

**Администрация
муниципального образования Славянского района**



ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЕ

г. Славянск на Кубани

Памятка разработана коллективом муниципального бюджетного

2022 г.

учреждения "Управление по делам гражданской обороны, предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций" муниципального образования Славянский район.

В Памятке приведены краткая информация в области гражданской обороны, сигналы гражданской обороны и порядок действий по ним, действия населения при объявлении эвакуации и порядок эвакуации, способы и средства защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных конфликтов или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Приведены советы и рекомендации для населения по действиям в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Памятка предназначена для самостоятельного изучения населением вопросов гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1.		
Общие положения о гражданской обороне		5
РАЗДЕЛ 2.		
Действия по сигналам гражданской обороны		7
2.1	Сигнал «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»	8
2.2	Сигнал «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»	10
2.3	Сигнал «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»	11
2.4	Сигнал «Угроза катастрофического затопления»	12
2.5	Сигнал «ОТБОЙ» вышеперечисленных сигналов	12
РАЗДЕЛ 3.		
Средства и способы защиты населения		13
3.1	Средства коллективной защиты	13
3.2	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	15
3.3.	Простейшие средства индивидуальной защиты	18
3.4.	Подготовка средств индивидуальной защиты органов дыхания к применению	19
3.5.	Медицинские средства индивидуальной защиты	20
3.6	Светомаскировка	26
3.7	Защита продуктов питания и воды	27
3.8	Защита сельскохозяйственных животных	28
3.9	Порядок действий населения при объявлении эвакуации и порядок проведения эвакуации населения в безопасные районы	29
3.10	Действия населения в условиях радиационного загрязнения	31
3.11	Действия населения в условиях химического заражения	32
3.12	Действия населения в условиях биологического заражения	34
РАЗДЕЛ 4.		

Действия населения при чрезвычайных ситуациях		35
4.1	Действия населения при чрезвычайных ситуациях природного характера	35
4.2	Действия населения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера	58
РАЗДЕЛ 5.		
Первая медицинская помощь		66
5.1	Алгоритм оказания первой помощи	66
5.2	Искусственное дыхание	68
5.3	Непрямой массаж сердца	70
5.4	Очистка дыхательных путей	75
5.5	Кровотечение	77
5.6	Переломы	80
5.7	Ожоги	81
5.8	Обморок	83
5.9	Утопление и солнечный удар	83
5.10	Переохлаждение и обморожение	85
5.11	Отравление	86
РАЗДЕЛ 6.		
Справочная информация		87
6.1	Номера телефонов	87
6.2	Вопросы эвакуации	88

РАЗДЕЛ 1.

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ О ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЕ

ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА — система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера*.

ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ГРАЖДАН В ОБЛАСТИ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ

Граждане Российской Федерации в соответствии с федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации:

- проходят подготовку в области ГО;
- принимают участие в проведении других мероприятий по ГО;
- оказывают содействие органам государственной власти и организациям в решении задач в области ГО.



Задачи ГО и правовые основы их осуществления определяются Федеральным законом от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне»

* Далее, для краткости, вместо словосочетаний: «опасности, возникающие при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера», употребляются термины «опасности»; «гражданская оборона» — «ГО»; «чрезвычайная ситуация» — «ЧС»

Добросовестное выполнение обязанностей по ГО - долг

каждого гражданина Российской Федерации, важнейшее условие обеспечения безопасности государства, защиты населения от современных средств поражения и поражающих факторов ЧС.

Каждый гражданин Российской Федерации в случае возникновения военного конфликта или ЧС должен уметь защитить себя и свою семью, оказать помощь пострадавшим. Поэтому необходимо изучить способы защиты от опасностей, порядок действий по сигналам оповещения ГО, приемы оказания первой помощи, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты.

Подготовка является обязательной и проводится по формам подготовки (в зависимости от групп лиц, подлежащих подготовке).

РАЗДЕЛ 2.

ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ

Среди мероприятий по ГО, осуществляемых заблаговременно, особое место занимает организация оповещения органов, осуществляющих управление ГО, сил ГО и населения об опасностях. Особое значение оповещение приобретает в случае внезапного нападения противника, когда реальное время для предупреждения населения будет крайне ограниченным и исчисляться минутами.

Оповещение организуется для своевременного доведения сигналов, распоряжений и информации ГО о воздушном нападении противника, радиационной опасности, химическом и бактериологическом (биологическом) заражении, угрозе затопления, эвакуации и рассредоточении и др.



Услышав сигнал оповещения ГО, действуйте быстро, но без паники.

Помните: в этих условиях дорога каждая минута

Для того чтобы защитить себя от опасностей, необходимо знать действия по сигналам оповещения ГО.

ЗАПОМНИТЕ СИГНАЛЫ ОПОВЕЩЕНИЯ ГО:

«ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»;

«РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»;

«ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»;

«УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ



Доведение сигнала оповещения ГО осуществляется путем подачи предупредительного сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!», предусматривающего включение сирен, прерывистых гудков и других средств громкоговорящей связи с последующей передачей речевой информации.

При этом необходимо включить телевизор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и прослушать указания о порядке действий населения.



Если вы услышали продолжительный вой сирены - это сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!». Он означает, что сейчас по радио и телевидению прозвучит экстренное сообщение о том, какая именно опасность угрожает людям и как действовать в данном случае

2.1. СИГНАЛ «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»

Сигнал «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» подается для всего населения. Он предупреждает о непосредственной опасности поражения данного города (населенного пункта).

По этому сигналу организации прекращают работу, транспорт останавливается и все население обязано немедленно укрыться в защитных сооружениях, а при их отсутствии - в заглубленных помещениях и других сооружениях подземного пространства*.

Если сигнал застал вас дома, немедленно перекройте краны горячего и холодного водоснабжения, газ, выключите электроприборы.

* Далее — заглубленные помещения

Оденьте детей, возьмите средства индивидуальной защиты, аптечку, документы, необходимые вещи, запас продуктов и воды,

выключите наружное и внутреннее освещение и быстро следуйте в защитное сооружение (заглубленное помещение). Если есть возможность, предупредите соседей об объявлении тревоги (они могли не слышать сигнала).

Если сигнал застал вас на работе, выполните мероприятия, предусмотренные на этот случай специальной инструкцией или, действуйте в соответствии с указаниями администрации организации. Как можно быстрее займите место в защитном сооружении (заглубленном помещении). Там, где по технологическому процессу или требованиям безопасности нельзя остановить производство, используйте специальное укрытие вблизи рабочего места.

Если сигнал застал вас в общественном месте, спокойно выслушайте указание администрации о том, где можно укрыться, и следуйте в указанное место.

Если сигнал застал вас на улице, необходимо укрыться в ближайшем защитном сооружении (заглубленном помещении).

Если вы находитесь в движущемся транспорте, дождитесь его остановки, затем выйдите и пройдите в находящееся рядом защитное сооружение (заглубленное помещение).

Во всех учебных заведениях по сигналу «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» занятия немедленно прекращаются. Учащиеся, студенты, постоянный персонал укрываются в защитных сооружениях (заглубленных помещениях).

Во всех остальных случаях действия по сигналу «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» определяются соответствующими органами ГО.

2.2. СИГНАЛ «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»

Сигнал «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ» подается при непосредственной угрозе радиоактивного заражения территории или при обнаружении такого заражения.

Услышав сигнал, наденьте противогаз (респиратор, самоспасатель), а при их отсутствии - противопыльную тканевую маску или ватно-марлевую повязку, возьмите подготовленный запас продуктов и воды, медикаменты, предметы первой необходимости и следуйте в убежище или противорадиационное укрытие.

В случае отсутствия убежища или противорадиационного укрытия наиболее надежной защитой от радиоактивного заражения могут служить подвалы, каменные постройки.

Если обстоятельства вынудили вас укрыться в квартире или в производственном помещении, не теряя времени, проверьте их герметизацию.

В том случае, если вы находитесь на зараженной местности или вам предстоит преодолевать участок заражения, не забудьте принять соответствующие медицинские средства индивидуальной защиты, и наденьте средства индивидуальной защиты органов дыхания. Выдачу данных средств организуют органы ГО.



2.3. СИГНАЛ «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»

Сигнал «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА» подается при угрозе или обнаружении химического или бактериологического заражения.

По этому сигналу нужно быстро надеть противогаз, средства защиты кожи (при отсутствии табельных средств используйте пленочные материалы, плащи типа «болонья», резиновые сапоги, перчатки и др.) и укрыться в защитном сооружении.

При химическом или бактериологическом заражении (в случае предстоящей работы на зараженной территории или преодоления участка заражения) примите соответствующие медицинские средства индивидуальной защиты.

Если защитного сооружения поблизости нет, то в качестве укрытия от поражения опасными химическими веществами и бактериальными средствами можно использовать жилые, производственные и подсобные помещения.

Запрещается покидать защитные сооружения и другие загерметизированные помещения, а также снимать средства индивидуальной защиты без команды органов ГО.

Если вы оказались в очаге химического заражения, постарайтесь как можно быстрее выйти из зараженного участка. Направление выхода укажут представители органов ГО, если их вблизи не окажется, то выходите перпендикулярно направлению ветра.

Выход из очага бактериологического заражения разрешается организованно и только после получения документа о прохождении обсервации.

2.4. СИГНАЛ «УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ»

Сигнал «УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ» подается при высокой вероятности повреждения (разрушения) гидротехнических сооружений или возникновения стихийного бедствия, в результате чего территория может быть покрыта водой с глубиной затопления более 1,5 м.

Услышав сигнал, возьмите документы, ценности, предметы первой необходимости, запас питьевой воды и продукты питания на двое-трое суток.

Покидая квартиру, отключите электричество, газ, воду. Плот-но закройте окна и двери, вентиляционные и другие отверстия в помещении.

По возможности выйдите в сборные пункты эвакуации, в противном случае займите верхние ярусы прочных сооружений и оставайтесь там до прибытия помощи.

2.5. СИГНАЛ «ОТБОЙ» ВЫШЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ СИГНАЛОВ

Сигнал «ОТБОЙ» вышеперечисленных сигналов подается в случае, когда соответствующая опасность миновала.

О порядке дальнейших действий вас известят по каналам связи и оповещения.

Будьте внимательны и выполняйте все распоряжения органов гражданской обороны.

РАЗДЕЛ 3.

СРЕДСТВА И СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ

Основными способами защиты населения от современных средств поражения и поражающих факторов ЧС являются:

- укрытие населения в защитных сооружениях;
- использование населением средств индивидуальной защиты
- рассредоточение в безопасных районах работников организаций, продолжающих работу в зонах возможных опасностей, а также эвакуация из этих зон населения.

3.1. СРЕДСТВА КОЛЛЕКТИВНОЙ ЗАЩИТЫ

Средства коллективной защиты (защитные сооружения) в зависимости от защитных свойств подразделяются на убежища, противорадиационные укрытия и укрытия.



Вы должны знать, где расположены ближайшие защитные сооружения по месту вашей работы и жительства

УБЕЖИЩА

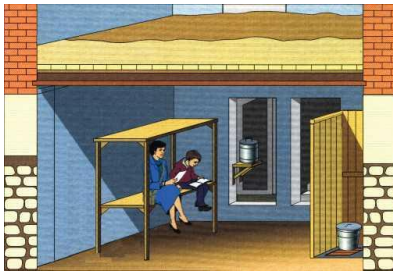
Убежища обеспечивают наиболее надежную защиту людей от воздействия поражающих факторов ядерного и химического оружия, обычных средств поражения, бактериальных (биологических) средств и поражающих концентраций аварийно химически опасных веществ*, возникающих при аварии на потенциально опасных объектах, а также от высоких температур и продуктов горения при пожарах.

Убежища оборудуются в заглубленной части зданий (встроенное убежище) или располагаются вне зданий (отдельно стоящее убежище).

В убежище оборудуются системы электроснабжения, освещения, отопления, водоснабжения и канализации, обеспечивающие необходимые условия пребывания в нем укрываемых в течение, как правило, двух суток.

УКРЫТИЯ

Укрытия обеспечивают защиту укрываемых от фугасного и осколочного действия обычных средств поражения, поражения обломками строительных конструкций, а также от обрушения конструкций вышерасположенных этажей зданий различной этажности.



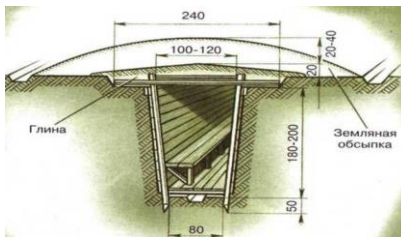
Подвал, приспособленный под укрытие

По аналогии с остальными защитными сооружениями ГО укрытия могут иметь малую вместимость - до 150 чел., среднюю вместимость - 600 чел. и большую

вместимость - более 600 чел.

Укрытия располагаются в подвальных, цокольных и первых этажах существующих зданий и сооружений различного назначения.

По продолжительности функционирования до одних суток.



Простейшее укрытие

При необходимости вы должны уметь быстро построить простейшее укрытие. Такое укрытие представляет собой трапецию глубиной 180—200 см, шириной по верху 100—120 см и по

дну —80 см, с входом под углом 90°к его продольной оси. Длина укрытия определяется из расчета 0,5 м на одного укрываемого. При наличии времени и материалов защитные свойства такого укрытия (щели) доводятся в сельской местности до уровня противорадиационного укрытия, а в городах — до быстровозводимых убежищ.

3.2. СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Средства индивидуальной защиты для населения включают в себя средства индивидуальной защиты органов дыхания* и медицинские средства индивидуальной защиты**.



При выборе средств индивидуальной защиты необходимо учитывать возможный уровень концентрации опасных химических веществ в воздухе, содержание кислорода и другие факторы, характеризующие тяжесть и условия нахождения населения в зонах химического заражения

Все СИЗОД, использующиеся для защиты населения и спасателей в ЧС, подразделяют на две группы:

- **изолирующие** - с подачей чистого воздуха или дыхательной смеси на основе кислорода;
- **фильтрующие** — с очисткой воздуха фильтрующими материалами.

ГРАЖДАНСКИЕ ПРОТИВОГАЗЫ ФИЛЬТРУЮЩИЕ

Гражданские противогазы, фильтрующие предохраняют дыхательные пути, а также лицо и глаза от воздействия поражающих факторов (в том числе, находящихся в газовой фазе, в паробразном и аэрозольном состоянии) и бактериальных средств. Данный тип противогаза пропускает вдыхаемый воздух через слой веществ и материалов, поглощающих вредные примеси.

* Далее — СИЗОД

** Далее — МСИЗ



Гражданские противогазы фильтрующего действия нельзя использовать там, где содержание кислорода в воздухе снижено. Они бесполезны и в том случае, если фильтры не задерживают опасные примеси, присутствующие в воздухе

Различают следующие классы фильтров:

первый — самый низкий, фильтр задерживает только крупную пыль;
второй — средний, фильтр применяется при пожарах, но оказывается не эффективным против высокотоксичных продуктов горения;
третий — самый высокий, фильтр очищает вдыхаемый воздух от пыли, бактерий и вирусов, мелких аэрозольных взвесей и тумана.

В настоящее время выпускаются гражданские противогазы: ГП-7, ГП-9, ГП-15, ГП-21, УЗС ВК, МЗС ВК. Эти основные виды гражданских противогазов дополнены конструктивными вариантами, особенно многочисленными у ГП-7.

Устройство противогаза (на примере ГП-7)



- | | |
|--|--------------------------------------|
| 1 - корпус лицевой части МГП | 7 - обтюратор |
| 2 - фильтрующе-поглощающая коробка ГП-7к | 8 - наголовник (затылочная пластина) |
| 3 - очковый узел | 9 - лобная ляжка |
| 4 - узел клапана вдоха | 10 - височные ляжки |
| 5 - переговорное устройство (мембрана) | 11 - щечные ляжки |
| 6 - узел клапанов выдоха | 12 - пряжки |



В категорию гражданских противогазов фильтрующего действия включены детские варианты ПДФ-2ДУ28 и ПДФ-2ШУ, а также защитная камера КЗД-6 для детей младше полутора лет.

Необходимо строго контролировать время нахождения в опасной среде, так как срок действия фильтра ограничен не-

сколькими часами, по истечении которых его требуется заменить.

Каждому типу фильтра присвоено буквенное обозначение, а также отличительная окраска.

Маркировка фильтров гражданских противогазов

Марка фильтра	Класс фильтра	Вещества, от которых защищает фильтр	Маркировка цветом
К	1/2/3	аммиак и его органические производные	
Р	1/2/3	аэрозоли (пыль, дым, туман) различного вида	

РЕСПИРАТОРЫ

Основное назначение респираторов - очистка вдыхаемого воздуха от пыли (в том числе радиоактивной), дыма, паров неорганических и органических соединений.

Лицевая часть респиратора может выполняться в виде полумаски или шлема. Первый вариант подходит только для мест с нетоксичным загрязнением, которое не принесет вред глазам и коже лица. Для работ с токсичными материалами требуется уже полноценный шлем, который защитит лицо полностью, например, при работе с хлоргазом.



Крепление маски к голове может выполняться на ремнях и другим способом. Наиболее распространенным респиратором, применяемым для защиты от радиоактивных частиц, является Р-2.

Проверку плотности прилегания полумаски респиратора к лицу следует производить после каждого надевания респиратора и периодически в процессе

длительного ношения.

Для удаления влаги из-под маски респиратора через клапан вдоха необходимо нагнуть голову вниз и сделать несколько резких выдохов. При обильном выделении влаги можно на 1–2 мин снять респиратор (только при использовании для защиты от ра-

диоактивной пыли), вылить влагу из полумаски, протереть внутреннюю поверхность и снова надеть респиратор.

3.3. ПРОСТЕЙШИЕ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

К простейшим средствам индивидуальной защиты относятся противопыльные тканевые маски и ватно-марлевые повязки. Данные средства предназначаются для защиты органов дыхания человека от радиоактивной пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств.

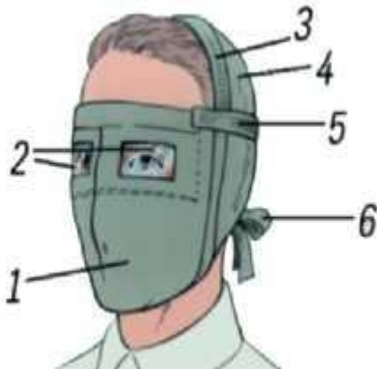


От отравляющих веществ простейшие средства индивидуальной защиты не защищают.

ПРОТИВОПЫЛЬНАЯ ТКАНЕВАЯ МАСКА

Противопыльная тканевая маска состоит из двух частей - корпуса и крепления.

Устройство противопыльной тканевой маски



- 1 – корпус; 4 – крепление;
- 2 - стекла 5 - поперечная резинка;
- 3 - резинка верхнего шва;
- 6 - завязки

Корпус делается из четырех-пяти слоев ткани. Для верхнего слоя пригодны бязь, трикотаж. Для внутренних слоев — фланель, хлопчатобумажная или шерстяная ткань с начесом (материал для нижнего слоя маски, прилегающего к лицу, не должен линять)

ВАТНО-МАРЛЕВАЯ ПОВЯЗКА

Для изготовления ватно-марлевой повязки требуется кусок марли размером 100x50 см. примеси.

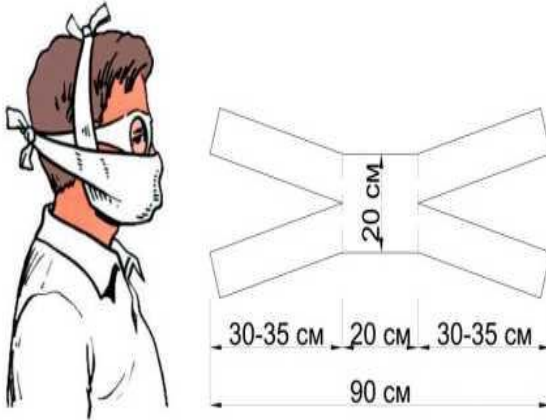


Рис. 11 — Ватно-марлевая повязка

На марлю накладывается слой ваты толщиной 1-2 см, длиной 30 см, шириной 20 см. Марлю с обеих длинных сторон загибают и накладывают на вату. Концы подрезают вдоль на расстоянии 30-35 см так, чтобы образовалось две пары завязок.

Повязка накладывается на рот и нос, верхние концы ее завязываются

на затылке за ушами, нижние - на темени. В узкие полоски по обе стороны носа закладывают комочки ваты. Для защиты глаз используются противопыльные очки.

При отсутствии маски и повязки можно использовать наиболее простые средства: ткань, сложенную в несколько слоев, полотенце, шарф, платок и т.п.

3.4. ПОДГОТОВКА СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Проверьте ваш противогаз. Наденьте шлем-маску (маску), закройте отверстие в дне фильтрующе-поглощающей коробки и сделайте глубокий вдох. Воздух будет проходить только в том случае, если противогаз исправен, неправильно собран или велик по размеру. Обнаруженная неисправность устраняется или заменяется шлем-маска. Взрослые должны проверить исправность средств защиты и показать детям, как ими пользоваться. Желательно, чтобы дети потренировались в надевании и снятии противогаза, респиратора.

Родители, персонал школ и детских учреждений уточняют порядок следования в защитные сооружения, места размещения в них детей.

3.5. МЕДИЦИНСКИЕ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

Медицинские средства индивидуальной защиты предназначены для профилактики и оказания медицинской помощи населению и спасателям, пострадавшим от поражающих факторов ЧС радиационного, химического или биологического (бактериологического) характера.

КОМПЛЕКТ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ.

Комплект индивидуальный медицинский гражданской защиты предназначен для обеспечения личного состава формирований ГО и населения при выполнении ими мероприятий по оказанию первичной медико-санитарной помощи и первой помощи пострадавшим, выполняющим задачи в районах возможных ЧС.

Лекарственные препараты КИМГЗ используются населением самостоятельно (по назначению медицинских работников) для профилактики поражений в районах возможного радиоактивного и биологического заражения.



Комплект индивидуальный медицинский гражданской защиты

Для детей в возрасте до 12 лет, проживающих или находящихся в районах возможного радиоактивного загрязнения (заражения) или биологического загрязнения (заражения) предусматриваются дополнительные вложения в КИМГЗ.

КИМГЗ в зависимости от предназначения комплектуется лекарственными препаратами и медицинскими изделиями для обеспечения населения или формирований ГО.

Комплектация КИМГЗ для населения

1	Обезболивающее средство	кеторолак (10 мг)	1 таблетка
2	Противорвотное средство	ондансетрон (4 мг)	2 таблетки
3	Радиозащитное средство	калия йодид (125 мг)	1 таблетка
4	Антибактериальное средство	доксциклин (100 мг)	2 капсулы
5	Радиозащитное средство	калий-железо гексацианоферрат (500 мг)	2 таблетки



Применение лекарственных препаратов КИМГЗ осуществляется только по назначению медицинских работников

ПАКЕТ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ

Пакет перевязочный медицинский (ППМ) предназначен для наложения стерильных, повязок, на раны и ожоги.

При наложении повязки необходимо:



- вскрыть пакет, вынуть булавку и приколоть ее к одежде;
- левой рукой взять конец бинта, а правой - скатку бинта и развернуть его;

- наложить подушечки, не касаясь ими других предметов, на рану или ожог той стороной, которая не прошита черными нитками;

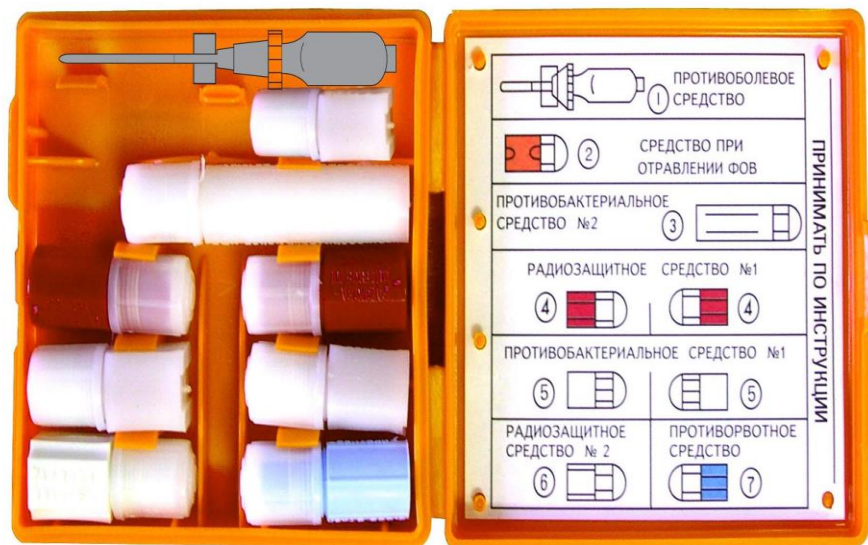
- прибинтовать подушечки, а конец бинта закрепить булавкой.



Запомните: нельзя касаться руками той стороны подушечек, которые не прошиты черными нитками!

АПТЕЧКА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ АИ-2

Аптечка индивидуальная АИ-2 (рис. 24) содержит медицинские средства, предназначенные для профилактики и оказания первой помощи населению при радиационном облучении или поражении отравляющими веществами и бактериальными средствами.



Аптечка содержит комплект медицинских средств, размещенных в соответствующих гнездах.

Гнездо № 1 протиболовое средство.

Применять при болевом шоке



Гнездо № 2 антидот,



применять для защиты от поражения ОВ нервно-пара-литического действия; одна таблетка этого средства используется по команде «Антидот принять». Если после этого проявятся первые признаки поражения ОВ, необходимо принять повторно еще одну таблетку.

Гнездо № 3 противобактериальное средство № 2;



принять сразу семь таблеток при появлении симптомов желудочно-кишечного расстройства, если перед этим заболевший подвергся радиационному облучению или находился на территории, зараженной радиоактивными веществами. В следующие два дня ежедневно принимать еще по четыре таблетки в один прием.

Гнездо № 4 радиозащитное средства № 1 (в двух пеналах);



принимать сразу шесть таблеток (содержимое одного пенала) в следующих случаях:

- *при объявлении сигнала оповещения гражданской обороны «Радиационная опасность»;*
- *за 30—60 мин до входа на территорию, зараженную радиоактивными веществами.*

Если продолжительность пребывания на территории, зараженной радиоактивными веществами, превысит 5 ч, принять содержимое еще одного пенала (шесть таблеток), срок действия лекарства 5—6 ч.

Гнездо № 5 противобактериальное средство № 1 (в двух пеналах);



принимать сразу пять таблеток (содержимое одного пенала) в качестве средства экстренной неспецифической профилактики в следующих случаях:

- если поступило распоряжение от медицинских работников о принятии этого лекарства или вы сами обнаружили применение противником бактериологического оружия;
- если среди окружающих вас людей появились случаи инфекционных заболеваний
- при получении вами серьезных ран или ожогов.

Во всех упомянутых выше трех случаях через 6 ч следует обязательно принять содержимое еще одного пенала (пять таблеток).

Гнездо №6 радиозащитное средства № 2;

принимать по одной таблетке ежедневно в течение 10 дней после выпадения радиоактивных осадков, если вы употребляете свежее молоко или молочные продукты.

Детям препарат дается в первую очередь.

Гнездо № 7 противорвотное средство;

принять одну таблетку при ощущении тошноты, появившейся после пребывания на территории, зараженной радиоактивными веществами, или в результате травмы головы.

Если тошнота не пройдет, через 3 - 4 ч необходимо принять еще одну таблетку.



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОТИВОХИМИЧЕСКИЙ ПАКЕТ

Индивидуальный противохимический пакет ИПП-8 применяется с целью обеззараживания капельножидких ОВ, попавших на кожу, одежду и обувь.



- а — общий вид,
- б — ватно-марлевые тампоны,
- в — флакон с дегазирующей жидкостью).

Пакет состоит из флакона с дегазирующим раствором и ватно-марлевых тампонов. Этими тампонами, смоченными жидкостью из флакона, обрабатываются зараженные участки кожи, одежды и обуви.

Если при обработке жидкостью ощутите жжение, не волнуйтесь: оно быстро исчезнет и не повлияет на самочувствие. При отсутствии ИПП-8 капельножидкие ОВ обезвреживаются раствором, приготовленным из одного литра 3%-ного раствора перекиси водорода и 30 г едкого натра (каустическая сода, щелочь). Оба эти средства смешиваются перед использованием



Однако при этом постоянно помните: жидкость ядовита и опасна для глаз!

3.6. СВЕТОМАСКИРОВКА

Светомаскировка - скрытие от наблюдения воздушного и наземного противника световых демаскирующих признаков войск, военных объектов, промышленных районов и населенных пунктов и их имитация на ложных объектах.

Получив распоряжение о светомаскировке, немедленно за-



кройте все световые проемы в жилых, административных, про-

мышленных, торговых и других зданиях светозащитными устройствами: шторами, ставнями или щитами. На лестничных клетках, в вестибюлях и других местах, где трудно обойтись без освещения, можно использовать специальные лампы или осветительную арматуру. В помещении с обычным освещением наружные двери необходимо оборудовать тамбурами или занавесить шторами.

Качество светомаскировки квартиры, дома, производственного, административного здания и т.д. необходимо проверить, осмотрев окна и двери здания с улицы. Уходя из квартиры, дома или другого помещения, не забывайте гасить свет.

3.7. ЗАЩИТА ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ И ВОДЫ

Основной способ защиты продовольствия и воды от заражения - их изоляция от внешней среды. Герметизация квартир, домов, кладовых и хранилищ создает определенную степень защиты.



Заверните продукты в пергамент, целлофан и уложите в защитные мешки из прорезиненной ткани или полиэтиленовой пленки, в деревянные или фанерные ящики, выложенные внутри плотной бумагой, в тару с плотно пригнанными крышками. Можно использовать для этих целей также холодильники, различную домашнюю посуду.

Для защиты воды и жидких продуктов используйте посуду с хорошо пригнанными крышками, сосуды с притертыми проб-

ками - термосы, банки, бутылки. Свежие овощи и картофель надежнее хранить в подвале, погребе, подполье.

Чтобы защитить открытые колодцы, вокруг верхней части сруба делают глиняный замок толщиной до 50 см и шириной до 1,5-2 м и на него насыпают слой щебня, гравия или гальки толщиной до 10 см. Над колодцем нужно построить будку или навес, а сруб закрыть плотной крышкой.



3.8. ЗАЩИТА СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ ЖИВОТНЫХ

Основным и наиболее надежным способом защиты сельскохозяйственных животных является укрытие их в герметизированных помещениях.

Имеющиеся в помещении щели заделывают глиняным или цементным раствором, двери и окна обивают синтетической пленкой или толем. Где нет рам, оконные проемы нужно заложить кирпичом или мешками с грунтом; часть окон можно закрыть деревянными щитами. В вентиляционные трубы вставляют простейшие фильтры из мешковины, опилок, сена или мха. На входных отверстиях труб делают плотные деревянные задвижки.

Колодцы герметизируют, водопойные корыта и все емкости для кормления животных закрывают плотными деревянными или другими крышками.



В помещениях создается запас кормов и воды на 5-7 суток. Запасы, хранящиеся вне помещений, укрывают брезентом, пленкой, слоем соломы или веток толщиной не менее 15 см. Над стогами сена нужно сделать навесы. Сочные корма зарывают в специально подготовленные ямы и засыпают землей. Для хранения запасов воды пригодны любые плотно закрывающиеся емкости - цистерны, баки, бочки, чаны.

Находящихся на пастбищах животных следует подогнать ближе к фермам или естественным.

За посевами, пастбищами, водоемами необходимо организовать наблюдение. Это поможет вовремя обнаружить радиоактивное или химическое заражение, а также пожары.

3.9. ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ЭВАКУАЦИИ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ЭВАКУАЦИИ НАСЕЛЕНИЯ В БЕЗОПАСНЫЕ РАЙОНЫ

Эвакуация населения, материальных и культурных ценностей - это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения, материальных и культурных ценностей из зон возможных опасностей и их размещение в безопасных районах.

Работники организаций, продолжающих работу в зонах возможных опасностей, подлежат рассредоточению.

Рассредоточение - это комплекс мероприятий по организованному вывозу из зон возможных опасностей и размещению в безопасных районах для проживания и отдыха рабочих смен организаций, продолжающих производственную деятельность в этих зонах, не занятых непосредственно в производственной деятельности.

Оповещение населения о проведении эвакуации проводится органами, осуществляющими управление ГО, с использованием систем централизованного оповещения и связи федерального, регионального и местного уровней, локальных систем оповещения, радиовещательных и телевизионных станций.

После оповещения о начале эвакуации в первую очередь возьмите с собой средства индивидуальной защиты, из вещей - только самое необходимое (одежду, обувь, нижнее и постельное белье, туалетные принадлежности). Нужно также иметь небольшой запас продуктов, лучше всего таких, которые не портятся и не требуют приготовления, а также самые необходимые медикаменты.

Вещи и продукты уложите в рюкзак или мешок, удобный для переноски. Не забудьте подобрать обувь, удобную для ходьбы.

На каждый чемодан, рюкзак или мешок прикрепите бирку с указанием своей фамилии, адреса постоянного места жительства и места эвакуации.

Необходимо иметь при себе паспорт, военный билет, документы об образовании и специальности, трудовую книжку, свидетельства о рождении детей.

Когда все будет подготовлено, выключите электроприборы, свет и закройте квартиру.



К установленному времени следует прибыть с вещами на сборный эвакуационный пункт. Там вас зарегистрируют и укажут транспорт или колонну, в составе которой предстоит следовать в пункт назначения.

В пути следования необходимо соблюдать дисциплину и организованность. При эвакуации на транспортных средствах выполняйте все указания начальников автоколонн.

На остановках самовольно не выходите. Следуя в пешем порядке, соблюдайте свое место в колонне, выполняйте все команды и сигналы, оказывайте помощь отстающим.

В пункте размещения в безопасном районе вам укажут место жительства. Будет организовано снабжение продовольственными и промышленными товарами первой необходимости, а также коммунально-бытовое и медицинское обслуживание. В свою очередь вы обязаны выполнять все распоряжения органов местного самоуправления и активно включиться в трудовую деятельность.

3.10. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РАДИАЦИОННОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ

В период выпадения радиоактивных осадков следует находиться в укрытиях.

Находясь вне укрытия, надо помнить, что местность и все предметы на ней заражены радиоактивными веществами. При

наличии в воздухе пыли нужно пользоваться средствами защиты органов дыхания.

Воду для питья и приготовления пищи можно брать только из водопровода и защищенных колодцев. Вода в открытых водоемах, покрытых толстым слоем льда, также не представляет опасности.

Не пользуйтесь водой из открытых водоемов. В случае крайней необходимости в 2–3 м от берега водоема нужно отрыть яму, в нее просочится вода, которая, профильтровавшись через слой грунта, станет пригодной для использования.

Нельзя употреблять молоко от животных, которые паслись на зараженных пастбищах. Лучше используйте консервированное молоко (сухое или сгущенное).

Продукты питания, хранившиеся в холодильниках, кухонных столах, шкафах, подполье, в стеклянной и эмалированной посуде, в полиэтиленовых мешках, пригодны к употреблению. Картофель, морковь и другие корнеплоды, зараженные радиоактивными веществами, следует тщательно вымыть и очистить. После этого их можно употреблять в пищу.

Помните, что радиоактивному заражению подвергаются лишь верхние слои продуктов. Ни в коем случае не уничтожайте продовольствие, зараженное радиоактивными веществами. После удаления верхнего слоя или спустя некоторое время вследствие естественной дезактивации оно станет пригодным к употреблению.

Использование продуктов, зараженных радиоактивными веществами, допускается только с разрешения органов здравоохранения.

В сельской местности нельзя выгонять скот на зараженное пастбище, а также давать ему зараженные радиоактивными

веществами корм и воду.

3.11. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ХИМИЧЕСКОГО ЗАРАЖЕНИЯ

При опасности отравления необходимо как можно быстрее выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном направлению ветра (движению зараженного облака).

Используйте противогазы, а при их отсутствии - ватно-марлевые повязки, смоченные водой или 2% раствором питьевой соды (от хлора), 5% раствором лимонной (уксусной) кислоты (от аммиака).

По зараженной территории идите быстро, но старайтесь не поднимать пыли. Помните, чем скорее вы покинете зараженную местность, тем меньше опасность заражения.

При движении не прикасайтесь к окружающим предметам, не наступайте на видимые капли опасных химических веществ. На зараженной территории ни в коем случае нельзя снимать средства защиты, курить, принимать пищу, пить воду.

После выхода из района заражения необходимо пройти санитарную обработку.

3.12. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ БИОЛОГИЧЕСКОГО ЗАРАЖЕНИЯ

Если необходимо, проведите дезинфекцию квартиры, мест общего пользования и сами пройдите санитарную обработку.

Ни в коем случае не уклоняйтесь от профилактических прививок и приема лекарств, предупреждающих заболевание.

Истребляйте переносчиков инфекционных заболеваний: мышей, крыс, мух, блох, клещей.

Строго соблюдайте все правила поведения в период карантина или обсервации!

Запрещается покидать пределы района, в котором объявлен карантин. Выходя из дома, надевайте респиратор, противопыльную тканевую маску или ватно-марлевую повязку. Старайтесь избегать контактов с окружающими. Не разрешайте детям выходить из помещения.

Проводя ежедневную уборку, обязательно используйте дезинфицирующие растворы. Тщательно соблюдайте меры личной и общественной гигиены. Перед едой мойте руки водой с мылом.

Используйте воду только из проверенных источников. Нельзя пить сырую воду и некипяченое молоко! Продукты в пищу следует употреблять только после кипячения или прожаривания (пропаривания); храните их в плотно закрытой посуде. Хлеб обжигайте на огне или прогревайте в духовке, печке.

Если в вашей семье кто-то заболел, до прибытия медицинского персонала примите меры к изоляции его от других членов семьи и соседей. Для этого поместите его в отдельную комнату или отгородите кровать больного ширмой, шкафом. Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях.

РАЗДЕЛ 4.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯХ

Землетрясение — подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.



Очень важно помнить, что весь нанесенный ущерб людям и зданиям, происходит за несколько секунд, это не длительное действие

Если вас оповестили заблаговременно об угрозе землетрясения - сообщите всем, проживающим с вами родственникам, о возможном стихийном бедствии. Заранее определите место, где будет точка сбора после землетрясения. Приготовьте запасы питьевой воды и продуктов, разместив их в легкодоступном месте. Узнайте, где находятся рубильники и краны подачи воды, чтобы можно было их отключить в нужный момент. Снимите все тяжелые предметы с верхних полок шкафов и мебель, подвешенную на стенах. Проанализируйте, где могут быть места, сопутствующие пожару, уберите оттуда все горючие вещества.

Если вас оповестили о непосредственной угрозе возникновения землетрясения - прежде чем покинуть жилище или рабочее место, отключите электричество и газ, потушите огонь в печи.

Возьмите необходимые вещи и документы, запас продуктов, медикаменты.

Если первые толчки застали вас дома (на 1-м этаже), надо немедленно взять детей и как можно скорее выбежать на улицу. В вашем распоряжении не более 15–20 секунд.



Тем, кто оказался на 2-м и последующих этажах, встать в дверных и балконных проемах, распахнув двери и прижав к себе ребенка. Или, чтобы не пораниться кусками штукатурки, стекла, посуды, картин, светильников, спрятаться под стол, кровать, в платяной шкаф, закрыв лицо руками. Можно воспользоваться углами, образованными капитальными стенами, узкими коридорами внутри здания, встать возле опорных колонн, т. к. эти места наиболее прочны.



Во время происходящих толчков, ни в коем случае не покидайте здание, в котором вы находитесь. Если вы начнете выбегать из него, то можете пострадать от падающих обломков, разрушаемых сооружений

Как только толчки прекратятся, немедленно выйти на улицу, подальше от зданий, на свободную площадку. Ни в коем случае нельзя пользоваться лифтом, так как он может застрять в любой момент.

Если первые толчки застали вас на улице, немедленно отойдите от зданий и сооружений, заборов и столбов - они могут упасть и придавить.

Нельзя прятаться в нижних этажах и подвальных помещениях зданий.

Все транспортные средства, особенно рельсовые, останавливают, а пассажиры покидают их и отходят на безопасное расстояние. Особую организованность необходимо проявлять, выходя из вокзалов, театров, магазинов. Нужно точно выполнять распоряжения администрации.

Не приближайтесь к предприятиям, имеющим воспламеняющиеся, ядовитые и взрывоопасные вещества. Не стойте на мостах и путепроводах. Не прикасайтесь к проводам.



Помните, после первого могут последовать повторные толчки. Будьте готовы к этому и предупредите других. Это может произойти через несколько часов, а иногда и суток

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ НАВОДНЕНИЯХ

Наводнение - это значительное затопление определенной территории земли в результате подъема уровня воды в реке, озере, водохранилище или море, наносящее материальный ущерб экономике, социальной сфере и природной среде.

Наводнения чаще всего происходят в результате выпадения обильных осадков, интенсивного таяния снега, нагона воды со стороны моря в устья рек.



Как правило, наводнения прогнозируются и население заранее оповещается

При получении предупреждения об угрозе затопления без промедления выходите в безопасное место – на возвышенность.

Если наводнение развивается медленно как на территории нашего района и у вас есть время, примите меры к спасению имущества и материальных ценностей, перенесите их в безопасное место, а сами займите верхние этажи (чердаки), крыши зданий.

Чтобы вас могли быстрее обнаружить днем, вывесите как можно выше какую-нибудь цветную тряпку или полотенце, а ночью подавайте сигналы фонарем или кричите.



При подъеме уровня воды постарайтесь собрать (если получится и связать) как можно больше предметов, которые не тонут в воде - это могут быть бревна, столешницы, автомобильные камеры. В крайнем случае, под одежду подложите пустые, плотно завинченные пластиковые бутылки.

Оказавшись в воде, сбросьте с себя тяжелую одежду и обувь, воспользуйтесь плавающими поблизости или возвышающимися над водой предметами и ждите помощи.

При эвакуации сохраняйте спокойствие, предупредите ближайших соседей и помогите детям, старикам, инвалидам. Упакуйте деньги и документы в полиэтилен, соберите аптечку с

лекарствами, которыми вы чаще всего пользуетесь, возьмите с собой только теплые и одновременно легкие вещи, туалетные принадлежности, постельное белье.

После спада уровня воды прежде чем зайти в дом, убедитесь, что несущие конструкции остались неповрежденными, проветрите помещение. Не зажигайте огня и не включайте электричество, пока специалисты не удостоверятся, что нет утечки газа. Не употребляйте в пищу попавшие в воду продукты.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ НАГОННОМ ЯВЛЕНИИ

Нагон – это подъём уровня воды в полузамкнутых водоёмах, подчас весьма резкий, приводящий к наводнениям.

Штормовой нагон является одной из самых серьезных угроз для жизни и имущества во время ураганов и штормов как у береговой линии, так и на километры вглубь суши. Эвакуация в результате ураганов в первую очередь производится из-за опасности штормовых нагонов, которые за последнее время нанесли значительный ущерб.

Признаки возможного нагона:

- сильное землетрясение силой 6 баллов и более;
- внезапный отход воды от берега (чем дальше – тем выше могут быть волны);
- быстрое понижение уровня воды на фазе прилива, смолкает шум прибоя;
- помутнение воды у берега в штилевую погоду;
- массовое появление мертвой рыбы в море;
- в зимнее время необычный дрейф льда и других плавающих предметов, образование трещин в ледяном покрове у берегов.

При получении сигнала экстренного оповещения об угрозе нагона, необходимо немедленно покинуть жилые и служебные помещения, уйти из опасной зоны согласно плану эвакуации. Взять заранее приготовленные вещи (радиоприемник, документы

и ценные вещи, медикаменты, фонарик, спички, одежду, продукты питания и воду).

Необходимо уйти от побережья в глубину суши на возвышенность или подняться на 2 этажи зданий.

Уходить от берега необходимо не по долинам рек.



При отсутствии поблизости возвышенности надо уйти от берега не менее чем на 2–3 километра

Следует помнить, что волны нагона могут достичь берега через 15–20 минут после начала землетрясения. Возвращение на берег после первой волны - не ранее чем через 3 часа или сигнала отбоя тревоги.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНОМ ВЕТРЕ, УРАГАНАХ, СМЕРЧАХ И ШКВАЛАХ

Сильный ветер — движение воздуха относительно земной поверхности со скоростью или горизонтальной составляющей свыше 14 м/с.

Ураган — ветер разрушительной силы и значительной продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с.

Смерч — сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с, обладающий большой разрушительной силой.

Шквал — резкое кратковременное усиление ветра до 20–30 м/с и выше, сопровождающееся изменением его направления, связанное с конвективными процессами.

С получением информации о непосредственном приближении сильного ветра, урагана, смерча или шквала населению следует находиться в зданиях или укрытиях (подвальных помещениях, защитных сооружениях).

Находясь в здании, при сильных порывах ветра необходимо

отойти от окон, занять места в нишах стен, дверных проемах, у стен. Для защиты можно использовать, встроенные шкафы, прочную мебель. Выключите газ, потушите огонь в печах. Создайте запасы воды и продуктов на 2–3 суток. Положите на безопасное и видимое место медикаменты и перевязочные материалы. Радиоприемники и телевизоры держите постоянно включенными, так как могут передаваться важные сообщения и распоряжения.

Если вы получили сообщение о приближающемся сильном ветре, урагане, смерче или шквале, находясь дома, необходимо закрыть плотно окна, ставни, двери, чердачные (вентиляционные) люки. Окна и витрины защитите ставнями и щитами, стекла

заклейте полосками бумаги или тканью. С балконов, лоджий, подоконников уберите вещи, которые при падении могут нанести травмы людям. Предметы, находящиеся во дворах частных домов, закрепите или занесите в помещение, потушите огонь в печах. До подхода ураганного ветра необходимо закрепить технику, отдельные строения.



Если сильный ветер, ураган, смерч или шквал застал вас на улице, необходимо укрыться в прочном ближайшем здании (магазине, библиотеке, торговом центре, поликлинике и др.).

Избегайте ситуаций, при которых возрастает вероятность

поражения молнией (ураган может сопровождаться грозой), не укрывайтесь под отдельно стоящими деревьями, не подходите к опорам линий электропередачи, зданиям подстанций. В городе держитесь подальше от всего металлического (заборы и т.д.).



Не раздумывая, бросайтесь ничком на землю, если вы почувствовали характерное щекотание кожи, а также то, что у вас волосы поднимаются дыбом: это означает, что молния ударит поблизости от вас

Если вы в машине, оставайтесь в ней. Металлический корпус автомобиля защитит вас, даже если молния ударит прямо в него. Не паркуйте машину под деревьями, рекламными щитами, вблизи опор уличного освещения. Избегайте нахождения на мостах, путепроводах, в непосредственной близости от объектов с аварийно-химически опасными веществами и легковоспламеняющимися веществами (химические, нефтеперегонные заводы, базы хранения и т.д.). Находясь в транспорте, покиньте его и укройтесь в ближайшем убежище, подвале.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫХ ДОЖДЯХ, ГРОЗАХ, ЛИВНЯХ

Продолжительный дождь — жидкие атмосферные осадки, выпадающие непрерывно или почти непрерывно в течение нескольких суток, могущие вызвать паводки, затопление и подтопление.

Гроза — атмосферное явление, связанное с развитием мощных кучево-дождевых облаков, сопровождающееся многократными электрическими разрядами между облаками и земной поверхностью, звуковыми явлениями, сильными осадками, нередко с градом.

Ливень — кратковременные атмосферные осадки большой интенсивности, обычно в виде дождя или снега.



При продолжительных дождях и ливнях постарайтесь по возможности оставаться дома или в укрытии

При вынужденном передвижении по улице используйте средства защиты, такие как зонт, плащ, резиновые сапоги. Будьте внимательны, осматривая участок пути перед собой, дорога может оказаться размытой.



Если во время ливня вы передвигаетесь на автомобиле, припаркуйте авто около обочины дороги и переждите ливень.

Не находитесь вблизи рекламных щитов и слабо закреплённых конструкций.

При грозовых дождях и ливнях в квартире, доме, здании отключите в доме все имеющиеся бытовые электроприборы. Не стойте у открытых окон и дверей, а также не касайтесь водопроводных кранов. Окна в помещении должны быть закрыты, чтобы исключить попадания в них шаровой молнии.

Находясь на улице, в парковой зоне или в лесополосе, нельзя прятаться под высокорослыми деревьями, лучше удалиться от них на безопасное расстояние (30–40 метров). Вероятность попа-

дания молнии в конкретное дерево прямо пропорциональна его высоте.

В городе постарайтесь как можно скорее укрыться в магазине или жилом доме, они имеют надежную молниезащиту, в отличие от остановок общественного транспорта. Если таких вариантов нет, нужно переждать грозу, присев на корточки под невысокими насаждениями.

Любителям купаться или рыбачить рекомендуется с приближением грозы не только немедленно прекратить эти занятия, но и отойти подальше от водоема.

В случае если вы находитесь в лесу: постарайтесь встретить грозу на поляне, не ищите защиты под кронами высоких особенно отдельно стоящих деревьев, не прислоняйтесь к их стволам, поскольку прямое попадание молнии в дерево может разбить его в щепки и травмировать рядом стоящих людей. Не располагайтесь у костра: столб горячего воздуха является хорошим проводником электричества. Не влезайте на высокие деревья. Сотовый телефон при нахождении на улице во время грозы лучше отключить.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ КРУПНОМ ГРАДЕ

Град - атмосферные осадки, выпадающие в теплое время года в виде частичек плотного льда диаметром от 5 мм до 15 см, обычно вместе с ливневым дождем при грозе.

Если крупный град застал вас на открытой местности или в автомобиле, он может представлять значительную опасность. Поэтому при выпадении крупного града нужно соблюдать некоторые меры предосторожности.

Если вы находитесь в автомобиле, то держитесь дальше от стекол, желательно развернуться к ним спиной (лицом к центру

салона) и прикрыть глаза руками или одеждой. Если с вами оказались маленькие дети, то их необходимо закрыть своим телом и также прикрыть глаза либо одеждой, либо рукой. Лучше всего лечь на пол (если позволяют габариты салона).

Если вы перемещаетесь на автомобиле, то прекратите движение. Однако предварительно осмотритесь (если позволяет видимость),



нет ли поблизости укрытия (мост, эстакада, гараж, крытая стоянка). Если поблизости нет подходящего укрытия, то убедитесь, что вы не находитесь посреди проезжей части, и, по возможности, прижмитесь ближе к ее краю. Однако следует учитывать, что съезд на обочину (особенно в низину) опасен, т. к. ее может размывать при интенсивных осадках и возможном подтоплении. Также не въезжайте в места скопления градин, т. к. ваш автомобиль может потерять управляемость. Ни в коем случае не покидайте во время града автомобиль.



Помните, что средняя продолжительность града составляет примерно 6 минут, и очень редко он продолжается дольше 15 минут

Если град застал вас в помещении, то держитесь как можно дальше от окон и не выходите из дома. Не пользуйтесь электроприборами, т. к. град обычно сопровождается грозовой деятельностью.

Если град застал вас на улице, то постарайтесь выбрать укрытие. В противном случае защитите голову от ударов градин. Не заходите в низины, которые в считанные минуты могут наполниться водой и превратиться в стремительный поток. Не пытайтесь найти укрытие под деревьями, т. к. велик риск не только попадания в них молний, но и то, что крупные градины могут ломать ветви деревьев, что может привести к травме.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ

Гололед — слой плотного льда, образующийся на земной поверхности и на предметах при намерзании переохлажденных капель дождя или тумана.

Во время перемещения по скользкой улице не спешите, избегайте резких движений, постоянно смотрите себе под ноги. Если нужно осмотреться, не стоит этого делать на ходу - лучше остановиться. Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Не держите руки в кар-



манах. Пожилым людям рекомендуется обзавестись тростью с резиновой набойкой. Маршрут движения по возможности надо

проложить подальше от проезжей части. В то же время нежела-

тельно идти в непосредственной близости от стен зданий, на кровлях которых нередко образуются сосульки.

Пересекать проезжую часть дороги следует исключительно по пешеходному переходу.

Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, но если вам все-таки предстоит спуститься по скользкой лестнице, то ногу необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция позволяет съехать вниз настолько аккуратно, насколько это возможно в подобной ситуации, в принципе.

Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, (наклейку сделайте крест-накрест или лесенкой), а перед выходом наступите в песок. Можно перед выходом натереть подошву наждачной бумагой.



Передвигаться в гололед надо осторожно, ступая на всю подошву. Ноги при ходьбе должны быть слегка расслаблены, руки свободны

Если вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения. Сгруппируйтесь, чтобы исключить падение навзничь, в момент касания земли перекатитесь, чтобы смягчить силу удара.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ СНЕГОПАДАХ И МЕТЕЛЯХ

Сильный снегопад - продолжительное интенсивное выпадение снега из облаков, приводящее к значительному ухудшению видимости и затруднению движения транспорта.

Сильная метель - перенос снега над поверхностью земли сильным ветром, возможно в сочетании с выпадением снега, приводящий к ухудшению видимости и заносу транспортных магистралей.

При получении предупреждения о сильном снегопаде или метели плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком.



Сильные снегопады и метели всегда сопровождаются снежными заносами на дорогах - скоплением снега в виде сугробов

Постарайтесь исключить выезды за пределы населенного пункта. Во время сильного снегопада или метели покидайте здание (жилое помещение) лишь в исключительных случаях.



Сильный снегопад

Если появилась такая необходимость, то сообщите членам семьи (соседям, коллегам), куда вы идете и когда вернетесь, старайтесь не выходить в одиночку.

Если вы передвигаетесь на автомобиле, выбирайте только крупные дороги и шоссе. При выходе из машины не отходите от

нее за пределы видимости, в случае неисправности или при очень плохой видимости – остановитесь на обочине дороги, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. Мотор оставьте включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.

Если в условиях сильных заносов вы оказались заблокированным в помещении, - примите меры по сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

Осторожно, без паники, выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно, используя имеющийся инструмент и подручные средства.

Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ ТУМАНАХ

Туман - скопление продуктов конденсации в виде капель или кристаллов, взвешенных в воздухе непосредственно над поверхностью земли, сопровождающееся значительным ухудшением видимости.

Чтобы максимально обезопасить себя во время тумана, необходимо:

- лицам, страдающим сердечно сосудистыми и астматическими заболеваниями, воздержаться от выхода на улицу;
 - пешеходам быть предельно внимательными при переходе улиц и дорог;
 - водителям транспортных средств снизить скорость движения и строго соблюдать правила дорожного движения, также
-
-

следует отказаться от лишних перестроений, обгонов, опережений.



Сильный туман

Нельзя забывать, что туман представляет опасность для всех участников дорожного движения. Важно учитывать, что туман скрадывает расстояние, - целесообразно увеличить обычную дистанцию.

Во всех случаях скорость движения в тумане должна быть ниже скорости при ясной погоде. При выборе скорости необходимо исходить из возможности остановки автомобиля в пределах видимости.



Большинство дорожно-транспортных происшествий в условиях тумана происходит с движущимся впереди транспортным средством

Следует избегать внезапных торможений: при необходимости остановки скорость нужно снижать плавно. Необходимо несколько раз нажать на педаль тормоза, тем самым подав сигнал,

предупреждающий водителей автомобилей, которые движутся позади вас.

При движении в тумане повышается утомляемость водителей. При ухудшении видимости в тумане до 50 м и менее движение транспорта прекращается.

Если вы, находясь на природе, заметили сгущение тумана, примите меры, чтобы не потерять ориентацию в лесу или на водоеме.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПЫЛЬНЫХ БУРЯХ

Пыльная буря — перенос больших количеств пыли или песка сильным ветром, сопровождающийся ухудшением видимости, выдуванием верхнего слоя почвы вместе с семенами и молодыми растениями, засыпанием посевов и транспортных магистралей.

Если у вас есть респиратор или маска, немедленно наденьте ее. Если у вас нет маски, оберните бандану или другой кусок ткани вокруг носа и рта. Немного смочите ее, если у вас достаточное количество воды. Нанесите небольшое количество вазелина на внутреннюю часть ноздрей, чтобы предотвратить высыхание слизистой оболочки.

Защитите глаза. Если у вас нет защитных очков, закрывайте лицо руками вовремя движения, затем плотно оберните кусок ткани вокруг головы, чтобы защитить глаза и уши.

Доберитесь до возвышенности. Ищите безопасную, прочную возвышенность, но только если буря не сопровождается молниями и не возникает опасности быть пораженным тяжелыми летящими обломками.



Самая плотная концентрация песка или пыли находится возле земли, так что буря будет не такой сильной на вершине холма

Не ложитесь в канал, внезапно может повыситься уровень воды, даже если в том месте, где вы находитесь, не выпали осадки.



Пыльная буря

Защитите себя от летающих предметов. Найдите форму рельефа местности, которая сможет защитить вас хотя бы частично. Закройте как можно больше частей вашего тела, чтобы защититься от летящего песка. Если вы остались без убежища, попытайтесь остаться в низменности и защитите голову руками, рюкзаком или подушкой.

Переждите бурю. Не пытайтесь двигаться сквозь бурю, это слишком опасно. Оставайтесь там, где вы находитесь, дождитесь, пока буря утихнет, прежде чем пытаться переместиться в другое место.

Если вы можете быстро добраться до определенного убежища до того, как пыльная буря дойдет до вас, доберитесь туда как

можно быстрее и оставайтесь внутри. Закройте все окна и двери, ждите пока буря пройдет.

Если вы в группе с другими людьми, держитесь вместе, чтобы никто не потерялся.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ ЗАСУХАХ

Засуха — комплекс метеорологических факторов в виде продолжительного отсутствия осадков в сочетании с высокой температурой и понижением влажности воздуха, приводящий к нарушению водного баланса растений и вызывающий их угнетение или гибель.

Запаситесь дополнительными емкостями и при необходимости заранее заполните их водой. Приготовьте приемлемую для условий жары одежду, электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры). Если вы находитесь в сельской местности, оборудуйте навесы, беседки, колодцы, а также ставни (плотные шторы) для окон.



Экономно расходуйте воду. Умейте сами и обучите членов своей семьи правильно действовать при тепловом поражении

Избегайте воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) с головным убором.

Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться. Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма. Посоветуйтесь с врачом, требуется ли вам дополнительное употребление соли во время жары. При тепловом поражении немед-

ленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих проведите реанимационные мероприятия (сделайте массаж сердца и искусственное дыхание).

Помните, что во время засухи возрастает вероятность пожаров.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПРИРОДНЫХ ПОЖАРАХ (ЛАНДШАФТНЫХ)

Лесной пожар - пожар, распространяющийся по лесной площади.

Ландшафтный пожар - неконтролируемый процесс горения, стихийно возникающий и распространяющийся в природной среде, охватывающий различные компоненты природного ландшафта

Если вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике и у вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны.

Организуйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня.



Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой.

Выйдя на открытое пространство или поляну, дышите воздухом возле земли — там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.

После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию поселения или по телефону в ДДС экстренных оперативных служб.



Пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами. Торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой водой

При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с нами зрительную и звуковую связь.

Если вы оказались в зоне степного пожара, то пригодятся следующие рекомендации:

- при видимости в зоне задымления меньше 10 м вход в нее запрещен, так как это представляет опасность;
- запрещается устраивать ночлег в зоне действующего пожара;
- при угрозе приближения пожара к населенному пункту или отдельным домам необходимо осуществлять меры по предупреждению возгорания строений, для этого создаются запасы воды и песка. Создать минерализованные полосы шириной не менее 2 м;

Правила поведения в очаге пожара:

- необходимо очистить вокруг себя возможно большую площадь от листвы, травы и веток;
- уходить от пожара необходимо в наветренную сторону (то есть идти на ветер), в направлении, перпендикулярном распространению огня, стараясь обойти очаг пожара сбоку, с тем, чтобы выйти ему в тыл;
- избавиться от горючего и легковоспламеняющегося снаряжения; если есть возможность, то периодически смачивайте высохшие участки материала на одежде;
- прикрыть мокрой ватно-марлевой повязкой или полотенцем, снять всю плавящуюся одежду.



Иногда достаточно просто затоптать пламя (правда, надо подождать и убедиться, что трава или подстилка действительно не тлеют, иначе огонь может появиться вновь)

4.2. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПОЖАРАХ И ВЗРЫВАХ НА ПОЖАРОВЗРЫВООПАСНЫХ ОБЪЕКТАХ

Пожары и взрывы - самые распространенные чрезвычайные ситуации. Наиболее часто и, как правило, с тяжелыми социальными и экономическими последствиями они происходят на пожаровзрывоопасных объектах.



Если вы проживаете вблизи пожаровзрывоопасного объекта, будьте внимательны. Сирены и прерывистые гудки предприятий (транспортных средств) означают сигнал «Внимание всем!». Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радиоприемник или телевизор.

Прослушайте информационное сообщение о ЧС и действуйте согласно указаниям органов ГО.

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 предприятия (при ее наличии) или города.

При эвакуации горящие помещения и задымленные места проходите 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. Если доступ воздуха ограничен, горение быстро прекратится. Не давайте человеку в горящей одежде бежать.

Не подходите к взрывоопасным предметам и не трогайте их. 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 помощь пострадавшим.

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.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ АВАРИЯХ НА АВТОМОБИЛЬНОМ ТРАНСПОРТЕ

При неизбежности столкновения сохраняйте самообладание, это позволит управлять машиной до последней возможности. Напрягите все мышцы и не расслабляйтесь до полной остановки. Сделайте все, чтобы уйти от встречного удара: кювет, забор, кустарник, даже дерево лучше движущегося на вас автомобиля.

Помните о том, что при столкновении с неподвижным предметом удар левым или правым крылом хуже, чем всем бампером. При неизбежности столкновения защитите голову. Если автомобиль идет на малой скорости, вдавитесь в сиденье спиной, напрягая все мышцы.

Упритесь руками в рулевое колесо. Если же скорость превышает 60 км/ч и вы не пристегнуты ремнем безопасности, прижмитесь грудью к рулевой колонке.

При нахождении на переднем месте пассажира закройте голову руками и завалитесь на бок, распростершись на сиденье. Сидя на заднем сиденье, постарайтесь упасть на пол. Если рядом с вами ребенок, накройте его собой.

После аварии определитесь, в каком месте автомобиля и в каком положении вы находитесь, не горит ли автомобиль и не подтекает ли бензин (особенно при опрокидывании).

Если двери заклинены, покиньте салон автомобиля через окна, открыв их или разбив тяжелым подручным предметом. Выбравшись из автомобиля, отойдите от него как можно дальше - возможен взрыв.

При падении в воду автомобиль может некоторое время держаться на плаву. Выбирайтесь через открытое окно, так как при открывании двери машина резко начнет тонуть.

При погружении на дно с закрытыми окнами и дверьми воздух в салоне автомобиля держится несколько минут. Включите фары (тогда легче вас искать), активно провентилируйте легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом «впрок»), избавьтесь от лишней одежды.

Выбирайтесь из автомобиля при заполнении его водой наполовину, иначе вам помешает поток воды, идущей в салон. При необходимости, разбейте лобовое стекло тяжелым подручным

предметом. Протиснитесь наружу, взявшись руками за крышу автомобиля, а затем резко плывите вверх.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ АВАРИЯХ НА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ ТРАНСПОРТЕ

При крушении или экстренном торможении поезда схватитесь за поручни и упритесь в стену или сиденье ногами.



Безопаснее всего опуститься на пол вагона. После первого удара не расслабляйтесь и держите все мышцы напряженными до тех пор, пока не станет окончательно ясно, что движения больше не будет.

При серьезном крушении надо немедленно выбраться из вагона и оказать помощь пострадавшим пассажирам.

Внимательно осмотритесь, нет ли поблизости упавших токонесущих проводов, они могут представлять смертельную опасность.

Пожар в поезде в первую очередь опасен ядовитыми продуктами горения синтетических отделочных материалов. Во избежание этого в движущемся поезде перейдите в соседний вагон, же-

лательно в сторону движения, в остановившемся - на улицу, по возможности со стороны, где нет железнодорожных путей.

При сильном задымлении вагона закройте нос и рот смоченной водой тряпкой, полотенцем, наволочкой, простыней, куском разорванной одежды. В полупустых вагонах можно передвигаться на коленях, так как внизу (у пола) дыма бывает меньше.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ АВАРИЯХ НА ВОЗДУШНОМ ТРАНСПОРТЕ

При вынужденной посадке. нужно немедленно освободить проходы и занять места в своих креслах, спинки следует привести в вертикальное положение. Снять очки, зубные протезы, вынуть из внутренних карманов острые предметы (авторучки, ножи, зажигалки), снять обувь на высоких каблуках, ослабить галстук и расстегнуть воротник. После этого положить на колени мягкие вещи для защиты головы и туловища, застегнуть и туго затянуть привязные ремни. Наклониться вперед, голову закрыть мягкими вещами и положить ее на руки, которыми обхватить колени. Оставаться в такой позе нужно до полной остановки самолета.

После остановки самолета расстегните ремни и подготовьтесь к эвакуации. Для экстренного покидания самолета пассажирами и экипажем используются все основные и запасные двери, а также аварийные выходы, расположенные, с левой и правой сторон фюзеляжа.

При покидании своего кресла не берите с собой багаж, взятый на борт в качестве ручной клади.

При разрежении воздуха в салоне самолета в результате разгерметизации. Одновременно могут возникнуть звон в ушах и боль в кишечнике. Быстрая декомпрессия обычно начинается с

оглушительного рева. В этом случае, не дожидаясь команды, немедленно наденьте кислородную маску. Сразу же после надевания маски пристегните ремни безопасности и подготовьтесь к резкому снижению.

При пожаре в самолете помните, что на борту наибольшую опасность представляет дым, а не огонь. Дышите только через хлопчатобумажные или шерстяные элементы одежды, по возможности, смоченные водой.

Пробираясь к выходу, двигайтесь пригнувшись или на четвереньках, так как внизу салона задымленность меньше.

Защитите открытые участки тела от прямого воздействия огня, используя имеющуюся одежду, пледы и т.д.

После приземления и остановки самолета немедленно направляйтесь к ближайшему выходу, так как высока вероятность взрыва.

После выхода из самолета удалитесь от него как можно дальше и лягте на землю, прижав голову руками - возможен взрыв.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ АВАРИЯХ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ

На крупных морских и речных судах все действия, связанные с самоспасением, сводятся к возможно более быстрому выходу на шлюпочную палубу и четкому исполнению команд экипажа, организующего спасательные работы.

Каждый участник плавания должен уметь обращаться с индивидуальным средством спасения. Надо помнить, что неправильно надетый спасательный жилет может не только не помочь, но даже ускорить гибель человека на воде.

При отсутствии спасательных средств, находясь в воде, подавайте сигналы свистком или поднятием руки.

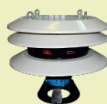
Двигайтесь как можно меньше, чтобы сохранить тепло. Потеря тепла в воде происходит в несколько раз быстрее, чем на воздухе, поэтому движения даже в теплой воде должны быть сведены к тому, чтобы только держаться на плаву. В спасательном жилете для сохранения тепла сгруппируйтесь, обхватите руками с боков грудную клетку и поднимите бедра повыше, чтобы вода меньше омывала область паха. Если на вас нет спасательного жилета, поищите глазами какой-нибудь плавающий предмет и ухватитесь за него, чтобы было легче держаться на плаву до прибытия спасателей. Отдыхайте, лежа на спине.

Никогда не пейте морскую воду. Употребляйте в день не более 500–600 мл воды, разделив их на многочисленные малые дозы с самой большой вечером. Питайтесь только аварийным запасом пищи.

ПОРЯДОК ОПОВЕЩЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ



СРЕДСТВА ОПОВЕЩЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Электросирены



Гудки
предприятий



Радио



Телевидение



Громкоговорители



Стационарная
телефонная связь



ОКСИОН, СЗИОНТ,
спецтранспорт



Интернет



Сотовая связь
(SMS — оповещение)

РАЗДЕЛ 5.

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

5.1. АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Большинство людей, оказавшись на месте ЧС, впадают в панику и не знают, что им делать до приезда медиков. А между тем дорога буквально каждая минута, главное – понимать, как правильно оказать первую помощь.

На месте чрезвычайной ситуации вам надо справиться с тремя проблемами, которые убивают людей быстрее всего:

- внешняя угроза;
- сильное кровотечение;
- проблемы с дыханием.

Алгоритм оказания первой помощи

Чтобы не растеряться и грамотно оказать первую помощь, важно соблюдать следующую последовательность действий:

1. Убедиться, что при оказании первой помощи вам ничего не угрожает и вы не подвергаете себя опасности.
2. Обеспечить безопасность пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).
3. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания.

Для проверки дыхания необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать или почувствовать дыхание. Для обнаружения пульса необходимо приложить подушечки пальцев к сонной артерии пострадавшего. Для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос.

4. Вызвать специалистов: 112 — с мобильного телефона.

5. Оказать неотложную первую помощь.

В зависимости от ситуации это может быть:

- восстановление проходимости дыхательных путей;
- сердечно-лёгочная реанимация;
- остановка кровотечения и другие мероприятия.

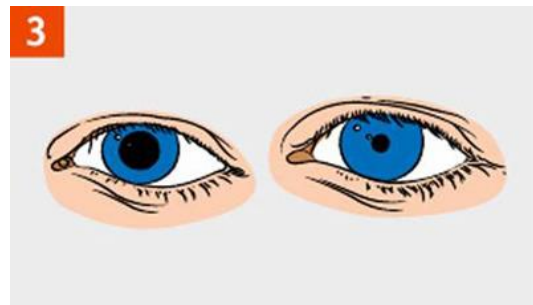
6. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов.



Признаки жизни: пульс



Признаки жизни:
дыхание



Признаки жизни:
реакция значков на свет

5.2 ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ

Искусственная вентиляция лёгких (ИВЛ) - это введение воздуха (либо кислорода) в дыхательные пути человека с целью восстановления естественной вентиляции лёгких. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.



Наиболее эффективным при оказании первой помощи неспециалистом считается искусственное дыхание рот в рот и рот в нос.

Если при осмотре пострадавшего естественное дыхание не обнаружено, необходимо немедленно провести искусственную вентиляцию легких.

Техника искусственного дыхания рот в рот:

1. Обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей.

Поверните голову пострадавшего набок и пальцем удалите из полости рта слюзу, кровь, инородные предметы. Проверьте носовые ходы пострадавшего, при необходимости очистите их.

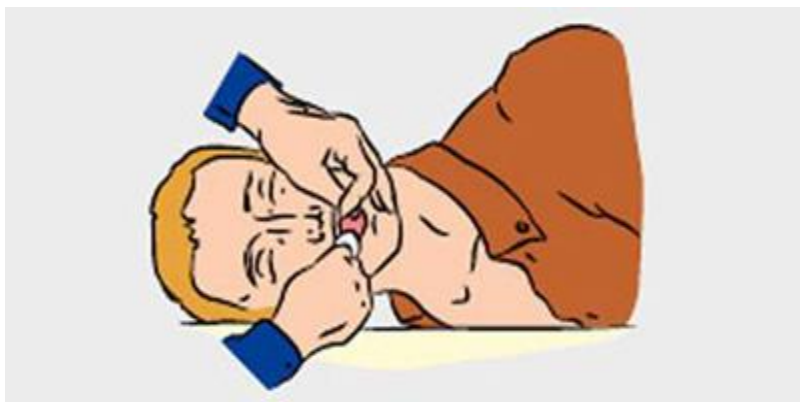
2. Запрокиньте голову пострадавшего, удерживая шею одной рукой.

Не меняйте положение головы пострадавшего при травме позвоночника!

3. Положите на рот пострадавшего салфетку, платок, кусок ткани или марли, чтобы защитить себя от инфекций. Зажмите нос пострадавшего большим и указательным пальцем. Глубоко вдохните, плотно прижмитесь губами ко рту пострадавшего. Сделайте выдох в лёгкие пострадавшего.

Первые 5–10 выдохов должны быть быстрыми (за 20–30 секунд), затем — 12–15 выдохов в минуту.

4. Следите за движением грудной клетки пострадавшего. Если грудь пострадавшего при вдохе воздуха поднимается, значит, вы всё делаете правильно.



Очистите верхние дыхательные пути



Запрокиньте голову пострадавшего назад



Сделайте искусственное дыхание

5.3 НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца.

Непрямой (закрытый) массаж сердца, или компрессия грудной клетки, - это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.



Внимание! Нельзя проводить закрытый массаж сердца при наличии пульса.

Техника непрямого массажа сердца

1. Уложите пострадавшего на плоскую твёрдую поверхность.



На кровати и других мягких поверхностях проводить компрессию грудной клетки нельзя.

2. Определите расположение у пострадавшего мечевидного отростка. Мечевидный отросток - это самая короткая и узкая часть грудины, её окончание.

3. Отмерьте 2–4 см вверх от мечевидного отростка - это точка компрессии.

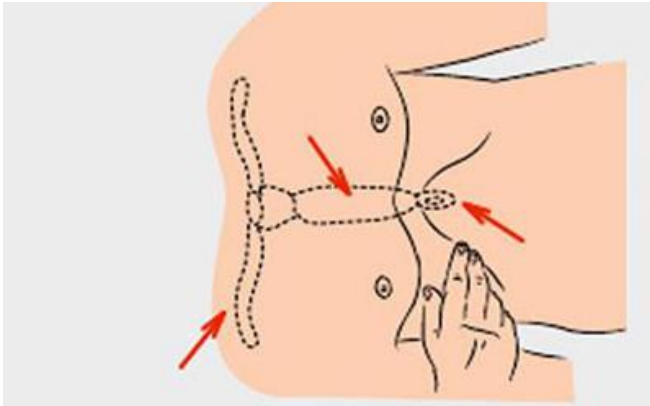
4. Положите основание ладони на точку компрессии. При этом большой палец должен указывать либо на подбородок, либо на живот пострадавшего, в зависимости от местоположения лица, осуществляющего реанимацию. Поверх одной руки положите вторую ладонь, пальцы сложите в замок. Надавливания проводятся строго основанием ладони - ваши пальцы не должны соприкасаться с грудиной пострадавшего.

5. Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки сильно, плавно, строго вертикально, тяжестью верхней половины вашего тела. Частота 100-110 надавливаний в минуту.

При этом грудная клетка должна прогибаться на 3–4 см.

Грудным детям непрямой массаж сердца производится указательным и средним пальцем одной руки. Подросткам - ладонью одной руки.

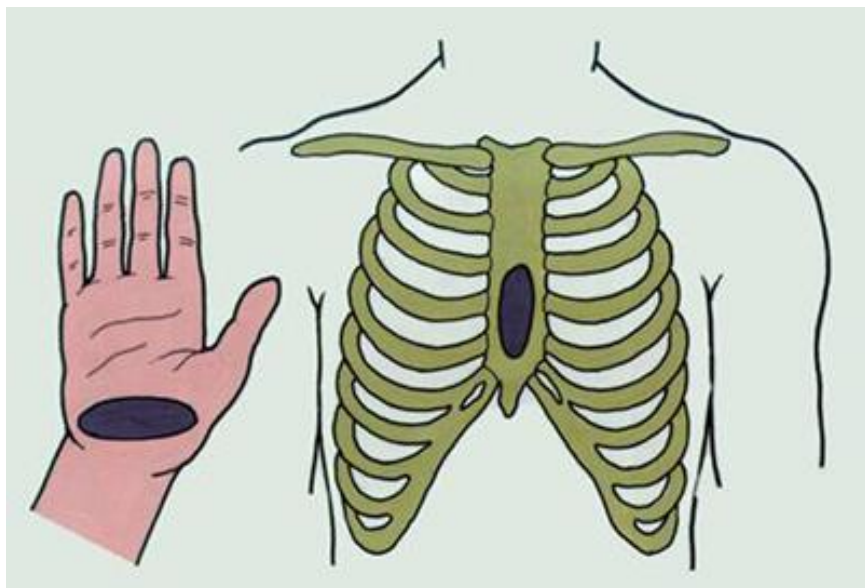
Если одновременно с закрытым массажем сердца проводится ИВЛ, каждые два вдоха должны чередоваться с 30 надавливаниями на грудную клетку.



Мечевидный отросток



Найдите мечевидный отросток



Установите ладонь на точку компрессии



Положите руки



Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки



Непрямой массаж сердца младенцу



Непрямой массаж сердца подростку



Непрямой массаж сердца взрослому

Если во время проведения реанимационных мероприятий у пострадавшего восстановилось дыхание или появился пульс, прекратите оказание первой помощи и уложите человека на бок,

положив ладонь под голову. Следите за его состоянием до прибытия медиков.

5.4 ОЧИСТКА ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

При попадании пищи или инородных тел в трахею, она закупоривается (полностью или частично) - человек задыхается.

Признаки закупоривания дыхательных путей:

- Отсутствие полноценного дыхания. Если дыхательное горло закупорено не полностью, человек кашляет; если полностью - держится за горло.
- Неспособность говорить.
- Посинение кожи лица, набухание сосудов шеи.

Очистку дыхательных путей чаще всего проводят по методу Геймлиха.

1. Встаньте позади пострадавшего.
2. Обхватите его руками, сцепив их в замок, чуть выше пупка, под рёберной дугой.
3. Сильно надавите на живот пострадавшего, резко сгибая руки в локтях.



Не сдавливайте грудь пострадавшего, за исключением беременных женщин, которым надавливания осуществляются в нижнем отделе грудной клетки.

4. Повторите приём несколько раз, пока дыхательные пути не освободятся.

Если пострадавший потерял сознание и упал, положите его на спину, сядьте ему на бёдра и обеими руками надавите на рёберные дуги.

Для удаления инородных тел из дыхательных путей ребёнка необходимо повернуть его на живот и похлопать 2–3 раза между

лопатками. Будьте очень осторожны. Даже если малыш быстро откашлялся, обратитесь к врачу для медицинского осмотра.



Обхватите пострадавшего сзади под реберной дугой



Сильно надавите на живот пострадавшего



Если человек без сознания, сядьте ему на бедра и обеими руками надавите на реберные дуги

5.5 КРОВОТЕЧЕНИЕ

Кровотечения выделяют капиллярное, венозное и артериальное.

Остановка капиллярного кровотечения осуществляется путём наложения асептической повязки, а также, если ранены руки или ноги, поднятием конечностей выше уровня туловища.

При венозном кровотечении накладывается давящая повязка. Для этого выполняется тампонада раны: на рану накладывается марля, поверх неё укладывается несколько слоёв ваты (если нет ваты - чистое полотенце), туго бинтуется. Сдавленные такой повязкой вены быстро тромбируются, и кровотечение прекращается. Если давящая повязка промокает, сильно надавите на неё ладонью.

Чтобы остановить артериальное кровотечение, артерию необходимо пережать.

1. Височная
2. Челюстная
3. Сонная
4. Лучевая



5. Плечевая
6. Подмышечная
7. Бедренная
8. Большеберцовая

Точки прижатия артерий

Техника пережатия артерии: сильно прижмите артерию пальцами или кулаком к подлежащим костным образованиям.

Артерии легкодоступны для пальпации, поэтому данный способ весьма эффективен. Однако он требует от лица, оказывающего первую помощь, физической силы.

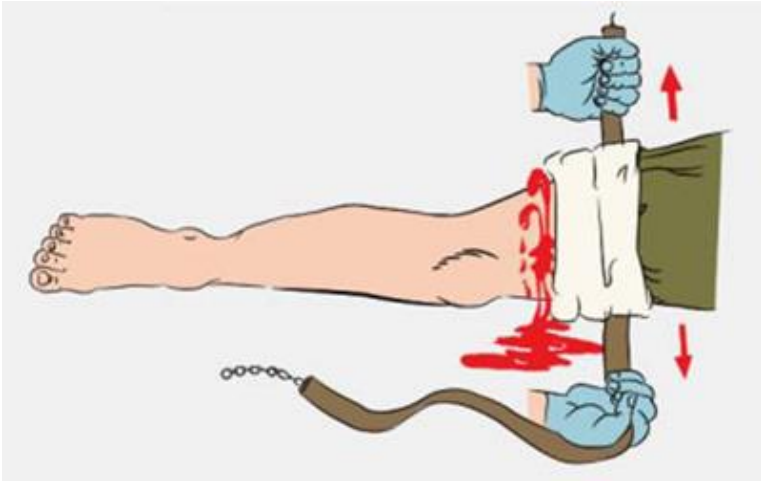


Если кровотечение не остановилось после наложения тугой повязки и прижатия артерии, примените жгут. Помните, что это крайняя мера, когда другие способы не помогают.

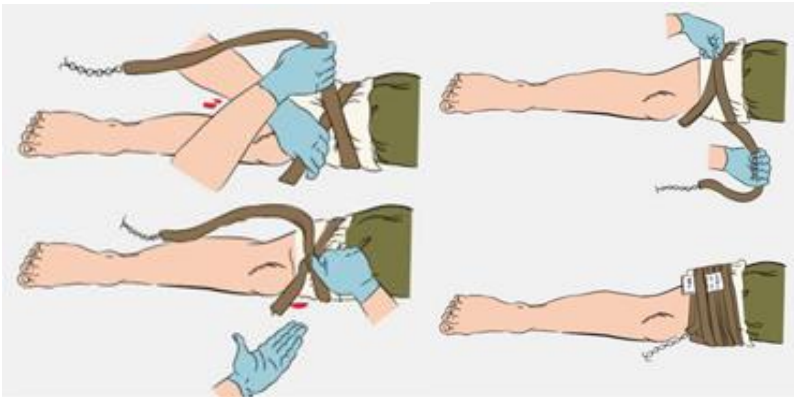
Техника наложения кровоостанавливающего жгута

1. Наложите жгут на одежду или мягкую подкладку чуть выше раны.
2. Затяните жгут и проверьте пульсацию сосудов: кровотечение должно прекратиться, а кожа ниже жгута - побледнеть.
3. Наложите повязку на рану.
4. Запишите точное время, когда наложен жгут.

Жгут на конечности можно накладывать максимум на 1 час. По его истечении жгут необходимо ослабить на 10–15 минут. При необходимости можно затянуть вновь, но не более чем на 20 минут.



Накладываете жгут через одежду или мягкую подкладку выше раны или как можно ближе к ней, выше колена или локтя



Проведите жгут под конечностью и растяните, затяните первый виток жгута и убедитесь, что кровотечение прекратилось

Последующие витки жгута накладывайте с меньшим усилием по восходящей спирали, захватывая предыдущий виток примерно наполовину. Забинтуйте рану. Вложите под жгут записку с указанием даты и времени наложения

5.6. ПЕРЕЛОМЫ

Различают открытые и закрытые переломы. Первый сопровождается ранением мягких тканей, в ране иногда заметны обломки кости.

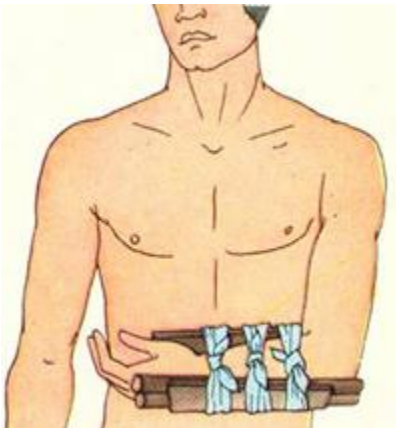
Техника оказания первой помощи при переломе

1. Оцените тяжесть состояния пострадавшего, определите локализацию перелома.
2. При наличии кровотечения остановите его.
3. Определите, возможно ли перемещение пострадавшего до прибытия специалистов.

Не переносите пострадавшего и не меняйте его положения при травмах позвоночника!



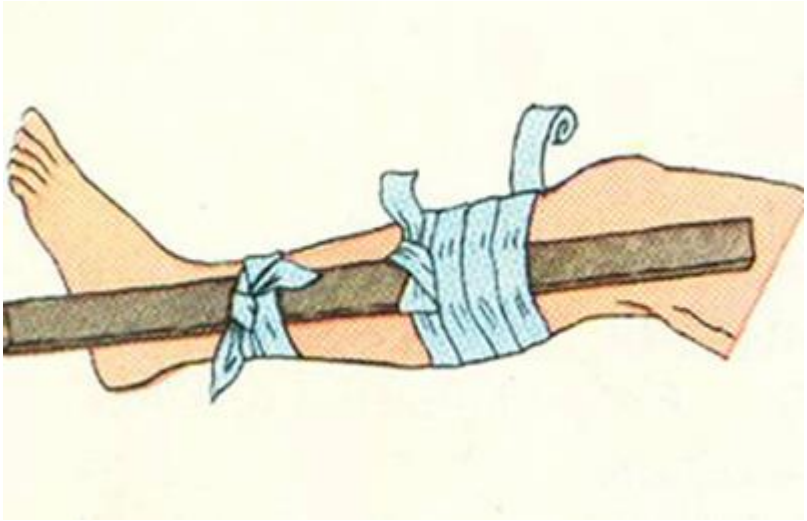
4. Обеспечьте неподвижность кости в области перелома. Для этого необходимо обездвижить суставы, расположенные выше и ниже перелома.



5. Наложите шину. В качестве шины можно использовать плоские палки, доски, линейки, прутья и прочее. Шину необходимо плотно, но не туго зафиксировать бинтами или пластырем.

При закрытом переломе иммобилизация производится поверх одежды. При открытом пе-

реломе нельзя прикладывать шину к местам, где кость выступает наружу.



Наложите шину на голень



Наложение шины при переломе бедра

5.7 ОЖОГИ

Типы ожогов:

- термические (пламя, горячая жидкость, пар, раскалённые предметы);
 - химические (щёлочи, кислоты);
 - электрические;
 - лучевые (световое и ионизирующее излучение);
-

- комбинированные.

Градации ожогов по глубине поражения



При ожогах первым делом необходимо устранить действие поражающего фактора (огня, электрического тока, кипятка и так далее).

При термических ожогах, поражённый участок следует освободить от одежды (аккуратно, не отдирая, а обрезаая вокруг раны прилипшую ткань) и в целях дезинфекции и обезболивания оросить его водоспиртовым раствором (1/1) или водкой.



Не используйте масляные мази и жирные кремы - жиры и масла не уменьшают боль, не дезинфицируют ожог и не способствуют заживлению.

После оросите рану холодной водой, наложите стерильную повязку и приложите холод. Кроме того, дайте пострадавшему тёплой подсоленной воды.

Для ускорения заживления лёгких ожогов используйте спрей с декспантенолом. Если ожог занимает площадь больше одной ладони, обязательно обратитесь к врачу.

5.8 ОБМОРОК

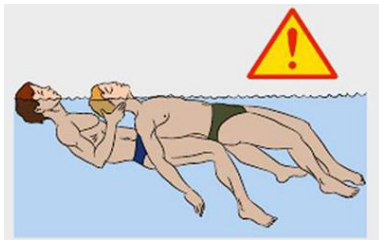
Если человек упал в обморок, придайте ему удобное горизонтальное положение и обеспечьте приток свежего воздуха (растегните одежду, ослабьте ремень, откройте окна и двери). Брызните на лицо пострадавшего холодной водой, похлопайте его по щекам. При наличии под рукой аптечки дайте понюхать ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом.

Если сознание не возвращается 3–5 минут, немедленно вызывайте скорую.

Когда пострадавший придёт в себя, дайте ему крепкого чая или кофе.

5.9 УТОПЛЕНИЕ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

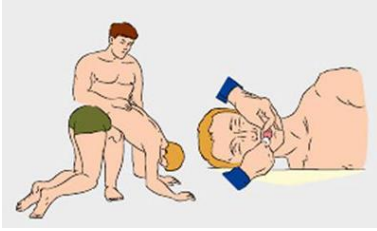
Первая помощь при утоплении



1. Извлеките пострадавшего из воды.



Тонущий человек хватается за всё, что попадётся под руку. Будьте осторожны: подплывайте к нему сзади, держите за волосы или подмышки, держа лицо над поверхностью воды.



2. оложите пострадавшего животом на колено, чтобы голова была внизу.

3. Очистите ротовую полость от

инородных тел (слизь, рвотные массы, водоросли).

4. Проверьте наличие признаков жизни.

5. При отсутствии пульса и дыхания немедленно приступайте к ИВЛ и непрямому массажу сердца.



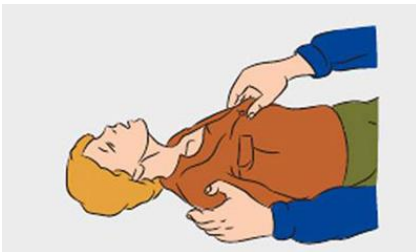
6. После восстановления дыхания и сердечной деятельности положите пострадавшего набок,

укройте его и обеспечивайте комфорт до прибытия медиков.

Солнечный удар



При оказании первой помощи прежде всего необходимо перенести пострадавшего в прохладное проветриваемое место.



Затем освободите его от одежды, ослабьте ремень, разуйте. Положите ему на голову и шею холодное мокрое полотенце. Дайте понюхать нашатырный спирт. При необходимости

сделайте искусственное дыхание.



При солнечном ударе пострадавшего необходимо обильно поить прохладной, слегка подсоленной водой (пить часто, но маленькими глотками).

5.10 ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ И ОБМОРОЖЕНИЕ



Заведите (занесите) пострадавшего в тёплое помещение или укутайте тёплой одеждой.

Не растирайте пострадавшего, дайте телу постепенно согреться самостоятельно.

Дайте пострадавшему тёплое питьё и еду.

Не используйте алкоголь!

Переохлаждение нередко сопровождается обморожением, то есть повреждением и омертвением тканей организма под воздействием низких температур. Особенно часто встречается обморожение пальцев рук и ног, носа и ушей.



Причины обморожения — высокая влажность, мороз, ветер, неподвижное положение. Усугубляет состояние пострадавшего, как правило, алкогольное опьянение.

Первая помощь при обморожении

1. Поместите пострадавшего в тепло.
2. Снимите с него промёрзшую или мокрую одежду.

3. Не растирайте пострадавшего снегом или тканью - так вы только травмируете кожу.
4. Укутайте обмороженный участок тела.
5. Дайте пострадавшему горячее сладкое питьё или горячую пищу.

5.11 ОТРАВЛЕНИЕ

В зависимости от вида токсина различают отравления: угарным газом, ядохимикатами, алкоголем, лекарствами, пищей и другие.

Наиболее распространены пищевые отравления, сопровождаемые тошнотой, рвотой, поносом и болями в желудке. Пострадавшему в этом случае рекомендуется принимать по 3–5 граммов активированного угля через каждые 15 минут в течение часа, пить много воды, воздержаться от приёма пищи и обязательно обратиться к врачу.

Кроме того, распространены случайное или намеренное отравление лекарственными препаратами, а также алкогольные интоксикации.

В этих случаях первая помощь состоит из следующих шагов:

1. Промойте пострадавшему желудок. Для этого заставьте его выпить несколько стаканов подсоленной воды (на 1 л – 10 г соли и 5 г соды). После 2–3 стаканов вызовите у пострадавшего рвоту. Повторяйте эти действия, пока рвотные массы не станут «чистыми».



Промывание желудка возможно только в том случае, если пострадавший в сознании.

2. Растворите в стакане воды 10–20 таблеток активированного угля, дайте выпить это пострадавшему.

3. Дождитесь приезда специалистов.

РАЗДЕЛ 6.

СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

6.1. НОМЕРА ТЕЛЕФОНЫ



ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ЕДИННЫЙ

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ

112

	со стационарного телефона	с мобильного телефона
Единая дежурно-диспетчерская служба	051	112
Противопожарная служба	01	101
Полиция	02	102
Отделение скорой помощи	03	103
Аварийная газовая служба	04	104

КУДА ЗВОНИТЬ О ПОВРЕЖДЕНИИ

телефонная сеть	065
водопровод, канализация	2-20-81
тепловые сети	3-22-86
жилищно-коммунальное хозяйство	3-23-31
городские электрические сети	4-02-72
районные электрические сети	2-14-49
«Славянскгоргаз».	4-45-04



6.2. ВОПРОСЫ ЭВАКУАЦИИ

ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

Как правило, представляет собой укомплектованный рюкзак (сумку), в котором находятся необходимый набор одежды, предметы гигиены, медикаменты, продукты питания и другое имущество. Правильно укомплектованный рюкзак может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях.

ИМЕТЬ С СОБОЙ



ДОКУМЕНТЫ
в непромокаемой упаковке

ДЕНЬГИ И БАНКОВСКИЕ КАРТЫ



СРЕДСТВА СВЯЗИ
зарядное устройство, дополнительный аккумулятор

ПРИМЕРНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ



ОДЕЖДА
Нательное белье,
одежда и обувь
по сезону



**РЕМОНТНЫЙ
КОМПЛЕКТ**
Нитки, иглы и т.п.



**ЗАПАС ЕДЫ
И ВОДЫ**



ПОСУДА
ОДНОРАЗОВАЯ,
НОЖ



**ФОНАРИК
И ЗАПАС
БАТАРЕЕК**



**СВЕЧА,
СПИЧКИ,
ЗАЖИГАЛКА**



**СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ
ГИГИЕНЫ**
Зубная щетка и паста,
мыло, полотенце,
туалетная бумага, носовые
платки, влажные салфетки,
и другие средства личной
гигиены



**АПТЕЧКА
ПЕРВОЙ
ПОМОЩИ**

СОДЕРЖАНИЕ АПТЕЧКИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Средства, предназначенные для неотложной обработки ран и остановки кровотечения: бинты и повязки, жгуты, лейкопластырь



Стерильные и нестерильные резиновые перчатки



Специальная или простая марлевая маска



Антисептические препараты: этиловый спирт, перекись водорода, спиртовой йодный раствор, борная кислота в порошке или жидкой форме, бриллиантовый зеленый



Анальгетические препараты и антипиретики: аспирин, анальгин, парацетамол, цитрамон



Противомикробные средства системного типа
действия: левомицетин, стрептоцид, ампициллин



Сердечные средства: валлидол, корвалол, корвалмент, нитроглицерин (по необходимости)



Глазмолитики (миотропные или комбинированные): баралгин, плазмалгон, но-шта, дроптаверин



Детоксикационные (адсорбирующие) доврачебные средства: таблетки активированного угля, атоксил, энтеросгель



Химические антациды против кислот и щелочей: сода, борная или лимонная кислота



Противоаллергические и антигистаминные средства: димедрол, супрастин, тавегил



Нашатырный спирт



Инструменты и дополнительные неотложные приспособления: ножницы, шприц



Ручка и блокнот или чистый лист бумаги

Важно помнить!

Состав аптечки для оказания первой помощи может подбираться индивидуально в зависимости от заболеваний, которые имеются у человека!

ВАЖНО ЗНАТЬ!



Адрес сборного эвакуационного пункта

ГДЕ УЗНАТЬ?

- Органы местного самоуправления
- Отделы и службы ЖКХ, ТСЖ, управляющие компании

СПОСОБЫ ЭВАКУАЦИИ



ПЕШИМ ПОРЯДКОМ

ЛИЧНЫМ ТРАНСПОРТОМ



АВТОМОБИЛЬНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫМ ТРАНСПОРТОМ



ВОДНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ВОЗДУШНЫМ ТРАНСПОРТОМ



ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ЭВАКУАЦИИ

1

ВЗЯТЬ
Документы,
необходимые вещи
и продукты



4

УЙТИ в безопасный
район указанным
способом
эвакуации



2

ВЫКЛЮЧИТЬ
все электроприборы.
ЗАКРЫТЬ окна,
водопроводные
и газовые
трубы,
квартиру
или дом



5

ПРИЙТИ на приемный
пункт, получить ордер



3

ПРИЙТИ
на сборный
эвакуационный
пункт и зарегистри-
роваться,
получить СИЗ
(при организации
выдачи)



6

УЙТИ в место
временного
проживания



Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



СОПРОВОЖДАЕТСЯ ВКЛЮЧЕНИЕМ СИРЕН, ПРЕРЫВИСТЫМИ ГУДКАМИ С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ РЕЧЕВОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ О СИГНАЛЕ ГО

- Услышав **СИГНАЛ**, включите радиоприемник, телевизор и прослушайте сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий.
- Полученную информацию передайте соседям.
- Действуйте в соответствии с переданным сообщением.

СПОСОБЫ ОПОВЕЩЕНИЯ



ТЕЛЕВИДЕНИЕ



ГРОМКО-ГОВОРИТЕЛИ



СИРЕНЫ



КОЛОКОЛ (РЫНДА)



РАДИО



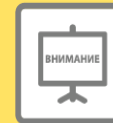
ГУДКИ ПРЕДПРИЯТИЙ И ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ



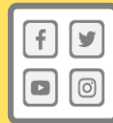
ТЕЛЕФОН, СМС-СООБЩЕНИЕ



ПОДВИЖНЫЕ ЗВУКОУСИЛИТЕЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ



ИНФОРМАЦИОННОЕ ТАБЛО



СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы!



Закрывать плотно окна и двери!



Закрывать мокрой тканью щели вокруг двери, вентиляционных отверстий!



Взять документы, аптечку, необходимые вещи, запас продуктов и воды!



При необходимости оказывать помощь детям и престарелым!



Укрыться в ближайшем защитном сооружении, заглубленном помещении или других сооружениях

подземного пространства, включая метрополитен!



Прибыть в район сбора!



Эвакуироваться в безопасный район!

● ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА



● ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА



● РАДИЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ



● УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ



**Памятка отпечатана в типографии за счет бюджета
администрации муниципального образования Славянский район для выдачи
населению бесплатно. Тираж 50000**
