МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПО ЗЕМЛЕУСТРОЙСТВУ

Кафедра БезопасностиЖизнедеятельности

**Реферат**

**по дисциплине: «Безопасность жизнедеятельности»**

**на тему: «Действия в чрезвычайных ситуациях»**

Выполнила: Арбекова А.И.

Ст. 1 курса

вечернего отделения

ф-та «Землеустройства»

специальность «Экономика и управление на предприятии».

Проверил: ст. пр. Лапшинов Г.И.

Москва 2011

**Содержание**

Введение

1. Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций
2. Первая медицинская помощь
3. Осмотр места происшествия при ДТП
4. Действия на льду
5. Действия при бытовых отравлениях, пожарной опасности и в других ситуациях
6. Действия при землетрясении
7. Действия при наводнении
8. Действия при лесных пожарах
9. Действия при снежных заносах
10. Действия при гололеде
11. Действия при ураганах, бурях
12. Памятка по действиям в условиях возможного биологического заражения
13. Памятка по действиям в условиях возможного химического заражения
14. Памятка на случай воздушной тревоги
15. Памятка при обнаружении подозрительных веществ в почтовых отправлениях
16. Неотложных действий при обнаружении взрывоопасных (взрывных устройств), взрывчатых материалов и иных предметов, представляющих опасность для населения

Список литературы

**Введение**

В современных условиях в мире и в нашей стране все большую актуальность приобретает проблема выживания в целом населения государства и персонала предприятия народного хозяйства в частности при опасности возникновения и воздействия техногенных чрезвычайных ситуаций.

Основная цель безопасности жизнедеятельности как науки – защита человека в техносфере от негативных воздействий антропогенного, техногенного и естественного происхождения и достижение комфортных условий жизнедеятельности.

Основными понятиями для безопасности жизнедеятельности, как науки, являются вредный фактор, опасный фактор и поражающий фактор.

Во всех высокоразвитых странах в последние годы уделяется все большее внимание совершенствованию системы подготовки кадров, особенно руководителей высоко рискованных производств, разнообразных служб безопасности, экспертизы и страхования.

1. **Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайная ситуация (авария) - внешне неожиданная, внезапно возникающая обстановка, характеризующаяся резким нарушением установившегося процесса или явления и оказывающая значительное отрицательное воздействие на жизнедеятельность людей, функционирование экономики, социальную сферу и природную среду.

Каждая ЧС имеет свою физическую сущность, свои, только ей присущие причины возникновения, движущие силы, характер и стадии развития, свои особенности воздействия на человека и среду его обитания.

Катастрофа - авария, сопровождающаяся гибелью людей.

Классификация чрезвычайных ситуаций:

а)по причинам возникновения:

- стихийные бедствия (землетрясения, наводнения, селевые потоки, оползни, ураганы, снежные заносы, грозы, ливни, засухи и др. );

- техногенные катастрофы (аварии на энергетических, химических, биотехнологических объектах, транспортных коммуникациях при перевозке разрядных грузов, продуктопроводах и т.д.);

- антропогенные катастрофы (катастрофические изменения биосферы под воздействием научно-технического прогресса и хозяйственной деятельности);

- социально-политические конфликты (военные, социальные).

б) по масштабу распространения с учетом тяжести последствий:

- локальные; объектовые; местные; региональные; национальные и глобальные.

в) по скорости распространения опасности (темпу развития):

- внезапные; быстро распространяющиеся; умеренные; плавные "ползучие" катастрофы.

Основные последствия ЧС:

- разрушения; затопления; массовые пожары; химическое заражения; радиоактивные загрязнения (заражение); бактериальное (биологическое) заражение.

Масштаб последствий (ущерб) ЧС (количество заболеваний, травм, смертей, экономические потери и т. д.) является следствием взаимодействия многих явлений - причин (факторов).

Основными причинами аварий и катастроф на объектах являются:

- ошибки допущенные при проектировании, строительстве и изготовлении оборудования;

- нарушение технологии производства, правил эксплуатации оборудования, требований безопасности:

- низкая трудовая дисциплина:

- стихийные бедствия, военные конфликты.

Наиболее характерными последствиями аварий являются взрывы, пожары, обрушение зданий, заражение местности сильнодействующими ядовитыми и радиоактивными веществами.

Условия возникновения и стадии развития чрезвычайных ситуаций

**Характерными условиями возникновения ЧС являются:**

а) существование источника опасных и вредных факторов (предприятия и производства, продукция и технологические процессы которых предусматривают использование высоких давлений, взрывчатых, легковоспламеняющихся, а также химически агрессивных, токсичных, биологически активных и радиационно опасных веществ и материалов; гидротехнические сооружения; транспортные средства; продуктоводы; места захоронения отходов токсичных и радиоактивных веществ; здания и сооружения, построенные с нарушением СНиП; военная деятельность и т. п.);

б) действие факторов риска (высвобождение энергии различных видов, а также токсичных, биологически активных или радиоактивных веществ в количествах или дозах, представляющих угрозу жизни и здоровью населения и загрязняющих окружающую среду);

в) экспозиция населения, а также среды его обитания (зданий, орудий труда, воды, продуктов питания и т. д.), способствующих повышению факторов риска.

В развитии ЧС любого типа можно выделить четыре характерные стадии:

а) первая - стадия накопления проектно-производственных дефектов сооружений (зданий, оборудования) или отклонений от норм (правил) ведения того или иного процесса. Иными словами, это стадия зарождения ЧС, которая может длиться сутки, месяцы, а иногда годы и десятилетия;

б) вторая - инициирование чрезвычайного события;

в) третья - процесс чрезвычайного события, во время которого происходит высвобождение факторов риска - энергии или вещества, оказывающих неблагоприятное воздействие на население и окружающую среду;

г) четвертая - стадия затухания, которая хронологически охватывает период от перекрытия (ограничения) источника опасности - локализации ЧС, до полной ликвидации ее прямых и косвенных последствий, включая всю цепочку вторичных, третичных и т. д. последствий. Продолжительность данной стадии может составлять годы, а то и десятилетия.

Принципы и способы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях

Основными принципами защиты населения в ЧС являются :

а) заблаговременная подготовка и осуществление защитных мероприятий на всей территории страны. Этот принцип предполагает прежде всего накопление средств защиты человека от опасных и вредных факторов и поддержания их в готовности для использования, а также подготовку и проведение мероприятий по эвакуации населения из опасных зон (зон риска);

б) дифференцированный подход к определению характера, объема и сроков проведения этих мероприятий. Дифференцированный подход выражается в том, что характер и объём защитных мероприятий устанавливается в зависимости от вида источников опасных и вредных факторов, а также от местных условий;

в) комплексность проведения защитных мероприятий для создания безопасных и здоровых условий во всех сферах деятельности человека в любых условиях обстановки. Данный принцип обуславливается большим разнообразием опасных и вредных факторов среды обитания и заключается в эффективном применении способов средств защиты от последствий стихийных бедствий, производственных аварий и катастроф, а также современных средств поражения, согласованном осуществлении их со всеми мероприятиями по обеспечению безопасности жизнедеятельности в современной техносоциальной среде.

В современных условиях безопасность жизнедеятельности при ЧС достигается путем проведения комплекса мероприятий, включающих три основных способа защиты:

а) эвакуация населения из мест (районов) где для них реально существует риск неблагоприятного воздействия опасных и вредных факторов;

б) использование населением средств индивидуальной защиты, а также средств медицинской профилактики;

в) применение коллективных средств защиты.

Наряду с этим для обеспечения безопасности жизнедеятельности населения в чрезвычайных условиях осуществляются:

- обучение населения действиям в ЧС;

- своевременное оповещение об угрозе и возникновении ЧС;

- защита воды, продуктов питания от заражения радиоактивными, токсичными и бактериальными веществами;

- радиационная, химическая и бактериологическая разведка, а также дозиметрический и лабораторный (химический и бактериологический) контроль;

- профилактические противопожарные, противоэпидемические и санитарно- гигиенические мероприятия;

- требуемые режимы работы и поведения населения в зонах риска;

- спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения;

- санитарная обработка людей, дегазация, дезактивация и дезинфекция материальных средств, одежды и обуви, зданий и сооружений.

Основные сценарии управления в чрезвычайных ситуациях

Опыт ликвидации последствий аварии на ЧАЭС, землетрясений в Армении показывает, что схема выхода из ЧС одинакова при всех её видах;

- создается правительственная комиссия;

- мобилизуются части и невоенные формирования гражданской обороны, армия, противопожарные подразделения, милиция, добровольцы, иногда без соответствующей подготовки и экипировки;

- путем героических усилий ликвидаторы добиваются определенной локализации аварии или катастрофы;

- предпринимаются первоочередные (далеко не исчерпывающие) меры по спасению населения и его жизнеобеспечению, в некоторой степени стабилизируется ситуация. При этом полная информация в масштабах катастрофы и величине потерь, особенно в первоначальный момент времени отсутствует или преуменьшается, в силу чего ресурсы, выделенные из центра, других государств, не могут компенсировать нанесенный ущерб. С течением времени негативные последствия ЧС накапливаются, а потребность в компенсационных ресурсах возрастает. В дальнейшем, формируется программа неотложной помощи, которая из-за недостатка ресурсов, отсутствия действенных механизмов реализации и контроля не выполняется в полном объеме.

Последствиями подобного сценария управления являются:

- углубления социальных конфликтов за счет накопления величины некомпенсируемого ущерба;

- рост недоверия масс к правящим структурам;

- деградация генофонда и пр.

В настоящее время подобный сценарий неприемлем, т. к. неспособность отдельных государств справиться с ликвидацией крупных ЧС неизбежно приведет к возникновению вторичных последствий.

Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера

Транспортные аварии

Отличительными особенностями транспортных аварий (катастроф) могут являться:

- удаление места катастрофы от крупных населенных пунктов, что усложняет сбор достоверной информации в первый период и объем оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- ликвидация пожаров (взрывов) на территории железнодорожных станций и узлов, связанная с необходимостью вывода железнодорожного состава с территории станции на перегоны, тупики и подъездные пути;

- необходимость использования тепловозов для рассредоточения составов на электрифицированных участках;

- затрудненность обнаружения возгорания в пути следования, отсутствие мощных средств пожаротушения;

- труднодоступность подъездов к месту катастрофы и затрудненность применения инженерной техники;

- наличие, в некоторых случаях, сложной медико-биологической обстановки, характеризующейся массовым возникновением санитарных и безвозвратных потерь;

- необходимость отправки большого количества пострадавших (эвакуация) в другие города в связи со спецификой лечения;

- трудность в определении числа пассажиров, выехавших из различных мест и оказавшихся в зоне аварии;

- организация отправки погибших к местам их захоронения в другие города;

- организация поиска останков погибших и вещественных доказательств путем прочесывания местности и т.д.

Внезапное обрушение сооружений и зданий

Этот тип аварий, как правило, происходит обычно не сам по себе, а инициируется каким- то побочным фактором. Например, большое скопление людей; активная производственная деятельность в разгар рабочего дня; проходящий подвижной состав и т. п.

В результате, эти чрезвычайные ситуации труднопредсказуемы и сопровождаются большими человеческими жертвами.

Аварии на электроэнергетических сетях

Подобные аварии приводят к ЧС, обычно, из-за вторичных последствий и при условии наложения на них каких- либо чрезвычайных условий. К особенно тяжелым последствиям приводят аварии на электроэнергетических сетях в зимнее время года, а также удаленных и труднодоступных районах.

Особенно характерны такие чрезвычайные ситуации для сельских районов или в особо холодные зимы из-за перегрузок энергосетей в связи с резким увеличением расхода энергии на обогрев.

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения

Подобные аварии происходят обычно в городах, где большое скопление людей, промышленных предприятий, установившийся ритм жизни. Поэтому любая подобная авария, даже устранимая и не всегда опасная, сама по себе может вызвать негативные последствия среди населения.

Аварии на очистных сооружениях

Опасность данного типа аварий обусловлена не только резким отрицательным воздействием на обслуживающий персонал и близлежащие населенные пункты, но и большими залповыми выбросами отравляющих, токсичных и просто вредных в больших количествах веществ в окружающую среду.

1. **Первая медицинская помощь**

Первая медицинская помощь оказывается непосредственно на месте поражения или вблизи от него с использованием табельных и подручных средств оказания помощи. Своевременно и правильно оказанная первая медицинская помощь спасает жизнь пораженному и предупреждает развитие неблагоприятных исходов. Она выполняется самим пораженным (самопомощь) или другим лицом (взаимопомощь). В связи с тем, что формированиям гражданской обороны для выдвижения в очаг требуется определенное время, своевременность оказания первой медицинской помощи пораженным может быть обеспечено в порядке само- и взаимопомощи. При организации первой медицинской помощи особое внимание необходимо обращать на своевременность ее оказания при травмах, сопровождающихся кровотечением, шоком, асфиксией, потерей сознания, отравлением окисью углерода, на уменьшение или полное прекращение воздействия на пострадавшего поражающих факторов РВ, ОВ и др., а также в подготовке пораженных к эвакуации.

В объеме первой медицинской помощи особое значение приобретает выполнение таких мероприятий, как остановка наружного кровотечения посредством тампонады раны подушечками перевязочного пакета, давящей повязки, наложения жгута (закрутка из подручных средств), введение обезболивающих средств, устранение асфиксии, проведение искусственного дыхания, непрямой массаж сердца с целью восстановления сердечной деятельности, закрытие раневой поверхности повязкой и др.

Учитывая сказанное, первая медицинская помощь должна быть оказана как можно раньше в порядке само- и взаимопомощи и личным составом гражданской обороны.

Для оказания первой медицинской помощи пораженным в составе спасательных (сводных) отрядов (команд) объектов гражданской обороны в очаг вводятся санитарные дружины. Командир отряда ставит им задачу, определяя место и время выполнения работы по оказанию пораженным первой медицинской помощи, выделяет из отряда носильщиков для выноса пораженных до места их погрузки на транспорт и осуществления погрузки.

Непосредственное руководство санитарной дружиной по вопросам оказания медицинской помощи осуществляет начальник МС ГО пострадавшего объекта через начальника медицинского пункта спасательного (сводного) отряда. Помощь им в этом осуществляет заместитель начальника отряда первой медицинской помощи (ОПМ) по массовым формированиям, который обеспечивает также пополнение санитарных дружин средствами оказания медицинской помощи.

Первая врачебная помощь.

Первая врачебная помощь - комплекс лечебно-профилактических мероприятий, выполняемых врачами на первом этапе медицинской эвакуации с целью устранения последствий поражения, непосредственно угрожающих жизни пораженного, предупреждения развития в дальнейшем раневой инфекции и подготовки пораженных к эвакуации. Ее оказывают врачи, имеющие общеврачебную подготовку, и врачи-хирурги общего профиля.

Оказание пострадавшим первой врачебной помощи в ближайшие часы с момента поражения прибывших в очаг отрядах первой медицинской помощи, сохранившихся в очаге лечебно-профилактических учреждений, обеспечит эффективную борьбу за спасение жизни большинству из них. Они явятся первым этапом медицинской эвакуации на пути выноса и вывоза пораженных за пределы очага массовых потерь, обеспечивающим первую врачебную помощь с выполнением хирургических вмешательств по неотложным жизненным показателям (окончательная остановка сердца и др.)

Наряду, с оказанием пораженным медицинской помощи по жизненным показателям им обеспечивается проведение мероприятий по подготовке эвакуации (исправление дефектов повязок, средств иммобилизации, введение обезболивающих и других лекарственных средств), а также по профилактике раневой инфекции (введение антибиотиков, противостолбнячной, противогангренозной сыворотки и др.). Первичную хирургическую обработку ран при отсутствии жизненных показателей целесообразно отсрочить под прикрытием антибиотиков, Местное применение антибиотиков в виде аэрозоля при лечении ран в 2,5 раза уменьшает вероятность возникновения раневой инфекции.

Первая врачебная медицинская помощь должна быть оказана как можно раньше с момента поражения.

Специализированная медицинская помощь.

Специализированная медицинская помощь - комплекс лечебно-профилактических мероприятий, выполняемых врачами-специалистами в лечебныхучреждениях МС ГО загородной зоны с использованием специального медицинского

оснащения и оборудования. Она является высшим видом медицинской помощи и ее оказанием завершается полный объем медицинской помощи, т.е. она носит исчерпывающий характер с последующим лечением пораженных до окончательного исхода.

Специализированная медицинская помощь в принятой системе лечебно-эвакуационного обеспечения организуется за пределами очага массового поражения в больницах МС ГО загородной зоны, развертываемых на базе лечебно-профилактических учреждений сельской местности и эвакуированных из города.

Медицинская эвакуация.

Этап медицинской помощи пострадавшему населению дополняется этапом медицинской эвакуации пораженных из очага чрезвычайной ситуации. Этапы медицинской помощи и этап медицинской эвакуации составляют лечебно-эвакуационные мероприятия медицинской защиты населения при чрезвычайной ситуации.

Медицинская эвакуация - это система мероприятий по эвакуации из районов (очагов) возникновения санитарных потерь пораженных (больных), нуждающихся в медицинской помощи и лечении за их пределами.

Медицинская эвакуация начинается с организованного вывоза и выноса пораженных с объектов (участков) поражений, из районов стихийных бедствий и крупных аварий, где обеспечивается оказание им первой медицинской помощи, и завершается с поступлением их в лечебные учреждения, оказывающие полный объем медицинской помощи и обеспечивающие окончательное лечение. Быстрая доставка пораженных на конечные этапы медицинской эвакуации является одним их главных средств достижения своевременности в оказании медицинской помощи и объединения рассредоточенных на местности во времени лечебно-эвакуационных мероприятий в одно целое. Наряду с этим эвакуация обеспечивает высвобождение от пострадавших работающих в очаге поражения медицинских формирований. В то же время любая транспортировка неблагоприятно влияет на состояние пораженных и течение патологического процесса.

В зависимости от условий для эвакуации пораженных используется специальный, приспособленный и неприспособленный автомобильный, железнодорожный, водный и авиационный транспорт, выделенный для этого начальниками гражданской обороны объектов народного хозяйства, районов, областей, краев, республик.

1. **Раны и кровотечения**

Крови мало опасность инфекции промываем и накладываем повязку

Пример: содрал коленку

для промывки годится любая бесцветная жидкость, которую можно пить

для повязки чистая (относительно) ткань

Крови много опасность кровопотери давящая повязка

Пример: чиркнул ножом по пальцу

если продолжает сочиться кровь, то накладываем еще повязку и сильнее прижимаем не снимаем уже пропитавшуюся повязку

Фонтан очень быстрая кровопотеря зажать артерию, жгут

Места пережатия артерий:

Нижняя треть плеча

Верхняя треть бедра

Правила наложения жгута

Жгут накладывается лишь в крайних случаях (фонтан), ибо он очень часто вызывает необратимые повреждения.

накладывается выше раны

накладывается на одежду (если одежды нет - подкладываем).

1 тур жгута - закрепляем, потом растягиваем и накладываем 3-4 тура

жгут накладывать быстро, снимать медленно, постепенно.

пишем дату и время наложения жгута на лбу (чем угодно)

время: зимой - 1 час, летом - 2 часа,

потом ослабить на 5-10 минут и наложить жгут чуть выше предыдущего места наложения

жгут должен быть виден!

проверить, что жгут наложен правильно - отсутствует пульс на конечности.

немедленно к врачу

Чего не делать

В рану не лезем руками!

Из раны ничего не достаем!

Не снимаем уже пропитавшуюся повязку

Что делать дальше

Доставить пострадавшего к врачу.

При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую

Инородное тело в ране

Если предмет торчит - максимально его фиксируем.

Повязку накладываем вокруг торчащего предмета.

Никогда, ничего из раны не достаем.

Носовое кровотечение

Обеспечение психофизиологического комфорта.

Голову слегка наклонить вперед, попросить пострадавшего поддержать её руками.

Прикладывать тряпочки к носу,

Холод на нос

Если через 10-15 минут не останавливается - вызвать "скорую".

Нельзя запрокидывать назад голову – возможна кровавая рвота.

Внутреннее кровотечение / Первая помощь

Вызвать "скорую",

Холод на область живота

Противошоковые меры

Транспортировать в сидячем положении

Признаки и симптомы внутреннего кровотечения

человек слабеет, боли может и не быть

бледность, холодный пот, озноб

«мушки перед глазами», головокружение

дыхание слабое, поверхностное

вздутый, твердый, болезненный при надавливании живот «поза эмбриона»

может быть синяк на животе.

Чего не делать!

не обезболивать!

не кормить

не поить

Проникающее ранение брюшной полости / Первая помощь

Закрываем рану

Относимся, как к внутреннему кровотечению.

Если выпали внутренние органы - аккуратно собираем в тряпочку или пакетик, приклеиваем пакет скотчем, пластырем или прибинтовываем, не пережимая. Кишки можно трогать - это безболезненно для пострадавшего. Повязку постоянно увлажнять – чтобы не ссохлись кишки.

Проникающее ранение грудной клетки / Первая помощь

Закрыть отверстие герметично

Холод приложить

не разрешать говорить

глубоко дышать

белая или кровавая пена изо рта

такая же на месте раны.

Пакет, кусок пластика приклеить скотчем или пластырем, проверить: если есть входное, то может быть и выходное отверстие (при огнестрельной ране может быть в 10 раз больше входного), если оно маленькое - можно заклеивать.

Рана на голове / Проникающее ранение головного мозга

Накладываем чистую повязку

Немедленно вызываем "скорую"

не промываем

не трогаем

Травматическая ампутация

Оторванную конечность положить в пакет, его во второй и охладить.

Контейнер отправить вместе с больным. Время - до 6 часов

Срочно «скорую»! Обязательно говорим, ампутация

Есть шанс пришить до локтя и до колена

Места, в Москве, где шьют: больницы 71, 6, 7, 1, ГКБ, Научный центр хирургии РАН (позвонить по дороге, договориться)

Синдром длительного сдавливания ( Crash синдром)

При попадании человека в завал.

Наложить жгут выше места прижатия и только потом освобождать.

Освободили – тугое бинтование конечности и снять жгут.

Обильное теплое питье

Противошоковые меры и срочная госпитализация.

Транспортировка пострадавшего

Оказывающий первую помощь должен прежде всего позаботиться о немедленном прекращении действия внешних повреждающих факторов и об удобстве пострадавшего. Его состояние не должно ухудшаться из-за небрежного обращения.

Когда можно переносить пострадавшего

Пострадавшего можно переносить лишь и том случае, если нет надежды на быстрое прибытие медицинской помощи или его нужно немедленно удалить из опасных для жизни условий. Вот примеры ситуаций, когда необходимо перенести пострадавшего в другое место.

Примеры

На дороге, с большим количеством проезжающих машин, которую нельзя перекрыть.

В опасном здании, если приближается огонь или может произойти обрушение.

В здании, наполненном газом или ядовитым дымом, например, СО в гараже.

Прежде чем транспортировать пострадавшего

Если пострадавшего необходимо перенести на другое место, попытайтесь, прежде всего, оценить природу и степень тяжести травм, особенно, если это касается травмы шеи и позвоночника. Осмотрите голову, шею, грудь и живот, все конечности, которые в случае повреждения следует поддерживать во время переноски.

Если травмы пострадавшего (который, тем не менее, находится в сознании и свободно дышит) показались вам серьезными, тогда старайтесь транспортировать его точно в такой же позе, в какой он находился.

Избегайте транспортировки пострадавшего с серьезной сдавливающей травмой - это может сильно ухудшить его состояние

Способы транспортировки (некоторые):

При любой транспортировке нужен командир. Командует тот, кто несет голову.

Пример: «Готовы? Поднимаем на счет «три». Итак, раз, два, три. Несем. Проходим в дверь, спиной друг к другу. Опускаем. Раз, два, три».

Руки спасателя подмышки к пострадавшему. Одна из рук спасателя берется за одну из рук пострадавшего, согнутую в локте и прижатую к груди пострадавшего. Большие пальцы снаружи.

Вдвоем – на скрещенных руках

Вдвоем - на стуле

Вчетвером на носилках, на щите, на одеяле (края закатать в тугой валик и за них нести), закатав пальто или куртку на груди вертикально в валик

"Нидерландский мост" (Перекладывание с травмой позвоночника) По классике - 8 человек, по 3 на каждую сторону, руки перекрещены, и один человек держит голову – руки под плечи, голова на сгиб локтя. (еще один работает с носилками). Приподнять, подсунуть носилки, опустить.

Шок / Противошоковые меры Первая помощь при шоке

Любое оказание первой помощи включает противошоковые меры:

успокоить, если в сознании

согреть – одеяло, теплая одежда (даже летом человеку станет холодно)

уложить на спину и приподнять ноги (если в сознании и нет травм головы, шеи и позвоночника)

дать теплое сладкое питье

следить за состоянием

Признаки и симптомы

1 фаза – возбуждение

лицо красное

больной мечется

кричит, матерится

пульс полный, 80-90

дыхание частое, глубокое

реакция неадекватная

2 фаза – торможение

лицо резко бледное

носогубный треугольник синий

озноб

вялость, сонливость

отсутствие движений

кожа конечностей холодная

пульс слабый

дыхание поверхностное

реакция неадекватная

Первая фаза шока обратима,

если шок в фазе торможения, то срочно нужен врач и медикаменты

Чего не делать

Не давать пить , если

серьезная травма головы

сердце болит

проникающее ранение брюшной полости (иначе дать теплое питье)

подозрение на внутреннее кровотечение.

Что делать дальше

Доставить пострадавшего к врачу. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Инсульт. Первая помощь при инсульте

Если Вы отметили у пострадавшего симптомы и признаки инсульта, немедленно вызывайте скорую и опишите симптомы прибывшим на место медикам.

Признаки и симптомы инсульта

При инсульте: улыбка кривая — одна из сторон лица плохо слушается человека, уголок губ не вверх, а вниз опущен, говорит, запинаясь, как пьяный, а руки поднимаются не на один уровень, рука с пораженной части всегда ниже.

язык кривой или неправильной формы и западает на одну или другую сторону

Запомните 3 основных приёма распознавания симптомов инсульта, так называемые «УЗП».

У — Попросите пострадавшего УЛЫБНУТЬСЯ.

З — Попросите его ЗАГОВОРИТЬ. Попросить выговорить простое предложение. Связно. Например: "За окном светит солнце"

П — Попросите его ПОДНЯТЬ обе руки.

При инсульте: улыбка кривая — одна из сторон лица плохо слушается человека, уголок губ не вверх, а вниз опущен, говорит, запинаясь, как пьяный, а руки поднимаются не на один уровень, рука с пораженной части всегда ниже.

Ещё один способ распознать инсульт помимо вышеупомянутых: попросите пострадавшего высунуть язык. И если язык кривой или неправильной формы и западает на одну или другую сторону, то это тоже признак инсульта.

Кардиологи уверяют, что каждый, кто прочтет этот текст и разошлет его 10 людям, может быть уверен, по крайней мере, одну жизнь он спас.

Чего не делать при инсульте

Не пытайтесь решить проблему своими силами

Что делать дальше при инсульте

Доставить пострадавшего к врачу. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Помните о том, что пострадавшего нужно поддерживать психологически.

Дополнительно про инсульт

ИНСУЛЬТ, внезапное расстройство функций головного мозга, вызванное нарушением его кровоснабжения. Термин "инсульт" (от лат. insultus — приступ) подчеркивает, что неврологические симптомы развиваются внезапно. В условиях прекращения притока кислорода нервные клетки гибнут в течение пяти минут. В зависимости от локализации очага поражения симптомами инсульта могут быть слабость, двоение в глазах, нарушение чувствительности, координации или речи, спутанность сознания. Инсульт называют также "острым нарушением мозгового кровообращения", "апоплексией", "ударом".

Как случается инсульт...

"Во время отдыха на природе, женщина споткнулась и упала – она заверила всех, что с ней все хорошо (друзья настаивали на вызове скорой помощи) и что она просто споткнулась о камень т.к. еще не привыкла к своей новой обуви. Друзья помогли ей отряхнуться и протянули ей новую тарелку с едой. Она продолжала наслаждаться отдыхом, несмотря на то, что она казалась немного взбудораженной...

А вечером позвонил ее муж и сообщил, что его жену забрали в больницу – (в 6 часов вечера ее не стало). Во время пикника у нее случился инсульт. Если бы ее друзья знали, как установить признаки инсульта, может, она была бы с нами сегодня.

Врач невролог в последствии заявил, что если бы он мог добраться до пострадавшего в течение трех часов, он бы мог полностью устранить последствия инсульта…полностью. Он также обратил внимание, что проблема в том, как установить инсульт, поставить правильный диагноз и затем доставить пострадавшего в течение 3 часов в медицинское учреждение для оказания помощи, что достаточно сложно осуществимо силами свидетелей происшествия. "

Обморок. Первая помощь

Укладываем, не даем упасть и удариться.

Поднимаем пострадавшему повыше ноги.

Расстегиваем тесную одежду.

Обеспечиваем приток свежего прохладного воздуха

Контролируем состояние

Вызываем Скорую помощь, если не очнулся через 10 минут

Признаки и симптомы

дурнота

бледность,

слабость,

зрачки расширены

медленно опускается на землю или падает

Длительность приступа - несколько десятков секунд.

Чего не делать

не поднимать в вертикальное положение

не стремиться привести в сознание

не давать нюхать нашатырный спирт

не давать пощечины

не брызгать водой

Что делать дальше

Обеспечиваем покой. Контролируем состояние пострадавшего.

Укусы змей, клещей, собак и других животных

Первая помощь при укусе змеи

Тугое бинтование выше места укуса, иммобилизация (шина),

Холод

Обильное питье.

Если стало плохо – вызываем рвоту.

Обязательно к врачу!

Не надо отсасывать, прижигать, накладывать жгут.

Первая помощь при укусе клеща

намазать маслом, жирной мазью, кремом

пинцетом, ниткой или пальцем выкручивать

если головка все-таки оторвалась, то извлекать ее как занозу, и дезинфицировать место укуса

показать врачу

Первая помощь при укусе собаки и других зверей.

Они могут болеть, потому надо найти их хозяина – выяснить про прививки.

Место укуса обработать как рану.

Показать врачу, даже если небольшой укус, и рассказать, кто укусил.

Признаки и симптомы

Тошнота, рвота

Холодный пот

Озноб

Судороги

Внезапная вялость

Сонливость

боль в месте укуса

Чего не делать

Не надо отсасывать, прижигать, накладывать жгут.

Что делать дальше

Доставить пострадавшего к врачу как можно быстрее. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Дополнительно

Последствия укуса ядовитого животного - это отравление организма. Поэтому также используйте советы из темы Отравления.

Места, где можно вакцинироваться против клещевого энцефалита.

В Москве:

Травмпункт при институте Склифосовского: 680-14-31, 280-67-22; дозвониться туда трудно. Платно можно получить иммуноглобулин по адресу: пер. Сивцев-Вражек, дом 41, тел. 241-89-46, 241-99-48 или на Погодинской улице д.22 тел 245-33-32 (это оптовый склад, поэтому здесь покупать надо на группу). (информация 2006г)

Острый живот Первая помощь

холод

голод

покой

скорейшая транспортировка к врачу

Очень опасное состояние! Может привести к необходимости серьезной операции.

Признаки и симптомы

Сильные боли в животе (язва, аппендицит, печеночная колика и др)

Напряженный живот,

Поза «эмбриона»

Слабость, озноб

Чего не делать

Греть живот

Давать пить или есть

Давать таблетки «от боли в животе»

Терпеть и надеяться «..что скоро пройдет»

Что делать дальше

Немедленно доставить пострадавшего к врачу. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Отравления Первая помощь

Дать 1-3 стакана теплой воды, чтобы снизить концентрацию токсинов

Вызвать рвоту: Дать 4-5 стаканов теплой воды, и надавить на корень языка (старше 6 лет) так до чистой воды.

Дать растолченный активированный уголь –1 табл. на 10 кг веса.

Положить в восстановительное положение, на бок. (что бы не захлебнулся рвотными массами)

Признаки и симптомы

Тошнота, рвота

Холодный пот

Озноб

Судороги

Внезапная вялость

Сонливость

Чего не делать

Не вызывать рвоту, если человек без сознания

Не вызывать рвоту у беременных,

Не вызывать рвоту, у тех, у кого слабое сердце и при судорогах

Не вызывать рвоту, при отравлении нефтепродуктами, кислотами, щелочью

Не давать газировку!

Не давать кислоту при отравлении щелочью и наоборот!!!

Что делать дальше

Когда после рвоты полегчает, укрыть и дать питье сладкое и с витаминами (чай с лимоном или апельсиновый и яблочный сок)

Дать адсорбенты. (растолченный активированный уголь, смекту и т.п.)

Вызывать врача – особенно к детям.

Желательно сохранить то вещество, чем отравился. Передать его врачу.

Переохлаждение. Первая помощь при переохлаждении

Остановиться и согреть

Не игнорировать, не пытаться дожать, не заставлять дойти из последних сил

Убрать поражающий фактор - в дом, в палатку, в спальник, в куртку вдвоем…

Медленно согревать (нельзя в горячую ванну)

Теплый спальник, теплое сладкое питье и еда.

Если потерял сознание - поместить в тепло или греть телом, человек должен быть в восстановительном положении. Вызвать скорую.

Признаки и симптомы

интенсивная дрожь

нарушение координации

затруднение речи

резкие перемены настроения, раздражительность переходит в апатию

замедление движений, редкое дыхание слабый пульс

потеря сознания

Чего не делать

растирать конечности пострадавшего

заставлять его энергично двигаться

пить спиртное (это вызывает потерю тепла и может привести к повторному переохлаждению)

класть пострадавшего в горячую ванну и применять грелки.

Что делать дальше

Отслеживать состояние пострадавшего не менее 6-12 часов. В случае ухудшения состояния доставить пострадавшего к врачу. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Дополнительно: Факторы риска

Температура ниже +15 С

Ветер

Усталость

Голод

Мокрая одежда

Пожилой или ослабленный болезнью человек

Обморожение / отморожение. Первая помощь при обморожении / отморожении

убрать с холода (на морозе растирать и греть бесполезно и опасно)

закрыть сухой повязкой (для уменьшения скорости отогревания)

медленное согревание в помещении

обильное теплое и сладкое питье (согреваем изнутри)

Признаки и симптомы обморожения

потеря чувствительности

ощущение покалывания или пощипывания

побеление кожи - 1 степень обморожения

волдыри - 2 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов)

потемнение и отмирание - 3 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов)

Чего не делать при обморожении

игнорировать

растирать (это приводит к омертвению кожи и появлению белых пятен на коже)

резко согревать

пить спиртное

Что делать дальше

Отслеживать общее соcтояние и место обморожения в течении суток.

Доставить пострадавшего к врачу.

если 2-3 степень обморожения

если обморожение у ребенка или старика

если обморожение больше ладони пострадавшего

Дополнительно: из БСЭ

Отморожение / обморожение, холодовая травма, повреждение тканей организма в результате действия холода. Чаще возникает отморожение нижних конечностей, реже - верхних конечностей, носа, ушных раковин и др. Иногда обморожение наступает при небольшом морозе (от -3 до -5 град. С) и даже при плюсовой температуре, что обычно связано с понижением сопротивляемости организма (потеря крови при ранении, голод, опьянение и т.п.). Возникновению обморожения способствуют ветреная погода и повышенная влажность воздуха.

На холодовое воздействие организм реагирует рефлекторным спазмом периферических кровеносных сосудов. Кроме того, холод действует на ткани непосредственно, понижая их температуру и нарушая местный обмен веществ; развивающиеся изменения тканей зависят от длительности и интенсивности воздействия холода. Различают 4 степени отморожения. При отморожении. 1-й степени покраснение соответствующего участка тела сменяется его побледнением; исчезает чувствительность, иногда появляется ощущение покалывания или пощипывания; после отогревания пораженный участок кожи краснеет и припухает, отмечается небольшая боль, жжение, через 2-3 сут все симптомы полностью исчезают. При отморожении 2-й степени возникают более выраженные расстройства кровообращения, однако изменения в сосудах обратимы; кожа резко бледнеет, при отогревании приобретает багровую окраску, отечность распространяется дальше отмороженных участков, появляются пузыри со светлой или кровянистой жидкостью. При длительном охлаждении или действии очень низких температур возникает обморожение 3-й степени: резко нарушается кровообращение, кожа после отогревания становится сине-багровой, иногда чёрной, пузыри заполнены кровяной жидкостью темно-бурого цвета; в первые дни на участке обморожения обнаруживается полная потеря чувствительности, затем появляются сильные боли. Отморожение 4-й степени сопровождается омертвением не только мягких тканей, но и костей.

Ожоги термические Первая помощь

Убрать поражающий фактор!

Охладить место ожога

1 и 2 степень - охлаждать проточной водой 10 - 15 мин

3 и 4 - чистая влажная повязка, потом охладить с повязкой в стоячей воде

закрыть влажной повязкой

покой и противошоковые меры

Признаки и симптомы

Боль

Покраснение кожи - 1 степень

появились волдыри - 2 степень

рана - волдыри лопнули - 3 степень

обугливание и отсутствие чувствительности - 4 степень

Чего не делать

Смазывать маслом, кремом, мазью, белком и т.п., наносить пену (пантенол) на только что обожженное.

Отрывать прилипшую одежду.

Прокалывать пузыри.

Мочиться (писать) на ожог

Что делать дальше

Снять все вещи с обожженного участка тела: одежду, пояс, часы, кольца и прочие вещи. Прилипшую одежду отрезать вокруг, нельзя отрывать от ожога.

Вызываем скорую если:

площадь ожога больше 5 ладоней пострадавшего

ожог у ребенка или пожилого человека

ожог 3ей степени

обожжена паховая область

обожжен рот, нос, голова, дыхательные пути

обожжены две конечности

Травмы. Первая помощь при травме

В случае открытого перелома, сначала относимся как к ране, потом как к травме.

Так как мы не дядюшка Рентген, то к перелому, вывиху, растяжению, ушибу и т.п. относимся как к перелому.

Иммобилизация.

Правило буквы Zю. Фиксировать надо в том положении, в котором находится деформированная конечность.

Шина накладывается так, чтобы зафиксировать сустав до и после перелома

Подручные материалы пенка, картон, создаем подобие коробки, пустые места забиваем тряпками.

Фиксируем в плоскости перелома.

Вывих не вправляем, относимся, как к перелому.

Возможна большая кровопотеря.

Для уменьшения боли нужно приложить холод (актуально первые 6 часов после травмы, потом – уже не нужно). Холод наложить на 15 минут, снять на 5 минут и положить еще на 15 минут, если боль усиливается. Лед на голое тело не класть – завернуть в тряпку

Признаки и симптомы

боль,

опухоль,

неестественное положение конечности,

кровь,

нарушение подвижности

Чего не делать

Не пытайтесь придать конечности естественное положение.

Что делать дальше

Доставить пострадавшего к врачу.

При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую.

Осмотр места происшествия при ДТП

Личная безопасность

1. перекрыть место аварии знаком + своим автомобилем со стороны движения (обезопасить место);

1.1 осмотреться на предмет собственной безопасности.

Оценка безопасности места происшествия (огонь, дым, ток, едущие машины, падение предметов, осколки стекла и др.)

2. обойти (осмотреть) повреждённый автомобиль на предмет:

2.1. разлитие топлива (значительного, в подкапотном пространстве, то есть,- с угрозой

возгарания)

2.2. неустойчивость положения (возможность падения, опрокидывания, затопления,

падения предметов НА авто)

2.3. определение направления удара (оценка потенциально возможных травм, наличия

зажатия)

2.4. количество пострадавших

2.5. срабатывание подушек и занавесок безопасности

2.6. дополнительные опасности

3. отключить аккумулятор(ы), если возможно, + засыпать песком разлив ГСМ (если необходимо);

Безопасность пострадавшего

4. открыть двери (какие откроются, но цель - двери возле пострадавших. В

ОКНА НЕ ПРОСОВЫВАТЬСЯ!!! Подушками безопасности может просто убить! -

осмотреть пострадавших снаружи.

5. если нет пп.2.1. и 2.2. и 2.6 вызвать "03", при зажатии - и спасателей (можно через "01")

если пп.2.1. и 2.2. и 2.6 развиваются (появился дым и огнетушитель не помог, машина сползает с обрыва, тонет и т.п.) - извлечь пострадавших быстро, не располагаясь между грудью пострадавшего и передней панелью (торпедой) (см.п.4!!!), максимально возможно бережно относясь к бёдрам-тазу-спине-шее,

уложить на что-то и укрыть (чтоб это тело не мёрзло на землице сырой).

6. С мотоциклиста шлем снимаем только в случае видимого серьезного повреждения/кровотечения, которое необходимо остановить. Во всех остальных случаях шлем не снимаем! - это будут делать специалист

1. **Действия населения на льду**

чрезвычайная ситуация помощь опасность заражение

Как определить состояние безопасности льда. Один из опознавательных признаков прочности льда - его цвет. Во время оттепели или дождей лед становится белым (матовым), а иногда и желтоватым (значит он не прочен). Надежный ледяной покров имеет синеватый или зеленоватый оттенок. Обязательные правила для любителей подледного лова:

- Не пробивать рядом много лунок;

- Не собираться большими группами в одном месте;

- Не пробивать лунки на переправах

Как действовать при проваливании людей и техники под лед?! Если вы провалились на льду:

1. Широко раскиньте руки по кромке льда и постарайтесь удержаться от погружения с головой.

2. Действуйте решительно, не паникуйте: и до вас многие попадали в такую ситуацию.

3. Старайтесь не обламывать кромку; без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно выталкивая на поверхность ноги. Здесь главное - занять как можно большую площадь опоры.

4. Выбравшись из пролома, откатитесь, а затем ползите в сторону, откуда шли (и где прочность льда таким образом проверена).

5. Несмотря на то, сырость и холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.

6. На берегу в безопасном месте, некоторое время катайтесь на снегу в мокрой одежде, т.к. сухой снег впитывает влагу как губка.

7. Действуя по обстановке, найдите место для обогрева и просушки одежды.

Если на ваших глазах человек провалился под лед:

1. Немедленно крикните, что идете на помощь.

2. К полынье приближайтесь только ползком, широко раскинув руки.

3. По возможности положите под себя лыжи, доску, фанеру - для увеличения площади опоры и ползите на них.

4. Не подползайте к самому краю льда - провалитесь сами.

5. Не доползая до полыньи, протяните пострадавшему шест, ремни, шарфы, любую доску или жердь, санки лыжи и т.п. Бросать связанные ремни, шарфы, или доски нужно за 3-4 метра до кромки льда.

Если вы с машиной провалились под лед:

1. Некоторое время машина может держаться на плаву и у вас есть несколько секунд, чтобы из нее выскочить.

2. Если вы не успели покинуть автомобиль и он погрузился под воду не открывайте двери, так как тут же хлынет вода внутрь и машина начнет резко погружаться.

3. При погружении на дно с закрытыми окнами и дверьми воздух в салоне автомобиля держится несколько минут, это немало.

Есть возможность: а) оценить обстановку; б) активно провентилировать легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом "впрок"); в) избавиться от лишней одежды; г) мысленно представить себе путь наверх; д) выбирайтесь через дверь или окно (если сможете через опущенное стекло), протиснетесь наружу, взявшись руками за крышу, подтянитесь, а затем резко плывите вверх.

4. Выбирайтесь наружу, когда машина наполнится водой наполовину, т.к. если резко распахнуть дверь и попытаться тут же выбраться, вам будет мешать поток, идущий в салон.

5. Выбравшись из машины, имейте в виду, что у вас есть 30 - 40 секунд для поднятия на поверхность. Как себя вести при отрыве льдины с людьми.

При отрыве льдины с находящимися на ней людьми следует:

1. Сосредоточиться на середине льдины, а лучше на ледяном торосе (торос имеет наибольшую толщину); все имеющие вещи распределите равномерно по льдине. Ни в коем случае не находитесь и не подходите к ее краям.

2. Используйте имеющиеся полиэтиленовые пленки, чехлы, мешки, плащи, палатки для защиты тела от переохлаждения.

3. Среди группы находящейся на льдине выберите человека трезво мыслящего, обладающего хладнокровием, умеющего разговаривать с людьми.

4. Имеющиеся продукты питания, воду сосредоточьте в одном месте, выбрав для этой цели ответственного.

5. Не теряйте рассудок, не поддавайтесь страху и паническим настроениям, верьте, что помощь обязательно придет.

6. Для подачи сигнала бедствия можно использовать: А) зеркало (в солнечную погоду); Б) флаг изготовленный из подручных средств. Махать им над головой при визуальном наблюдении людей на берегу и при появлении различного вида транспорта (корабль, вертолет, самолет); В) изготовьте импровизированный факел или разожгите костер из имеющегося материала, предварительно изготовив решетку.

Если вы увидели льдину и людей на ней следует:

При наличии плавательных средств используйте их для снятия потерпевших с льдины с соблюдением мер безопасности. Если плавательные средства отсутствуют, запомните время, направление ветра, место нахождения льдины и сообщите срочно оперативному дежурному МЧС по телефону 01.

1. **Действия населения при бытовых отравлениях, пожарной опасности и в других ситуациях**

1. Разлив ртути из поврежденных бытовых приборов (градусник и т.п.):

- Удалить всех посторонних из помещения;

- Открыть двери, окна для проветривания;

- Надеть ватно - марлевую повязку, резиновые перчатки;

- Собрать ртуть (скребком, щеткой, пылесосом, спринцовкой);

- Очищенное от ртути место промыть горячей мыльной (порошковой, стиральной) жидкостью или крутым раствором марганцовки;

- После уборки руки вымыть с мылом горячей водой;

- При ухудшении состояния здоровья обратиться к врачу.

2. Отравление бытовыми препаратами (аммиачная вода, нашатырный спирт, стиральный порошок, препараты для мытья посуды, ванн, стекол и т.д.):

- Сообщить врачу и вывести пострадавшего на свежий воздух, снять загрязненную одежду, тепло одеть его в незараженную одежду;

- При попадании на кожу препаратов бытовой химии смыть их обильной струей воды в течении 5-7 минут;

- При попадании в глаза промыть их струей воды в течении 10-30 минут, закапать 30% раствором альбуцида или чайной заварки;

- При попадании внутрь дать выпить 1-2 стакана молока или холодной воды, употребить в пищу растительное масло.

3. При отравлении растительным ядом (ядовитые грибы, ягоды, растения и т.п.):

- Дать пострадавшему выпить 1-2 стакана воды (на стакан воды добавить 1/2 чайной ложки поваренной соли);

- Вызвать рвоту;

- Повторить эту процедуру 5-6 раз, после чего пострадавший должен съесть 100 грамм черных сухарей или принять 3-4 таблетки активированного угля;

- Принять слабительное (сернокислый натрий или сернокислую магнезию 30-50 грамм, разведенные в 1/2 стакане воды);

- При возбуждении наложить на голову холодный компресс, остаться в постели;

- При обмороке положить пострадавшего (если сидя, то опустить голову вниз), ноги приподнять. Дать выпить крепкого теплого чая;

- При остановке дыхания и сердца делать искусственное дыхание;

- Немедленно сообщить врачу.

4. Отравление угарным газом:

- Немедленно открыть окна, двери или вывести пострадавшего из помещения на свежий воздух;

- Положить холодный компресс на голову;

- Спрыснуть лицо холодной водой;

- Сообщить врачу и по возможности дать пострадавшему понюхать нашатырный спирт.

5. При пожаре Возгорание в помещении:

Если очаг незначителен:

- Приступить к немедленному его тушению водой, использовать также плотную мокрую ткань, мешковину, брезент и т.п.;

- Горящие занавески, гардины, шторы сорвать и тушить на полу;

- При пожаре не открывать окна и двери.

При сильном пожаре:

- Сообщить в пожарную охрану;

- Эвакуировать всех людей из здания;

6. Загорелся телевизор:

- Выключить телевизор из сети;

- Накрыть телевизор плотной тканью;

- Эвакуировать из помещения людей;

ЗАПРЕЩАЕТСЯ ТУШИТЬ ГОРЯЩИЙ ТЕЛЕВИЗОР ВОДОЙ!

7. Если заблудились в лесу:

- Немедленно остановиться и думать только об одном: как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь.

- Выйти к людям помогают:

- солнце; - звуки (работа трактора, движение автотранспорта, лай собаки); - запах дыма; - муравейник (к югу от дерева, к югу более пологий склон); - мох (растет на северной стороне дерева); - годовые кольца на спине пня (с южной стороны толще);

- Громко звать на помощь.

8. При жажде:

- Воду из реки, ручья или озера внимательно посмотреть на отсутствие посторонних запахов, цвета;

- Прокипятить 10 минут (или бросить несколько кристаллов марганцовки, пить через 10-15 минут; или размешать йод - две чайные ложки настойки на ведро, добавить три щепотки соли, пить через 20 минут).

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

ПОРАЖЕНИЕ ЭЛЕКТРОТОКОМ:

- отключить источник электроэнергии;

- оттащить пораженного от источника электроэнергии, используя для этого не проводящие ток предметы (сухая доска, палка, одежда, кусок стекла, резина);

- вызвать скорую помощь;

- оказать первую медицинскую помощь до прибытия врача;

- сделать пораженному (если он не дышит) искусственное дыхание. ЗАПРЕЩАЕТСЯ ПРИКАСАТЬСЯ РУКАМИ (НОГАМИ, ТЕЛОМ) К ОГОЛЕННЫМ ПРОВОДАМ И ПОДХОДИТЬ БЛИЖЕ 10 МЕТРОВ К ОБОРВАННОМУ КОНЦУ.

ОЖОГИ ОТ ОГНЯ И ЭЛЕКТРИЧЕСТВА:

- наложить стерильную повязку на пораженный участок тела;

- завернуть пострадавшего в чистую простыню, укутать потеплее, дать выпить 2 таблетки анальгина, создать покой;

- на обожженные глаза сделать примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды - половина чайной ложки борной кислоты);

- не поливать обожженные участки тела водой;

- вызвать скорую помощь (врача).

ОЖОГИ ХИМИЧЕСКИМИ ВЕЩЕСТВАМИ:

- промыть пораженный участок тела большим количеством чистой воды;

- вызвать врача (скорую помощь);

- обработать пораженный участок кожи нейтрализирующими растворами:

при ожогах щелочами - борной кислотой (на 1 стакан воды - 1 чайная ложка борной кислоты);

при ожогах кислотами - питьевой содой (на 1 стакан воды - 1 чайная ложка питьевой соды).

1. **Действия населения при землетрясении**

Землетрясение - это подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней мантии и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний. Точку в земной коре, из которой расходятся сейсмические волны, называют гипоцентром землетрясения. Место на земной поверхности над гипоцентром землетрясения по кратчайшему расстоянию называют эпицентром.

Интенсивность землетрясения оценивается по 12-ти бальной сейсмической шкале, для энергетической классификации землетрясений пользуются магнитудой. Условно землетрясения подразделяются на слабые (1 - 4 балла), сильные (5 - 7 баллов) и разрушительные (8 и более баллов). При землетрясениях лопаются и вылетают стекла, с полок падают лежащие предметы, шатаются шкафы, качаются люстры, с потолка осыпается побелка, а в стенах и потолках появляются трещины. Все это сопровождается оглушительным шумом.

После 10 - 20 минут тряски подземные толчки усиливаются, в результате чего происходят разрушения зданий и сооружений. Всего десяток сильных сотрясений разрушает все здание. В среднем землетрясение длится 5 – 20 сек. Как подготовиться к землетрясению Заранее продумайте план действий во время землетрясения при нахождении дома, на работе в кино, театре, на транспорте и на улице.

Разъясните членам своей семьи, что они должны делать во время землетрясения и обучите их правилам оказания первой медицинской помощи. Держите в удобном месте документы, деньги, карманный фонарик. Уберите кровати от окон и наружных стен. Закрепите шкафы, полки и стеллажи в квартирах. Не следует ставить тяжелые предметы на верхние полки и антресоли. Опасные вещества (ядохимикаты, легковоспламеняющиеся жидкости) храните в надежном, хорошо изолированном месте. Как действовать во время землетрясения?

Ощутив колебания здания, увидев качание светильников, падение предметов, услышав нарастающий гул и звон бьющегося стекла, не поддавайтесь панике (от момента, когда Вы почувствовали первые толчки, до опасных для здания колебаний у Вас есть 15 - 20 секунд). Быстро выйдите из здания. Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не на лифте. Оказавшись на улице - оставайтесь там, но не стойте в близи зданий, а перейдите на открытое пространство.Если Вы вынуждено остались в помещении, то встаньте в безопасном месте: у внутренней стены, в углу, во внутреннем стенном (дверном) проеме или у несущей стены. Держитесь подальше от окон и тяжелой мебели. Если с Вами дети - укройте их собой. Держитесь в стороне от нависающих балконов, карнизов, парапетов, опасайтесь оборванных проводов. Если Вы находитесь в автомобиле, оставайтесь на открытом месте, но не покидайте автомобиль, пока толчки не прекратятся.

Будьте в готовности к оказанию помощи при спасении других людей. Как действовать после землетрясения Окажите первую помощь нуждающимся. Освободите попавших в легкоустранимые завалы. Будьте осторожны! Обеспечьте безопасность детей, больных, стариков. Успокойте их. Включите радиотрансляцию (при отсутствии электричества радио - это единственный способ оповещения населения в помещениях). Подчиняйтесь указаниям местных властей, штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия. Проверьте, нет ли повреждений электропроводки. Устраните неисправность или отключите электричество в квартире. Помните, что при сильном землетрясении электричество в городе отключается автоматически. Спускаясь по лестнице, будьте осторожны, убедитесь в ее прочности. Не подходите к явно поврежденным зданиям, не входите в них. Будьте готовы к сильным повторным толчкам, так как наиболее опасны первые 2 - 3 часа после землетрясения. Не входите в здания без крайней нужды. Не выдумывайте и не передавайте никаких слухов о возможных повторных толчках. Пользуйтесь официальными сведениями. Если Вы оказались в завале, оцените обстановку. Постарайтесь установить связь с людьми, находящимися вне завала (голосом, стуком). Экономьте силы. Человек может обходиться без пищи более полумесяца.

1. **Действия населения при наводнении**

При медленном подъеме воды. Что делать при угрозе наводнения в предполагаемой зоне затопления?

1. Работу предприятий, организаций, школ и дошкольных учреждений прекратить.

2. Детей отправить по домам или перевести в безопасное место.

3. Домашних животных и скот перегнать на возвышенные места.

Что делать если ваш дом попал в объявленный район затопления?

1. Отключить воду и электричество, погасить огонь в печах.

2. Перенести продовольствие, ценные вещи, одежду, обувь на верхние этажи зданий, на чердаки, а по мере подъема воды и на крыши.

3. Постарайтесь собрать все, что может пригодиться: плавсредства, спасательные круги, веревки, лестницы, сигнальные средства.

Если вы получили сигнал предупреждения об эвакуации:

1. Соберите трехдневный запас питания (возьмите энергетические ценные и детские продукты питания: шоколад, молоко, воду и т.п.).

2. Подготовьте теплую практичную одежду.

3. Подготовьте аптечку первой помощи и лекарства, которыми вы обычно пользуетесь.

4. Заверните в непромокаемый пакет паспорт и другие документы.

5. Возьмите с собой туалетные принадлежности и постельное белье.

6. При наличии времени забейте окна и двери.

7. Возле входа в погреб соорудите земляной вал, препятствующий проникновению воды.

8. При необходимости для эвакуации людей и сельскохозяйственных животных используйте автотранспорт и плавсредства, подручные средства (столы, шины, спасательные пояса).

При резком подъеме уровня воды. Что делать, если начался резкий подъем воды?

1. Как можно быстрее занять ближайшие безопасное возвышенное место (верхние этажи здания, крыша здания) и быть готовым к организованной эвакуации по воде с помощью различных плавсредств или пешим порядком по бродам.

2. Не следует поддаваться панике. Не терять самообладание и принять меры по позволяющие спасателям своевременно обнаружить наличие людей, отрезанных водой и нуждающихся в помощи.

3. Применять для самоэвакуации по воде различные плавсредства (лодки, катера, плоты из бревен и других плавучих материалов, бочки, щиты, двери обломки деревянных заборов, столбы, автомобильные камеры, пенопласт и другие).

4. Прыгать в воду с подручными средствами спасения можно лишь в самом крайнем случае, когда нет надежды на спасение.

5. Оказавшись во время наводнения в поле, лесу, нужно занять более возвышенное место, забраться на дерево.

Что делать, если вы обнаружили пострадавших при наводнении?

1. Заметив пострадавших на крышах зданий, возвышенных местах, деревьях, необходимо срочно сообщить органам местного самоуправления об этом.

2. При наличии плавсредств принять меры к спасению пострадавших при наводнении.

3. При отсутствии плавсредств необходимо соорудить простейшие плавучие средства из подручных материалов (бревен, досок, автомобильных камер, бочек, бидонов и т.п.) и принять меры к спасению пострадавших.

СМЕРТЬ ОТ ХОЛОДА - это одна из главных причин, по которой происходит уход из жизни людей, попавших в воду. Потеря тепла телом при непрерывном охлаждении организма до температуры ниже 350С приводит к гипотермии, а если этот процесс оказывается необратимым, то он может привести к смерти.

Поскольку вода является проводником тепла в 25 раз большим, чем воздух, потерпевший погруженный в воду охлаждается гораздо быстрее. Наиболее эффективным способом согревания человека, находящегося в гипотермии, является общий обогрев (теплый душ, сауна, общий электрообогрев, теплая сухая одежда, горячее питье). При этом наиболее эффективными средствами являются обогрев области груди и спины.

1. **Действия населения при лесных пожарах**

ПОЖАРЫ В ЛЕСАХ И НА ТОРФЯНИКАХ

Массовые пожары в лесу и на торфянике могут возникнуть в жаркую и засушливую погоду от ударов молнии, неосторожного обращения с огнем, очистки поверхности земли выжигом сухой травы и других причин. Пожары могут вызвать возгорание зданий в населенных пунктах, деревянных мостов, линий электропередачи и связи на деревянных опорах, складов нефтепродуктов и других сгораемых материалов, а так же поражение людей и сельскохозяйственных животных.

Наиболее часто в лесных массивах возникают низовые пожары, при которых кустарничковый покров, валежник, корневища деревьев и т.п.. В засушливый период при ветре могут возникнуть верховые пожаре, при которых огонь распространяется так же и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород. Скорость распространения низового пожара от 0,1 до 3 м/мин., а верхового - до 100 м/мин по направлению ветра. При горении торфа и корней растений могут возникать подземные пожары, распространяющиеся в разные стороны. Торф может самовозгораться и гореть без доступа воздуха и даже под водой. Над горящими торфяниками возможно образование "столбчатых завихрений" горячей золы и горящей торфяной пыли, которые при сильном ветре могут переноситься на большие расстояния и вызывать новые загорания или ожоги у людей и животных.

ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Для защиты населения и снижения ущерба при массовых пожарах заблаговременно проводятся мероприятия по прокладыванию и расчистке просек и грунтовых полос шириной 5-10м. в сплошных лесах и до 50м. в хвойных лесах. В населенных пунктах устраиваются пруды и водоемы, емкость которых принимается из расчета не менее 30м3 на 1 га площади поселка или населенного пункта. При пожарах в лесах и на торфяниках в населенных пунктах организуется дежурство противопожарных звеньев для наблюдения пожарной обстановке в лесах, вблизи населенных пунктов; производится расчистка грунтовых полос между застройкой и примыкающими лесными массивами; заполняются пожарные водоемы из расчета не менее 10 литров воды на 1м длинны лесной опушки, примыкающей к границам застройки населенных пунктов и дачных поселков; восстанавливаются колодцы и пруды; изготавливаются ватно -марлевые повязки, респираторы и другие средства защиты органов дыхания; ограничивается режим посещения лесов в засушливый период лета (особенно на автомобилях).

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ ВБЛИЗИ ОЧАГА ПОЖАРА В ЛЕСУ ИЛИ НА ТОРФЯНИКЕ

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 по близости 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-марлевую повязку или тряпку. После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению.

Знайте сигналы оповещения о приближении зоны пожара к населенному пункту и принимайте участие в организации тушения пожаров. 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. При тушении торфяного пожара учитывайте, что в зоне горения могут образоваться глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, предварительно проверив глубину выгоревшего слоя.

1. **Действия населения при снежных заносах**

СНЕЖНЫЕ ЗАНОСЫ И МЕТЕЛИ

Снежный занос - это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительности снегопада более 12 часов. Метель - перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и общую метель.

При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее выпадавшего снега, при общей метели, наряду с перераспределением, происходит выпадение снега из облаков. Их опасность для населения заключается в заносах порог, населенных пунктов и отдельных зданий.

Высота заносов может быть более 1 м, а в горных районах до 5-6 м. Возможно снижение видимости на дорогах до 20-50 м, а также частичное разрушение легких зданий и крыш, обрыв воздушных линий электропередачи и связи.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К МЕТЕЛЯМ И ЗАНОСАМ

Если вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами.

Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком. Включите радиоприемники и телевизоры - по ним может поступить новая важная информация. Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии. Перейдите из легких построек в более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда вы идете и когда вернетесь. В автомобиле можно двигаться только по большим догам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле.

При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом. Если вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми вам людьми, так как во время стихийного бедствия резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

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

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

В отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растирев сухой мягкой тканью, затем поместите ее в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40-45 градусов. Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите рукой (ногу) насухо, наденьте носки (перчатки) и, по возможности, обратитесь к хирургу.

1. **Действия населения при гололеде**

ГОЛОЛЕД - это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от О°С до минус 3°С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

ГОЛОЛЕДИЦА - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ГОЛОЛЕДУ (ГОЛОЛЕДИЦЕ)

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте мало скользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

1. **Действия населения при ураганах, бурях**

УРАГАН - это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч, а в приземном слое -до 200 км/ч. БУРЯ - длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/с. наблюдается обычно при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше. Опасность для людей при таких природных явлениях заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередачи и связи, наземных трубопроводов, а также поражении людей обломками разрушенных сооружений, осколками стекол, летящими с большой скоростью. Кроме того, люди могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий. При снежных и пыльных бурях опасны снежные заносы и скопления пыли ("черные бури") на (полях, дорогах и населенных пунктах, а также загрязнение воды. Основными признаками возникновения ураганов и бурь являются: усиление скорости ветра и резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение снега и грунтовой пыли.

Если Вы проживаете в районе, подверженном воздействию ураганов, ознакомьтесь с:

- сигналами оповещения о приближающемся данном стихийном бедствии;

- способами зашиты людей и повышения устойчивости зданий (сооружений) к воздействию ураганного ветра и штормового нагона воды;

- правилами поведения людей при наступлении ураганов, снежных и песчаных бурь;

- способами и средствами ликвидации последствий ураганов, штормового нагона воды, снежных и песчаных бурь, а также приемами оказания помощи пострадавшим, оказавшимся в завалах разрушенных зданий и сооружений;

- местами укрытия в ближайших подвалах, убежищах или наиболее прочных и устойчивых зданиях членов вашей семьи, родственников и соседей;

- путями выхода и районами размещения при организованной эвакуации из зон повышенной опасности;

- адресами и телефонами управления ГО и ЧС, администрации и комиссии по чрезвычайным ситуациям Вашего населенного пункта.

После получения сигнала о штормовом предупреждении приступайте к:

- укреплению крыши, печных и вентиляционных труб;

- заделыванию окон в чердачных помещениях (ставнями, щитами из досок или фанеры);

- освобождению балконов и территории двора от пожароопасных предметов;

- к сбору запасов продуктов и воды на 2-3 суток на случай эвакуации в безопасный район, а также автономных источников освещения (фонарей, керосиновых ламп, свечей);

- переходите из легких построек в более прочные здания или в защитные сооружения гражданской обороны.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ УРАГАНА, БУРИ

Если ураган (буря) застал Вас в здании, отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ванных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, закройте краны на газовых сетях. В темное время суток используйте фонари, лампы, свечи; включите радиоприемник для получения информации управления ГО и ЧС и комиссии по чрезвычайным ситуациям; по возможности, находитесь в заглубленном укрытии, в убежищах, погребах и т. п. Если ураган или буря застали Вас на улицах населенного пункта, держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства. Старайтесь быстрее укрыться в подвалах, погребах и противорадиационных укрытиях, имеющихся в населенных пунктах. Не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра. При снежной буре укрывайтесь в зданиях. Если вы оказались в поле или на проселочной дороге, выходите на магистральные дороги, которые периодически расчищаются и где большая вероятность оказания Вам помощи. При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза очками.

1. **Памятка населению по действиям в условиях возможного биологического заражения**

ЗНАЙТЕ!

В результате применения биологического оружия возможны массовые заболевания особо опасными инфекционными болезнями людей (чума, холера, натуральная оспа, сибирская язва) и животных (чума крупного рогатого скота, ящур, сап, сибирская язва и др.), а также поражение сельскохозяйственных культур на больших площадях. В целях предупреждения распространения биологического заражения и ликвидации возникшего очага поражения проводится комплекс изоляционно-ограничительных мероприятий.

ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИЙ

Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные микроорганизмы (бактерии, риккетсии, вирусы, грибки) и вырабатываемые некоторыми из них яды (токсины). Они могут попасть в организм человека при работе с зараженными животными, загрязненными предметами - через раны и трещины на руках, при употреблении в пищу зараженных продуктов питания и воды, недостаточно обработанных термически, воздушно-капельным путем при вдыхании.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

От биологического оружия защищают убежища и противорадиационные укрытия, оборудованные фильтровентиляционными установками, средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, а также специальные средства противоэпидемической защиты: предохранительные прививки, сыворотки, антибиотики.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Нельзя без специального разрешения покидать местожительство. Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте места большого скопления людей. Дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам семьи. Если она повысилась и вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате или отгородитесь ширмой. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение. Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях. Обязательно проводите ежедневную влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов. Мусор сжигайте. Уничтожайте грызунов и насекомых - возможных переносчиков заболеваний. Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены. Тщательно, особенно перед приемом пищи, мойте руки с мылом. Воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую. Сырые овощи и фрукты после мытья обдавайте кипятком. При общении с больным надевайте халат, косынку и ватно-марлевую повязку. Выделите больному отдельную постель, полотенце и посуду. Регулярно их стирайте и мойте. При госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию; постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин в 2 % растворе соды или замочите на 2 часа в 2 % растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

1. **Памятка населению по действиям в условиях возможного химического заражения**

ЗНАЙТЕ!

Какой химически опасный объект расположен в районе Вашего проживания? Какие опасные химические вещества он использует? Какие способы защиты от них наиболее эффективны?

ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ

При аварии на химически опасном объекте могут действовать несколько поражающих факторов (пожары, взрывы, химическое заражение местности и воздуха и др.), а за пределами объекта - заражение окружающей среды. Наиболее часто на территории России применяются хлор, аммиак и их производные соединения. При отравлении ХЛОРОМ наблюдается: резкая боль в груди, резь в глазах, слезотечение, одышка, сухой кашель, рвота, нарушение координации движений и появление пузырей на коже. Признаки отравления АММИАКОМ: учащение сердцебиения и пульса, возбуждение, возможны судороги, удушье, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, покраснение и зуд кожи.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

При оповещении населения местными органами управления по делам ГО и ЧС о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает синал "Внимание всем!". Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радио- или телеприемник, прослушайте сообщение. При опасности отравления необходимо: быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака; подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором); герметизировать помещения; использовать противогазы всех типов, при их отсутствии - ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5 % растворами питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислоты (от аммиака). Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, останьтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений органов управления по делам ГО и ЧС. Плотно закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

ПОМНИТЕ!

Надежная герметизация жилища значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение. Покидая квартиру, выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги. После выхода из зараженного района обязательны санитарная обработка людей и дегазация (обеззараживание) средств индивидуальной защиты и одежды. При подозрении на поражение опасными химическими веществами исключите любые физические нагрузки, примите обильное теплое питье (чай, молоко и т.д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

1. **Памятка населению на случай воздушной тревоги**

ВАРИАНТ СООБЩЕНИЯ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ "ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ"

ТЕКСТ СООБЩЕНИЯ: Внимание! Внимание! Говорит Главное управление по делам гражданской обороны. Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога! Отключите свет, газ, воду, погасите огонь в печах. Возьмите средства индивидуальной защиты, документы, запас продуктов и воды. Предупредите соседей и при необходимости окажите помощь больным и престарелым выйти на улицу. Как можно скорее дойдите до защитного сооружения или укройтесь на местности. Соблюдайте спокойствие и порядок. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления по делам гражданской обороны.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Отключить свет, газ, воду, погасить огонь в печах. Взять средства индивидуальной защиты (ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы), документы, запас продуктов питания и воды (на три дня). Предупредить соседей. Оказать помощь больным и престарелым выйти на улицу и укрыться в защитных сооружениях (для не работающего населения в подвалах жилых зданий или в соседних подвалах жилых зданий) или на местности.

ПУНКТЫ ВЫДАЧИ СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ (СИЗ)

Если у вас отсутствуют средства индивидуальной защиты, необходимо прибыть на пункт выдачи средств индивидуальной защиты.

У работающего населения такие пункты должны развертываться непосредственно на предприятии и выдаваться средства индивидуальной защиты в соответствующем порядке, согласно правилам работы пункта выдачи.

Не работающему населению необходимо прибыть в домоуправление по месту прописки, где так же как и на предприятиях будет развернут пункт выдачи средств индивидуальной защиты.

ВАРИАНТ СООБЩЕНИЯ ПРИ ОТБОЕ "ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ"

ТЕКСТ СООБЩЕНИЯ: Внимание! Внимание! Говорит Главное управление по делам гражданской обороны. Граждане! Угроза нападения с воздуха миновала. Отбой воздушной тревоги! Всем возвратиться к местам работы или проживания. Окажите в этом помощь больным и престарелым. Находящихся в защитных сооружениях не выходить из них без разрешения постов гражданской обороны (работников милиции). Будьте готовы к возможному повторному нападению противника. Всегда имейте при себе средства индивидуальной защиты. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления по делам гражданской обороны.

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ

По указанию Главного управления по делам гражданской обороны или представителей общественного порядка (работников милиции) выйти из укрытия и возвратиться к местам работы или проживания. Оказать помощь больным и престарелым. Снятие средств индивидуальной защиты - по особому распоряжению. В дальнейшем действовать по указанию Главного управления по делам гражданской обороны. Итак, при угрозе нападения противника, а также при возникновении экстремальных ситуаций, необходимо в короткое время провести большой комплекс мероприятий по ГО. Для успешного проведения защитных мероприятий требуется еще в мирное время изучить способы и порядок их проведения. Большое значение имеет также знание сигналов ГО. Поэтому долг каждого гражданина России подготовиться к защите от оружия массового поражения и умелым действиям при стихийных бедствиях и производственных авариях.

Признаки писем (бандеролей), которые должны вызывать подозрение:

- корреспонденция неожиданна;

- не имеют обратного адреса, неправильный адрес, неточности в написании адреса, неверно указан адресат;

- нестандартны по весу, размеру, форме, неровные по бокам, заклеенные липкой лентой;

- помечены ограничениями типа "лично" и "конфиденциально";

- имеют странный запах, цвет, в конвертах прощупывается вложения, нехарактерные для почтовых отправлений (порошок и т.д.);

- не соответствующие марки или штампы почтовых отделений.

В случае обнаружения подозрительных емкостей, содержащих неизвестные вещества (в порошкообразном, жидком или аэрозольном состоянии), рекомендуется:

- не пытаться самостоятельно вскрыть емкость, пакет, контейнер и др.;

- по возможности не брать в руки подозрительное письмо или бандероль;

- сообщить об этом факте территориальным органам Госсанэпиднадзора и областному МЧС;

- убедиться, что повреждения или подозрительная почта отделена от других писем и бандеролей, а ближайшая к ней поверхность ограничена;

- в тех случаях, когда в помещении, где обнаружена подозрительная корреспонденция и при этом нарушена целостность упаковки, имеется система вентиляции, предпринять меры, исключающие возможность попадания неизвестного вещества в вентиляционную систему здания;

- до приезда специалистов поместить подозрительные емкости и контактировавшие с ними предметы в герметичную тару (стеклянный сосуд с плотно прилегающей крышкой или в многослойные пластиковые пакеты), при этом следует пользоваться подручными средствами индивидуальной защиты кожи (резиновые перчатки, полиэтиленовые пакеты), дыхательных путей (респиратор, марлевая повязка);

- до приезда специалистов герметично закрытую тару хранить в недоступном для детей и домашних животных месте;

- составить список всех лиц, кто непосредственно контактировал с подозрительной корреспонденцией (их адреса, телефоны);

- лицам, контактировавшим с подозрительной корреспонденцией, неукоснительно выполнять мероприятия личной гигиены (вымыть руки с мылом, по возможности принять душ) и рекомендации медицинских работников по предупреждению заболевания.

**15. Памятка населению при обнаружении подозрительных веществ в почтовых отправлениях**

Признаки писем (бандеролей), которые должны вызывать подозрение:

- корреспонденция неожиданна;

- не имеют обратного адреса, неправильный адрес, неточности в написании адреса, неверно указан адресат;

- нестандартны по весу, размеру, форме, неровные по бокам, заклеенные липкой лентой;

- помечены ограничениями типа "лично" и "конфиденциально";

- имеют странный запах, цвет, в конвертах прощупывается вложения, нехарактерные для почтовых отправлений (порошок и т.д.);

- не соответствующие марки или штампы почтовых отделений.

В случае обнаружения подозрительных емкостей, содержащих неизвестные вещества (в порошкообразном, жидком или аэрозольном состоянии), рекомендуется:

- не пытаться самостоятельно вскрыть емкость, пакет, контейнер и др.;

- по возможности не брать в руки подозрительное письмо или бандероль;

- сообщить об этом факте территориальным органам Госсанэпиднадзора и областному МЧС;

- убедиться, что повреждения или подозрительная почта отделена от других писем и бандеролей, а ближайшая к ней поверхность ограничена;

- в тех случаях, когда в помещении, где обнаружена подозрительная корреспонденция и при этом нарушена целостность упаковки, имеется система вентиляции, предпринять меры, исключающие возможность попадания неизвестного вещества в вентиляционную систему здания;

- до приезда специалистов поместить подозрительные емкости и контактировавшие с ними предметы в герметичную тару (стеклянный сосуд с плотно прилегающей крышкой или в многослойные пластиковые пакеты), при этом следует пользоваться подручными средствами индивидуальной защиты кожи (резиновые перчатки, полиэтиленовые пакеты), дыхательных путей (респиратор, марлевая повязка);

- до приезда специалистов герметично закрытую тару хранить в недоступном для детей и домашних животных месте;

- составить список всех лиц, кто непосредственно контактировал с подозрительной корреспонденцией (их адреса, телефоны);

- лицам, контактировавшим с подозрительной корреспонденцией, неукоснительно выполнять мероприятия личной гигиены (вымыть руки с мылом, по возможности принять душ) и рекомендации медицинских работников по предупреждению заболевания.

**16. Неотложные действия при обнаружении взрывоопасных (взрывных устройств), взрывчатых материалов и иных предметов, представляющих опасность для населения**

При обнаружении взрывчатых веществ (взрывчатых устройств), а так же радиоактивных, химических, и других предметов представляющих опасность для населения:

Немедленно доложить о пришествии дежурному органу внутренних дел (тел: 2-27-97 д.ч. МВД; 2-29-35 д.ч. ГОВД или на службу "02"). При этом сообщить: время, место, обстоятельства обнаружения взрывоопасного предмета, его внешние признаки, наличие и количество людей на месте его обнаружения, близость государственных, жилых, промышленных предприятий, возможные последствия в случае взрыва.

Принять меры к недопущению в опасную зону людей и транспорта.

Отключить свой мобильный телефон и попросить окружающих сделать это.

Поддерживать постоянную связь с дежурной частью и докладывать о складывающейся обстановке на месте происшествия.

Рекомендации по действиям граждан при угрозе террористических актов, захвате заложников или при их совершении

1.Действия при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством.

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п..

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться "в этом месте и в это время" не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь (сумку, пакет, портфель) в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю или кондуктору.

Если подозрительный предмет вы обнаружили; в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен - немедленно сообщайте о находке в милицию.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Во всех перечисленных случаях:

Отключите свой мобильный телефон и попросите это сделать всех окружающих;

не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;

зафиксируйте время обнаружения находки;

постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;

обязательно дождитесь прибытия сотрудников милиции;

не забывайте, что вы являетесь самым важным очевидцем.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий взрывными устройствами или предметами, подозрительными на взрывное устройство. Это может привести к взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

Обязательно разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Взрывные устройства могут также быть установлены в транспортном средстве или закреплены на теле террориста-самоубийцы.

Какие транспортные средства можно считать подозрительными?

номерные знаки кажутся самодельными или передние и задние знаки не совпадают;

транспортные средства, подозрительно припаркованные на длительное время посредине площадки или на месте не предназначенном для парковки, а также транспортные средства надолго оставленные около вашего дома неизвестными лицами

Какие подозрительные признаки могут указывать на террориста-самоубийцу?

одежда несоответствующая сезону, под которой как будто что-то находится;

неестественное поведение человека, в местах большого скопления людей, который пытается смешаться с толпой, проявляя нервозность, напряженное состояние;

медленная походка с осматриванием по сторонам, либо подозрительное перемещение бегом;

явное стремление избежать встречи с сотрудниками правоохранительных органов.

В случае, если вы что-то заподозрили:

немедленно позвоните по телефону в милицию и сообщите как можно больше информации о подозреваемом или транспортном средстве;

если это возможно, во время разговора по телефону попытайтесь следить за подозреваемым или транспортным средством на безопасном расстоянии;

дождитесь приезда сотрудников правоохранительных органов.

2. Действия в случае совершения террористического акта (взрыва).

немедленно покиньте место происшествия, направляясь на улицу или в укрытие;

держитесь подальше, насколько это будет возможным от высоких зданий, стеклянных витрин, или транспортных средств;

если поблизости находятся сотрудники правоохранительных органов, следуйте их указаниям

Что следует делать, когда террористический акт закончился?

если сотрудники правоохранительных органов еще не приехали, немедленно позвоните милицию; не создавайте толпу и не присоединяйтесь к ней;

немедленно покиньте место происшествия, так как вокруг могут находиться дополнительные взрывные устройства;

если вы располагаете какой-либо информацией, что сможет помочь задержать подозреваемы и определить местонахождение транспортного средства, причастного к происшествию немедленно сообщите об этом в милицию.

3. Действия при получение информации об эвакуации.

Сообщение об эвакуации может поступить не только в случае обнаружения взрывного устройства и ликвидации последствий совершенного террористического акта, но и при пожаре, стихийном бедствии и т.п.

Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

возьмите личные документы, деньги и ценности;

отключите электричество, воду и газ;

окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжелобольных людей;

обязательно закройте входную дверь на замок - это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

4. Действия при захвате в заложники.

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников, которые могут добиваться как получения выкупа, так и достижения политических целей и т. п.

Во всех случаях жизнь заложника становится предметом торга для террористов.

Если вы оказались заложником, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:

не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;

инициативно не вступайте в переговоры с террористами;

переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;

при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;

на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;

если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови.

Помните: ваша цель - остаться в живых.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д. Если вас перевозят на транспорте или ведут куда-либо, старайтесь запомнить, куда и как долго. Осмотрите место, в котором вы находитесь. Определите укрытие, за которым можно спрятаться в случае перестрелки.

Помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;

если вы услышите хлопки от использования спец подразделением световых гранат или шашек со слезоточивым газом, закройте глаза и не трите их, задержите дыхание;

ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как вас могут принять за преступника;

беспрекословно выполняйте команды сотрудников спец подразделений, принимающих участие в вашем освобождении;

если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в территориальные органы ФСБ или МВД по месту жительства.

Рекомендуемые зоны эвакуации и оцепления при обнаружении взрывного устройства или предмета, подозрительного на взрывное устройство1 Граната РГД-5 Не менее 50 метров

2 Граната Ф-1 Не менее 200 метров

3 Тротиловая шашка массой 200 граммов 45 метров

4 Тротиловая шашка массой 400 граммов 55 метров

5 Пивная банка 0, 33 литра 60 метров

6 Мина МОН-50 85 метров

7 Чемодан (кейс) 230 метров

8 Дорожный чемодан 350 метров

9 Автомобиль типа "Жигули" 460 метров

10 Автомобиль типа "Волга" 580 метров

11 Микроавтобус 920 метров

12 Грузовая автомашина (фургон) 1240 метров

О порядке приема по телефону сообщений, содержащих угрозы террористического характера

Правоохранительным органам значительно помогут для предотвращения совершения преступлений и розыска преступников следующие ваши действия:

Постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге.

По ходу разговора отметьте пол, возраст звонившего и особенности его (ее) речи:

голос: громкий/тихий, низкий/высокий;

темп речи: быстрая/медленная;

произношение: отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом;

манера речи: развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями.

Обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле-, радиоаппаратуры, голоса и др.).

Отметьте характер звонка: городской или междугородный.

Обязательно зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность.

В любом случае постарайтесь в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:

Куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?

Какие конкретные требования он (она) выдвигает?

Выдвигает требования он (она) лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?

На каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного?

Как и когда с ним (с ней) можно связаться?

Кому вы можете или должны сообщить об этом звонке?

Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия вами и вашим руководством решений или совершения каких-либо действий

Если возможно, еще в процессе разговора сообщите о нем руководству объекта, если нет - немедленно по его окончании.

Не распространяйтесь о факте разговора и его содержании. Максимально ограничьте число людей, владеющих информацией.

При наличии автоматического определителя номера (АОН) запишите определившийся номер телефона в тетрадь, что позволит избежать его случайной утраты.

При использовании звукозаписывающей аппаратуры сразу же извлеките кассету (мини-диск) с записью разговора и примите меры к ее сохранности. Обязательно установите на ее место другую.

Правила обращения с анонимными материалами, содержащими угрозы террористического характера

После получения такого документа обращайтесь с ним максимально осторожно. По возможности, уберите его в чистый плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместите в отдельную жесткую папку.

Постарайтесь не оставлять на нем отпечатков своих пальцев.

Если документ поступил в конверте - его вскрытие производите только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.

Сохраняйте все: сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, ничего не выбрасывайте.

Не расширяйте круг лиц, знакомившихся с содержанием документа.

Анонимные материалы направляются в правоохранительные органы с сопроводительным письмом, в котором указываются конкретные признаки анонимных материалов (вид, количество, каким способом и на чем исполнены, с каких слов начинается и какими заканчивается текст, наличие подписи и т.п.), а также обстоятельства, связанные с их распространением, обнаружением или получением.

Анонимные материалы не должны сшиваться, склеиваться, на них не разрешается делать надписи, подчеркивать или обводить отдельные места в тексте, писать резолюции и указания, также запрещается их мять и сгибать. При исполнении резолюции и других надписей на сопроводительных документах не должно оставаться давленых следов на анонимных материалах.

Регистрационный штамп проставляется только на сопроводительных письмах организации и заявлениях граждан, передавших анонимные материалы в инстанции.

**Источники**

1. http://www.allsafety.ru/first\_aid/index.htm
2. http://www.emercom.astranet.ru/133/index.htm
3. http://www.gasu.ru/chc/pam.shtml
4. http://elib.ispu.ru/library/lessons/Diakov/lecture15.htm
5. http://www.gasu.ru/chc/pekom.shtml
6. http://www.bti.secna.ru/bgd/book/p\_3.html
7. Гражданская оборона /под общ. ред. А.Т.Алтунина.- М:Воениздат,1980.
8. Гражданская оборона /под ред. В.И.Завьялова.- М:Медицина, 1989.
9. В.Г.Атаманюк, Л.Г. Ширшев, Н.И.Акимов Гражданская оборона, М:Высшая школа,1986.
10. Руководство по медицинской службе гражданской обороны /под ред. А.И.Бурназяна. - М:Медицина, 1983.
11. Это должен знать и уметь каждый (памятка для населения) М:Воениздат, 1984.
12. С.Я.Разоренов Курс лекций по курсу "Гражданская оборона" Северо-Западная академия государственной службы