных клетках, на чердаках и в подвалах нитрокраску, бензин, керосин и другие легковоспламеняющиеся и горючие жидкости.

Не захламляйте чердаки, подвалы и сараи различными сгораемыми материалами, мусором и не курите в этих помещениях.

Не устанавливайте мебель и не устраивайте шкафы, кладовые в коридорах общего пользования, на лестничных клетках и под лестничными маршами.

Строительство домов и надворных построек производите только при наличии соответствующего разрешения.

Не курите в постели. Именно по этой причине чаще всего происходят пожары, на которых гибнут люди.

Не применяйте открытый огонь для отогревания замерзших труб отопления и водоснабжения, а также в чердачном и подвальном помещениях.

Спички, аэрозольные предметы бытовой химии и другие огнеопасные вещества храните в недоступных для детей местах.

Не позволяйте малолетним детям самостоятельный розжиг печей.

На сгораемом полу напротив топливника печи имейте прибитый металлический лист размером 50x70 см, который должен быть свободным от дров и других горючих материалов.

Не располагайте близко к печи мебель, ковры - они могут загореться.

Не применяйте легковоспламеняющиеся и горючие жидкости для розжига печи.

Для исключения каких-либо нарушений при устройстве или ремонте отопительных печей допускайте к работе только тех лиц, которые имеют квалификационное удостоверение печников от Всероссийского добровольного пожарного общества.

ПАМЯТКА

по правилам эксплуатации отопительных электробытовых приборов

Электропроводку и электрооборудование в квартирах и хозяйственных постройках содержите в исправном состоянии.

Монтаж и ремонт ее производите только с помощью электромонтера.

Для защиты электросетей от короткого замыкания и перегрузок применяйте предохранители только заводского изготовления.

Электроприборы включайте в электросеть только при помощи штепсельных соединений заводского изготовления.

Электроутюги, электроплитки, электрочайники и другие электронагревательные приборы устанавливайте на несгораемые подставки и размещайте их подальше от мебели, ковров, штор и других сгораемых материалов.

В случае нагревания электророзетки, электровилки, искрения или короткого замыкания электропроводки или электроприборов немедленно отключите их и организуйте ремонт с помощью специалиста.

Не применяйте для обогрева помещений самодельные электрообогреватели.

Не закрывайте электрические лампы люстр, бра, настольных электроламп и других светильников бумагой и тканями.

Не сушите одежду и другие сгораемые материалы над электронагревательными приборами.

Не оставляйте без присмотра взрослых включенные в электросеть электрические приборы (плитки, чайники, приемники, телевизоры, магнитофоны и т.п.).

Эксплуатация электропроводки с поврежденной или ветхой изоляцией запрещена.

Содержите в исправном состоянии электрические выключатели, розетки и вилки.

Не применяйте для защиты электросети самодельные предохранители («жучки»).

Не оставляйте детей без присмотра, не поручайте им надзор за включенными электроприборами, обогревательными приборами.

ПАМЯТКА

по правилам эксплуатации газовых приборов

При эксплуатации газовых плит, печей и колонок необходимо соблюдать следующие правила:

Соблюдайте последовательность включения газовых приборов: сначала зажгите спичку, а затем откройте подачу газа.

Если подача газа прекратилась, немедленно закройте перекрывной кран у горелки и запасной на газопроводе.

При появлении запаха газа в помещении надо немедленно погасить топящуюся печь, закрыть общий кран на газопроводе и проветрить помещение.

О каждой неисправности газовой сети или приборов необходимо немедленно сообщить в контору газового хозяйства.

Перед эксплуатацией газовой печи и баллона пройдите инструктаж по технике безопасности у специалистов, получите документ на право эксплуатации газовых приборов.

Не допускайте к газовым приборам детей и лиц, не знающих правил обращения с этими приборами.

Не храните газовые баллоны в гаражах, в квартирах, на балконах.

Заправляйте газовые баллоны только в специализированных пунктах.

Самостоятельно не подключайте и не отключайте газовые плиты в квартирах.

Не используйте газовые плиты для обогрева квартиры.

Уходя из дома, не забудьте выключить газовую плиту и перекрыть вентиль на баллоне.

При утечке газа не зажигайте спичек, не курите, не включайте свет и электроприборы. Регулярно чистите горелки, так как их засоренность может стать причиной беды.

При появлении запаха газа немедленно выключите газовую плиту, перекройте кран подачи газа, проветрите помещение и вызовите работников газовой службы по телефону «04» или пожарных и спасателей по телефону «101», либо «112» (для мобильных телефонов).

Тема 10. Порядок укрытия населения в защитных сооружениях. Правила пребывания в них. Порядок действий граждан при объявлении ракетной опасности.

Порядок действий граждан при объявлении беспилотной опасности.

Укрытие - защитное сооружение гражданской обороны, предназначенное для защиты укрываемых от фугасного и осколочного действия обычных средств поражения, поражения обломками строительных конструкций, а также от обрушения конструкций вышерасположенных этажей зданий различной этажности.

Для укрытия населения используются имеющиеся защитные сооружения гражданской обороны и (или) приспособляются под защитные сооружения гражданской обороны в период мобилизации и в военное время заглубленные помещения и другие сооружения подземного пространства.

Системы жизнеобеспечения укрытий должны быть рассчитаны на односуточное пребывание укрываемых.

Требования к оборудованию и использованию укрытий.

Радиус сбора укрываемых следует принимать не более 1000 м.

Оборудование посадочных мест.

Посадочные места рекомендовано оборудовать для всех сотрудников отдела. Для этого необходимо заблаговременно подготовить посадочные места. К посадочным местам можно отнести: лавки, нары, стулья и т.д.

Для оснащения укрытия рекомендуется иметь санитарную сумку для оказания первой помощи пострадавшим.

Установка бака для сбора мусора.

В укрытии необходимо предусмотреть бак для сбора мусора. Объем бака определяется из расчета не менее 2 литров мусора на 1 человека. Крышка бака должна быть герметичной, размещается он как можно ближе к вентиляционному отверстию.

Для выполнения простейших работ по выходу из заваленных укрытий следует предусмотреть следующий инструмент (в количестве на менее 2 шт.): ломы, лопаты, багры, топоры, ведра, строительные носилки.

Установка и оборудование санузлами.

По возможности необходимо предусмотреть обеспечение помещений биотуалетами или выносными тарами. На видном месте в укрытие должны быть размещены Правила пребывания (поведения) укрываемых в заглубленных и других помещениях под-

земного пространства, а также запрещающие знаки в соответствии с приложением. В заглубленных и других помещениях подземного пространства рекомендовано предусмотреть запас технической воды из расчета 1 л/чел. На 100% укрываемых.

Доступ к укрытию.

Укрытие для населения должно быть доступным и открываться беспрепятственно. На каждое укрытие рекомендовано иметь не менее двух комплектов ключей.

Порядок заполнения заглубленных и других помещений подземного пространства.

Перед выходом из рабочего помещения необходимо закрыть окна, обесточить оргтехнику, выключить свет, закрыть дверь (ключ остается в двери). Печати, цифровые, электронные подписи руководителей, личные дела и трудовые книжки сотрудников помещаются в несгораемый шкаф (сейф).

Эвакуация проводится в строгом соответствии со схемой передвижения в укрытие (приложение).

Войдя в помещение, следует без суеты занять свободное место. При заполнении заглубленных и других помещений подземного пространства закрытие наружных дверей производится по команде старшего по укрытию.

Правила пребывания (поведения) укрываемых в заглубленных и других помещениях подземного пространства

Укрываемые в заглубленных и других помещениях подземного пространства обязаны строго соблюдать основные правила поведения:

- спокойно сидеть на своих местах, поддерживать чистоту и порядок в помещениях;
- оказывать помощь гражданам, получившим травмы;
- соблюдать спокойствие, не допускать случаев паники и нарушений общественного порядка, оставаться на местах в случае отключения освещения;
- соблюдать установленный порядок приёма пищи (2-3 раза в сутки);
- соблюдать правила техники безопасности.

Пол в помещениях необходимо периодически смачивать водой.

При частичных разрушениях заглубленного или другого помещения подземного пространства (завал выходов, разрушение стены и т.п.) необходимо сохранять спокойствие, ожидая указаний старшего по укрытию. В случае необходимости, укрывающиеся должны оказывать посильную помощь в выполнении работ по разборке заваленных выходов, вскрытию лазов и пр. Если в помещении будет внезапно выключено освещение, нужно спокойно оставаться на местах и ждать, когда будет включен свет или по указанию старшего по укрытию будут зажжены фонари и свечи. При пользовании источниками света с открытым пламенем (керосиновыми лампами, свечами) их следует ставить ближе к вытяжным отверстиям;

В помещениях рекомендуется: проводить беседы, чтение вслух, слушать радиопередачи, играть в тихие игры.

Порядок выхода из заглубленных и других помещений подземного пространства

После получения сигнала «Внимание всем!» с информацией об отбое воздушной тревоги нельзя выходить из заглубленных и других помещений подземного пространства без разрешения старшего по укрытию до того, как будет установлена безопасность выхода и возможность спокойного возвращения укрывающихся по домам.

Выход из указанного помещения не разрешается:

- если получена информация о наличии вблизи укрытия:

- неразорвавшихся боеприпасов;
- пожаров;
- разрушения здания, в котором расположено заглубленное и другое помещение подземного пространства.

Эвакуация укрываемых из заглубленного и другого помещения подземного пространства производится в следующей последовательности: сначала на поверхность выходят несколько человек, чтобы оказать помощь тем, которые не могут выйти самостоятельно, затем эвакуируются пострадавшие, престарелые и дети, а после них - все остальные.

Вывод из заглубленного и другого помещения подземного пространства производится по указанию старшего по укрытию после соответствующего сигнала или в случае аварийного состояния сооружения, угрожающего жизни людей.

Что укрываемый должен взять с собой при укрытии в заглубленных и других помещениях подземного пространства

При подготовке к укрытию в заглубленных и других помещениях подземного пространства рекомендовано укрываемым иметь с собой «Тревожный набор», который должен обеспечить безопасное пребывание в заглубленном или другом помещении подземного пространства в течение одних суток. В «тревожном наборе» должны быть средства индивидуальной защиты, основные документы, продукты питания, вода, аптечка, сменная одежда, одеяло, телефон и некоторые другие необходимые принадлежности. «Тревожный набор» должен храниться в рюкзаках или сумках. Раз в год «тревожный набор» проверяется и обновляется. Вес «тревожного набора» и других необходимых принадлежностей должен составлять не более: для мужчин – 30 кг; для женщин – 10 кг.

Средства индивидуальной защиты.

Каждому укрываемому настоятельно рекомендуется иметь с собой самоспасатель, но могут быть и другие индивидуальные средства защиты, такие как противогаз, респиратор.

Аптечка. Состав аптечки: бинты, лейкопластырь, йод, а также медицинские препараты (средства), которые члены семьи вынуждены принимать постоянно.

Основные документы. Паспорт, военный билет, трудовая книжка, пенсионное удостоверение, свидетельство о браке, свидетельство о рождении детей, документы об образовании, свидетельство о государственной регистрации права собственности, страховое свидетельство Государственного пенсионного фонда, свидетельство о постановке на учет физического лица в налоговом органе, банковские пластиковые карты, денежные знаки и особо ценные вещи.

Продукты питания и запасы воды. Продукты питания и запасы воды необходимо взять на срок до одних суток, на период действия обычных средств поражения. Из продуктов питания нужно брать такие, которые могут долго храниться без холодильника. Предпочтительнее продукты без острых запахов и в защитной упаковке (в пергаментной бумаге, целлофане, различного вида консервы). Рекомендуется следующий набор: для взрослого человека - сухари, печенье, галеты в бумажной или целлофановой упаковке, мясные или рыбные консервы с консервным ножом и готовые к употреблению, высококалорийные продукты (шоколад, печенье), чай, конфеты, сахарфинад, соль и т.д.; для детей, учитывая их возраст и состояние здоровья, - специ-

альное детское питание (по возрасту), сгущенное молоко, сухое молоко, фруктовые напитки и т.д. Необходимо взять с собой не менее 4,5 литров воды на сутки на каждого человека. В жару потребность воды увеличивается вдвое. Вода должна храниться в пластиковой или эмалированной таре. Запрещается использовать стеклотару, которая может разбиться.

Правила пребывания (поведения) укрываемых в заглубленных и других помещений подземного пространства размещаются в укрытии (приложение).

Укрываемым в заглубленных и других помещениях подземного пространства запрещено:

- самостоятельно включать и выключать освещение;
- брать и пользоваться инструментом, инженерными агрегатами без указания старшего по укрытию;
- входить в технические помещения, включать (выключать) рубильники и др. оборудование, прикасаться к электрооборудованию, к запорной арматуре систем водоснабжения, канализации, теплоснабжения, к дверным затворам и другому оборудованию; самостоятельно выходить из помещения.

Порядок действий граждан при объявлении ракетной опасности.

«ВНИМАНИЕ ВСЕМ! РАКЕТНАЯ ОПАСНОСТЬ!»

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!!!

Чтобы обезопасить себя, а также своих родных и близких во время чрезвычайных ситуаций, необходимо помнить действия, которые следует выполнить при подаче этого сигнала.

Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» подается путем включения электромеханических сирен, специализированных технических средств оповещения, а также других сигнальных средств.

Сигнал «РАКЕТНАЯ ОПАСНОСТЬ!» подается для предупреждения населения о возникшей непосредственной угрозе ракетной опасности при угрозе поражения противником населенного пункта с воздуха. С этой целью используют все технические средства связи и оповещения, включаются электросирены с голосовым сообщением о «РАКЕТНОЙ ОПАСНОСТИ», происходит запуск звуковых сигналов, которые подают продолжительный звуковой сигнал, также задействуется и СМС — оповещение.

Услышав предупредительный сигнал «РАКЕТНАЯ ОПАСНОСТЬ!» необходимо включить телевизор, радиоприемник, где транслируется информация по порядку действий. Прослушав сообщение, действовать необходимо быстро и без паники.

Если Вы слышите сигнал сирены и/или повторяющееся голосовое сообщение «ВНИМАНИЕ! РАКЕТНАЯ ОПАСНОСТЬ!» необходимо незамедлительно принять меры по обеспечению собственной безопасности.

При получении сигнала «РАКЕТНАЯ ОПАСНОСТЬ!» стоит укрыться в помещениях без окон со сплошными стенами (например, в коридоре, ванной или кладовой, если вы находитесь дома) или же спуститься в заглубленные помещения подземного пространства. В последующем при объявлении эвакуации действовать согласно распоряжениям (командам) по прибытию на сборные пункты для убытия в безопасные районы.

При нахождении на улице:

Не паникуйте. Зайдите в ближайшее здание или в подземный переход/паркинг. Используйте для укрытия цокольные этажи ближайших зданий или сооружения (подземные водоотводные трубы, другие искусственные укрытия). Если их нет поблизости, выберите место для укрытия – любое углубление/выступ или бетонные конструкции. Находитесь в укрытии, пока обстрел не прекратится.

Если Вы на улице и услышали свист снаряда:

Если Вы услышали свист снаряда, а через 2-3 секунды – взрыв, НЕ ПАНИКУЙТЕ! то, что Вы слышите сам звук полета означает, что снаряд пролетел достаточно далеко от Вас. Если есть какой-то выступ, канава или углубление в земле – воспользуйтесь этой естественной защитой. Если рядом есть какая-то бетонная конструкция, быстро ложитесь рядом с ней, закрыв голову и уши руками.

Если Вы увидели вспышки света и услышали характерные взрывы:

Не паниковать, сохраняйте спокойствие, зайдите в ближайшее здание, либо выберите место для укрытия;

Вы услышали гулкий взрыв, сопровождаемый эхом, и увидели вспышку света перед звуком, это является свидетельством работы средств противовоздушной обороны, он похож на разрыв огромной петарды или выстрел салютной установки. Он гулкий, отдается эхом и слышен высоко в воздухе;

Знайте, работа противовоздушной обороны при РАКЕТНОЙ ОПАСНОСТИ помогает людям оставаться в безопасности и принимать соответствующие меры по самосохранению в случае воздушной угрозы.

При нахождении в доме:

- плотно закройте окна и в дальнейшем к ним не подходите.
- перекройте газ, воду, отключите электричество;
- укройтесь в комнате с несущими стенами, сев на пол у несущей стены на значительном удалении от окна, в идеале выбрать помещение без окон со сплошными стенами (ванная, коридор, туалет, кладовая).

Если вы в личном или общественном транспорте:

- остановите автомобиль (потребуйте от водителя общественного транспорта остановиться);
- аккуратно переместитесь подальше от транспорта;
- найдите более надежное укрытие – подъезды, подземные переходы/паркинг.
- когда взрывы прекратились, бегите к ближайшему месту, пригодному для укрытия;
- покиньте автомобиль (общественный транспорт) и используйте для укрытия цокольные этажи ближайших зданий или сооружения (подвал, погреб, водоотводные дорожные трубы, другие искусственные укрытия).

Если вы находитесь в общественном здании:

- спуститесь на нижние этажи (в подземный паркинг).

Если нет подземного помещения в здании:

- найдите помещение с несущими стенами. Сядьте на пол у бетонной стены и пригнитесь;
- держитесь подальше от окон.

ПОМНИТЕ! НЕ ПОДХОДЯТ ДЛЯ УКРЫТИЯ:

- места под автотехникой (легковыми и грузовыми автомобилями, автобусами);
- места под стенами домов, магазинов: от возможной взрывной волны сверху будет падать много стекла.

Безопасное расстояние от таких строений – 30-50 метров.

Сигнал отменяют сразу, как обстановка станет безопасной. Поступит сигнал- оповещение «Отбой ракетной опасности!»

При отмене ракетной опасности:

- не торопитесь выходить из укрытия;
- внимательно смотрите под ноги;
- не поднимайте с земли неразорвавшиеся боеприпасы и другие предметы;
- держите детей возле себя.

Порядок действий граждан при объявлении беспилотной опасности

Типы БПЛА:

1. БПЛА-разведчики – аппараты, ведущие видео- фоторазведку. Снабжены камерой. Не несут прямой угрозы.
2. БПЛА-камикадзе. По внешнему виду это БПЛА самолетного типа и БПЛА квадрокоптерного типа. Поражают транспортные средства, здания, объекты критически важной инфраструктуры и людей, прямо атакуя
3. БПЛА-гранатометчики. По внешнему виду как правило квадрокоптерного типа. Поражают цель путем сброса боеприпасов.

Напоминают видом квадрокоптеры бытовые или сельскохозяйственные БПЛА. Могут залетать в окно или за забор, зависать в воздухе над целью, садиться на крышу автомобилей и зданий.

Осуществляется информирование населения с использованием информационных ресурсов (публикации в сетевых изданиях, телеграмм-каналах, пуш-уведомлениях в приложении МЧС России, смс-рассылка).

При поступлении сообщения об опасности атаки БПЛА главное не паниковать!

Признаки нахождения БПЛА в воздухе:

1. Видите в воздухе объект на высоте от 30 до 100 м.
2. Слышите жужжание либо звук работающей газонокосилки или мопеда.
3. Видите в воздухе мигающий огонёк.

ЕСЛИ ВЫ ДОМА:

1. Остаться дома!
2. Пройти в комнату, где отсутствуют окна (как правило, это ванная комната) и взять с собой необходимые документы и сотовый телефон.
3. Не пользуйтесь лифтом.
4. Откажитесь от использования сотового телефона и любых устройств с GPS.

ЕСЛИ ВЫ НА УЛИЦЕ:

1. Визуально найти более безопасное место и переместиться в него (подходят первые этажи зданий, подъезды многоквартирных домов, подземные переходы, паркинги).
2. Сообщите о БПЛА по номеру 112 или в полицию по номеру - 102, следующую информацию: свою фамилию, имя, отчество; место обнаружения БПЛА (с указанием населённого пункта, организации); время обнаружения; количество аппаратов; тип БПЛА (самолётный или квадрокоптерный); примерное направле-

ние, высоту полёта (например: направление на север, в сторону населённого пункта или города (наименование) и т.д.) и характер поведения (зависание, барражирование над объектом и т.д.); другую важную информацию.

При нахождении в автомобиле:

1. При движении – припаркуйтесь и покиньте автомобиль. Это – самое безопасное решение.
2. Если вы находитесь на открытой местности, избегайте скопления людей.
3. Спрячьтесь в капитальном строении с бетонными стенами и крышей, в подвале или укрытии.
4. Если укрытие отсутствует, водителю и пассажирам нужно разбежаться в разные стороны.
5. Вне населенного пункта укрывайтесь за деревьями, кустарниками, в углублениях: рвах и канавах.

Если недалеко упал беспилотник:

1. Не пользуйтесь мобильным телефоном рядом.
2. Не подходите к обломкам.
3. Отойдите на безопасное расстояние.
4. Сообщите о происшествии по номеру 112.

Что делать после окончания атаки БПЛА:

1. передвигайтесь осторожно и внимательно, смотрите себе под ноги;
2. не поднимайте с земли никаких незнакомых предметов;
3. смотрите за детьми, держите их при себе.

В случае возникновения высокой опасности оповещение населения может осуществляться подачей сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» путем включения сетей электрических сирен с последующей передачей по сетям связи, в том числе сетям связи телерадиовещания, аудиовизуальных сообщений, СМС-сообщений об объявлении режима беспилотной опасности и его снятии.

ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ:

Осуществляется запуск системы оповещения населения (Запуск электросирен и выносных акустических установок в режиме «Сирена прерывисто») с задействованием информационных ресурсов (телевизор, радио).

При поступлении сообщения об ракетной опасности главное не паниковать!!!

ЕСЛИ ВЫ ДОМА:

1. Отключить электроэнергию, перекрыть газ, воду, закрыть окна.
2. Взять необходимые документы, еду, медикаменты и телефон.
3. Укрыться в укрытии (цокольный этаж, подвал, ванная комната).

ЕСЛИ ВЫ НА УЛИЦЕ:

1. Лечь на землю и переждать обстрел.
2. Визуально найти ближайшее укрытие и переместиться в него (подходят первые этажи зданий, подъезды многоквартирных домов).

А чтобы всегда быть в курсе актуальной и достоверной оперативной информации, установите приложения «МЧС России»!

Скачать приложение «МЧС России»:

- App Store
- Google Play
- RuStore

Старший инспектор по вопросам
пожарной безопасности, ГО и ЧС



Handwritten signature

Н.А. Венерцева

