**К полномочиям Администрации муниципального образования**

**Пристанционный сельсовет относятся:**

1. Участие в предупреждении и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций в границах поселения;

2. Обеспечение первичных мер пожарной безопасности в границах населенных пунктов;

3. Организация и осуществление мероприятий по гражданской обороне, защите населения и территории поселения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

4. Создание, содержание и организация деятельности аварийно-спасательных служб и (или) аварийно-спасательных формирований на территории поселения.

В целях исполнения возложенных полномочий администрацией сельсовета постоянно проводятся собрания граждан муниципального образования по вопросам обучения граждан первичным мерам пожарной безопасности, правилам поведения при возникновении пожара или другой чрезвычайной ситуации. Разработаны памятки по ГО и ЧС.

При администрации создана комиссия по предупреждению и ликвидации ЧС и обеспечению пожарной безопасности.

Создана Добровольная пожарная дружина.

ТЕЛЕФОН – 2-43-40

На территории поселения созданы в целях пожаротушения условия для забора воды в любое время года из источников наружного водоснабжения, расположенных в населенных пунктах и прилегающим к ним территориях.

Руководителям предприятий, организаций, учреждений постоянно рекомендуется приводить свои территории в надлежащее состояние.

СБОРНИК

памяток по тематике ГО и ЧС

Содержание

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **I. Чрезвычайные ситуации природного характера.** | | |
|  |  |  |
| 1 | Действия при урагане, буре, смерче. |  |
| 2 | Действия при наводнении |  |
| 3 | Действия при снежных заносах |  |
| 4 | Вода – вода |  |
| 6 | Как уберечься от молнии |  |
| 7 | Куда спрятаться от молнии |  |
| 8 | Ураган |  |
| 9 | Затопление |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  | **II. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.** |  |
| 1 | Действия при авариях на автомобильном транспорте |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  | **III. Пожары** |  |
| 1 | Действия при лесных пожарах |  |
| 2 | Массовая паника |  |
| 3 | Помощь пострадавшим при пожаре |  |
| **4** | Первая помощь при отравлении угарным газом |  |
| **5** | Бытовой пожар |  |
| **6** | Основные требования пожарной безопасности для квартиросъемщиков и домовладельцев |  |
|  |  |  |
|  | **IV. Аварийные химически опасные вещества (АХОВ)** |  |
| 1 | Оповещение в чрезвычайных ситуациях |  |
| 2 | Аммиак |  |
| 3 | Хлор |  |
| 4 | Серная кислота |  |
| 5 | Действия при аварии с выбросом аммиака |  |
| 6 | Первая помощь при поражении АХОВ |  |
| **7** | Действия при разливе ртути |  |
|  |  |  |
|  | **V. Медицина** |  |
| 1 | Как пользоваться без рецептурными препаратами без угрозы для здоровья |  |
| 2 | Птичий грипп. |  |
| 3 | Наркомания – белый яд |  |
| 4 | Поговорим о СПИДЕ |  |
| 5 | Удар электрическим током |  |
| 6 | Как избежать облучения бытовыми приборами |  |
| 7 | Как не подорвать здоровье на ремонте |  |
| 8 | Полезные советы купающимся |  |
| 9 | Спасение на воде |  |
| **10** | Медицинская помощь пострадавшим |  |
| 11 | Раны |  |
| 12 | Первая помощь при обморожениях |  |
| 13 | Первая помощь при ожогах |  |
| 14 | Химический ожог |  |
| 15 | Осторожно! Клещи! |  |
| 16 | Бешенство |  |
| 17 | Если вы отравились |  |
| 18 | |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | Медицинские средства индивидуальной защиты |  | |  |
|  |  |  |

I. ЧС природного характера

**Действия при урагане, буре, смерче**

Скорость ветра при урагане - более 30 м/с. Он является одной из мощных сил стихии и по своему пагубному воздействию приближается к землетрясению. При буре скорость ветра несколько меньше - 15-30 м/с. Смерч - восходящие вихри быстро вращающегося воздуха.

Ураганный ветер разрушает прочные и сносит легкие строения, опустошает поля , обрывает провода , валит столбы , ломает и вырывает с корнями деревья , топит суда , повреждает транспортные средства , вызывает аварии на коммунально - энергетических сетях.

**Получив штормовое предупреждение , необходимо :**

1. закрыть окна , двери , чердачные помещения
2. с балконов и лоджий убрать все , что может быть сброшено ураганом
3. выключить газ , потушить огонь в печах , подготовить фонари , свечи, лампы
4. запастись водой , продуктами , держать радиоточку , телевизор , приемник включенными
5. подготовить медикаменты и перевязочные материалы
6. укрыться в защитном сооружении , подвале , погребе
7. дома занять внутреннюю комнату , подальше от окон.

**ДЕЙСТВИЯ ПРИ НАВОДНЕНИИ**

**Наводнение** - это временное затопление суши водой в результате обильных осадков , интенсивного таяния снега .

По качеству человеческих жертв и материальному ущербу наводнения занимают второе место после землетрясений

**ПРИ УГРОЗЕ НАВОДНЕНИЯ НЕОБХОДИМО:**

1. постоянно слушать информацию об обстановке и порядке действий
2. продовольствие , ценные вещи , одежду , обувь перенести на верхние этажи
3. из опасных районов эвакуировать население
4. скот перегнать на возвышенные места
5. спасти людей , где бы они ни оказались , используя для этого любые средства
6. в первую очередь из зоны затопления вывезти детей
7. оказать срочную помощь людям , очутившимся в воде.

### Действия при снежных заносах

Снежные заносы, метели, бураны - одно из проявлений стихии в зимний период. Сильные снегопады характерны для большей части России. Длятся они иногда несколько суток. Прогнозируются снежные заносы, как правило, вполне надежно и своевременно.

**Получив предупреждение о буре и снежных заносах , необходимо:**

Создать запасы воды, продуктов и топлива. Репродуктор радиотрансляции , приемник, телевизор держать постоянно включенным.

Приготовить аварийное освещение : электрические фонари, свечи, керосиновые лампы.

Позаботиться о запасах кормов и воды для животных. Утеплить помещения.

Если буран застал в дороге, подать сигнал помощи, повесив на шест (антенну) яркую ткань. Периодически прогревать машину.

После бурана принять участие в расчистке дорог и улиц от заносов.

Обморозившимся оказать первую помощь :

1. сделать водные ванны пораженного участка водой
2. выполнить легкий массаж чистыми руками пораженных участков до их согревания
3. наложить повязку с борной мазью или вазелином
4. уложить в теплую постель
5. дать теплые напитки (чай, кофе).

**Вода - вода**

Для неподготовленного же человека вода таит постоянную опасность, если он не выполняет определенные правила купания в открытых водоемах.

Основные из них следующие :

1. не купаться в незнакомых не оборудованных для купания местах ;
2. не заплывать за границы пляжа ;
3. не купаться менее чем через полтора-два часа после приема пищи;
4. не купаться в состоянии опьянения;
5. не перегреваться на солнце перед купанием;
6. не купаться в плохую погоду и в темное время суток.

Особую опасность природные водоемы представляют для детей. Они могут броситься без оглядки в воду любого водоема, не поинтересовавшись перед этим, а можно ли в нем купаться . Для маленьких же детей опасность может представлять и оборудованный по всем правилам пляж, если они не будут находиться под пристальным наблюдением взрослых. Родители и воспитатели детских учреждений всех форм и категорий должны твердо усвоить и непреложно выполнять три заповеди :

1. не разрешать детям посещать водоемы для купания и игр на воде без сопровождения взрослых;
2. не допускать купания детей в незнакомых местах и в необорудованных для купания частях водоема;
3. не допускать купания детей без непрерывного нахождения каждого ребенка под наблюдением взрослого человека, знающего правила купания и способного оказать немедленную помощь в случае необходимости.

Если же обстоятельства сложатся так, что в турпоходе или при выезде семьи не природу в жаркую погоду невозможно будет устоять перед соблазном детей окунуться в чистую воду попавшегося на пути незнакомого водоема, то надо с большой ответственностью подходить к выбору места купания. Понравившееся место должно быть предварительно тщательно обследованию умеющим хорошо плавать и нырять взрослым человеком, после чего устанавливаются границы участка, удовлетворяющего требованиям, обеспечивающим безопасное купание детей соответствующих возрастов.

В месте купания не должно быть выхода грунтовых вод (родников), водоворотов и течения превышающего 0,5 м/сек. Вода в месте купания должна быть чистая и на видимом расстоянии не должно быть источников ее загрязнения. Поблизости от района купания не должно быть движения судов, лодок и других плавсредств.

Если произошло несчастье. Как спасти тонущего?

1. Подплыть к тонущему лучше всего со спины.
2. Приблизившись, взять его за волосы, предплечья, руки, воротник одежды или подмышки
3. Повернуть лицом вверх и плыть к берегу, работая свободной рукой.
4. Если есть лодка, приближаться к тонущему следует против течения, при ветреной погоде - против ветра и волны.
5. Вытаскивать пострадавшего из воды лучше всего со стороны кормы.

## КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ МОЛНИИ

Если вы будете стоять один в поле или на берегу водоема столбиком, точно поймаете молнию, потому что она чаще всего бьет в самую высокую точку окрестности. По этой же причине не прячьтесь под кроной одиноко стоящего дерева. И не ложитесь на землю, подставляя электрическому току все свое тело. Если купаетесь, срочно возвращайтесь на берег, если плывете в лодке - сматывайте удочки : “небесное электричество” бьет не в воду, а в возвышающиеся над ее поверхностью предметы. Укрываться следует в здании или машине, потому что она заземляет молнию. Или сядьте на корточки обхватив голени руками. В сельской местности во время грозы нельзя разговаривать по телефону : молния иногда попадает в натянутые между столбами провода. Если вы увидели, что человека ударила молния и он упал, пострадавшего , прежде всего, необходимо раздеть , облить ему голову холодной водой, по возможности обернуть тело мокрой холодной простыней. Если человек еще не пришел в себя, сделать искусственное дыхание “рот в рот”. И как можно быстрее вызывайте “Скорую”. Даже если человек внешне “оклемался”, у него могут обнаружиться серьезные повреждения внутренних органов.

Утвердилось такое мнение, что пораженного молнией нужно по быстрому на пару минут закопать в землю: мол, так электрический заряд из него выйдет, и все будет хорошо. Так вот, эта затея не просто бесполезна, но еще и опасна. Мало того что это оттягивает применение действительно эффективных средств, к тому же вы можете просто уморить пострадавшего, если он наглотается земли.

## Куда спрятаться от молнии

**(**из серии - Азбука безопасности**)**

Ураганы, громы и молнии нагнали на нас страх. Неудивительно, ведь скорость молнии - 100 000 км/сек. (треть скорости света). Сила тока молнии - от 20 до 180 тыс. ампер, а температура в шесть раз выше, чем на поверхности Солнца. Поэтому каждый предмет, застигнутый молнией почти всегда сгорает.

1. Как вести себя на открытом воздухе?

Сторонитесь деревьев, заборов и металлических ограждений. Если вы купаетесь, нужно немедленно выйти из воды. Если вы на яхте или паруснике, плывите к ближайшему берегу.

2. Надо ли слезать с велосипеда, завидев молнию на небе?

Нет, если вы в городе. Там дома действуют как громоотводы. Но если вы находитесь на природе, лучше слезть с велосипеда, иначе вы привлечете молнию как высокая точка на местности . Автомобиль, напротив, покидать не следует, т.к. во время грозы он безопасен.

3. Может ли молния блокировать компьютер?

Да. Ток молнии проходит через компьютер, как и через телевизор, и может его разрушить. Недостаточно , однако, выключить кнопку из компьютера, нужно выдернуть штепсель из розетки. То же самое касается и телевизора.

4. Опасно ли лететь в самолете через грозовые облака?

Нет, потому что металлическая обшивка самолета защищает пассажиров. Но, к сожалению, сложная электроника может пострадать от удара молнии, а пилот может потерять контроль над машиной.

5. Можно ли звонить по мобильному телефону, когда гремит гром?

Да, в этом нет никакой опасности. Мобильные телефоны не привлекают разряды. Будьте внимательны только с телефонным кабелем. Иногда молнии попадают в телефонные сети жилища, и ток может добраться до аппарата. Вас ударит током, если другой рукой вы дотронетесь до предмета с хорошей электропроводимостью (холодильник, стиральная машина и т.п.).

**УРАГАН**

1. **Если неожиданно начался ураган ...**

Можете спастись, прижавшись к земле. Если вы в комнате, залезайте под какую-нибудь тяжелую мебель или перевернутый диван. Если ураган застал вас в автомобиле, не оставайтесь в нем, а заберитесь под машину.

Для него характерен мощный ветер и проливные дожди. Он вызывается резкими атмосферными изменениями над сушей и морем.

**Действия до ЧС**

* Храните чемоданчик с предметами первой необходимости (продуктами, одеждой, одеялами, медикаментами, фонариком, транзисторным приемником на батарейках, личными документами).
* Определите, где прятаться – в подвале, погребе (если таковых нет, то под крепким столом или диваном посреди комнаты на первом этаже, подальше от внешних стен или окон).
* Регулярно спиливайте отмершие ветви деревьев и мертвые деревья в саду, чтобы они не упали на дом.
* Прочно скрепите с землей все постройки, особенно времянки.
* Назначьте для всей семьи место встречи на случай, если ураган застигнет членов семьи в разных местах (в школе, на работе и т.д.) или если дом будет разрушен.

**ВСЛУЧАЕ ОПАСНОСТИ**

**Если вы в доме:**

* Избегайте покидать дом.
* Слушайте радио или смотрите телевизор.
* Закройте двери и окна.
* Усильте оконные стекла полосками клейкой ленты, укрепленными крест-накрест или звездообразно
* Внесите в дом все предметы и мебель, которые могут быть унесены ветром или водой.
* Соберите скот в наиболее в крепком хлеву и оставьте там запас корма и воды.
* Если власти издадут распоряжение об эвакуации, покиньте дом , прихватив чемоданчик с предметами первой необходимости

**Если вы вне дома:**

* Если поблизости нет укрытия, лягте на землю в канаве (или ущелье) и заслоните голову.
* При угрозе урагана ни в коем случае не пользуйтесь лодками. Если вы узнали о приближении урагана, находясь в лодке, немедленно выбирайтесь на берег.

**Если вы в автомобиле:**

Выйдите из него и идите о него прочь, так как ветер может его опрокинуть и даже поднять в воздух.

**ДЕЙСТВИЯ ВО ВРЕМЯ ЧС**

* Сохраняйте спокойствие.
* Ни в коем случае не покидайте дом.
* Соберите всех в убежище или, если такового нет, в заранее выбранной комнате.
* Слушайте радио, чтобы получать информацию.
* Никуда не звоните, чтобы не перегружать телефонные линии.
* Следуйте инструкциям властей и спасательных служб.
* При угрозе с молниями защитите себя, выключив радио, телевизор и отключив электричество. Держитесь подальше от металлических предметов. Не стойте на возвышенности, не пытайтесь укрыться под деревом. Если вы в машине, оставайтесь в ней.

**ДЕЙСТВИЯ ПОСЛЕ ЧС**

* Сохраняйте спокойствие, не поддавайтесь панике.
* Слушайте радио и следуйте переданным по нему инструкциям.
* Окажите первую помощь пострадавшим и заваленным. При необходимости вызовите подмогу.
* Не приближайтесь к поврежденным электропроводам.
* Не пользуйтесь телефоном без крайней необходимости (линии должны быть свободными, чтобы ими могли пользоваться чрезвычайные службы).
* Не пейте воду , не прокипятив ее, как минимум, 10 минут или не обеззаразив ее таблетками хлорки или отбеливателя ( 1 капля на 1 литр воды или, если вода мутная, следует добавить 3 капли и отстаивать воду в течение 30 минут).
* В случае длительного перерыва в электроснабжении проверьте содержимое холодильников и выбросите испорченные продукты.

**ЗАТОПЛЕНИЕ**

Затопление – особый тип наводнения, вызываемый половодьем, паводком, нагонной волной или прорывом дамбы или плотины водохранилища. От этого стихийного бедствия часто страдают жители населенных пунктов

***Как подготовиться к стихийному бедствию жителям , часто страдающего от наводнения:***

1. изучить и запомнить границы возможного затопления, а также возвышенные места, путь и способ выдвижения к ним;
2. членов семьи следует ознакомить с правилами поведения при организованном и индивидуальном отселении, при внезапном затоплении;
3. заранее составить перечень документов, имущества, медикаментов, вывозимых при отселении, заблаговременно уложить их в специальный чемодан или рюкзак.
4. ***Как действовать по сигналу оповещения об угрозе затопления и об отселении:***
5. безотлагательно в установленном порядке выйти (выехать) из опасной зоны затопления в назначенный безопасный район или возвышенные участки местности, имея с собой документы, ценности, необходимые вещи и запас непортящихся продуктов на 2-3 суток;
6. перед уходом из дома выключить электричество и газ, погасить огонь в отопительных печах, закрепить все плавучие предметы, находящиеся вне зданий; если позволяет время, все ценные домашние вещи переместить на верхние этажи или на чердак; закрыть окна, двери, при необходимости забить окна и двери нижних этажей щитами из досок;
7. зарегистрироваться в конечном пункте отселения;
8. при отсутствии организованного отселения до прибытия помощи или спада воды необходимо находиться на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах;
9. постоянно подавать сигнал бедствия: размахивать хорошо видимым предметом, световым сигналом, голосом;
10. при подходе спасателей неукоснительно соблюдать меры предосторожности во время посадки в плавсредства, избегать его перегрузки;
11. оказывать помощь терпящим бедствие;
12. самостоятельно выбираться из районов затопления следует только в том случае, если у вас есть надежное плавающее средство, известно направление выхода, когда необходима срочная помощь пострадавшим.

II. ЧС техногенного характера

**Действия при авариях на автомобильном транспорте**

**АВТОМОБИЛЬ** - средство повышенной опасности. В дорожно-транспортных происшествиях в 70 случаях виноваты водители, в 30 пешеходы.

**Основные причины дорожно-транспортных происшествий:**

1. нарушение правил дорожного движения
2. превышение скорости движения
3. слабая подготовка водителей
4. управление в нетрезвом состоянии
5. неисправность автомобиля.

**Произошла авария! Что делать?**

1. остановить, включить аварийную световую или выставить знак аварийной знак аварийной остановки
2. вытащить пострадавшего из машины
3. срочно оказать первую медицинскую помощь (не более 20 минут, через 30 минут может быть поздно)
4. используя автомобильную аптечку, остановить кровотечение
5. смазать йодом и перевязать раны
6. зафиксировать подручными материалами переломы конечностей
7. вызвать “Скорую помощь” или отправить пострадавшего в медучреждение на попутной машине, записав ее номер и фамилию водителя
8. записать адреса и фамилии свидетелей, вызвать работников ГАИ (милиции).

V. Пожары

**ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЛЕСНЫХ ПОЖАРАХ**

До 80 % пожаров возникают из-за нарушения населением мер пожарной безопасности при обращении с огнем в местах труда и отдыха. Низовые пожары составляют 90 % от их общего количества.

Лесные пожары классифицируются как, слабые, средние, сильные низовые, верховые и подземные.

Захлестывание кромки пожара - самый простой и достаточно эффективный способ тушения.

Забрасывание огня рыхлым грунтом дает значительно лучший результат.

Для прекращения распространения огня устраивают земляные полосы.

С приближением огня к населенному пункту жителей эвакуируют транспортом или пешком.

Выводить и вывозить людей следует в направлении, перпендикулярном распространению огня.

В экстремальных случаях двигаться придется не только по дорогам, чаще вдоль рек, ручьев и непосредственно по воде.

1. **Массовая паника ...**

Пожар, утечка газа, и т.д. Все обезумели от ужаса и не знают, как спастись. Начинают действовать законы джунглей. Если вы оказались в кинотеатре или концертном зале, старайтесь не приближаться к стенам. Двигайтесь вдоль рядов, держите руки скрещенными возле груди, чтобы не погибнуть при давке.

1. **Помощь пострадавшему на пожаре ...**

Если на человеке горит одежда, он мечется, что только усиливает пламя. Остановите его, повалите на землю и , если под рукой нет воды, набросьте на пострадавшего плотную ткань (пальто или одеяло). Как только огонь погаснет, сразу же ее снимите, чтоб горячий металл не был долго прижат к обгоревшей коже. Человека в горящей одежде нельзя укутывать с головой : газы, выделяющиеся при горении, могут вызвать серьезные повреждения дыхательных путей. Срывать одежду с обожженного тела тоже нельзя, нужно аккуратно разрезать ножницами и снять то, что снимается. На ожоги до приезда врачей наложите сухую чистую повязку. Если человек в сознании, можно дать ему обезболивающее (например, анальгин).

## Первая помощь при отравлении угарным газом

**Угарный газ (окись углерода СО)** – продукт неполного сгорания органических веществ, высококачественный газ, без цвета часто имеющий запах гари. Приводит к острому кислородному голоданию.

Отравление может произойти при работе бензиновых двигателей, сгорании природного газа, при пожаре и т.д. Чаще всего смерть наступает в результате отравления угарным газом в закрытых помещениях с плохой вентиляцией.

Отравление может быть постепенным или молниеносным. Это зависит от концентрации газа в воздухе, длительности его воздействия и индивидуальной чувствительности человека.

**Признаки отравления:**

**а) При легкой степени:**

- появление ощущения тяжести и пульсаций в голове;

- боль в области висков и лба («обруч на голове»), потемнение и мелькание «мушек» в глазах, шум в ушах;

- покраснение кожных покровов, сердцебиение, оглушённость, дрожь, слабость, тошнота и рвота.

**б) При более тяжёлой степени:**

- нарастающая мышечная слабость, учащение пульса, расширение зрачков, поверхностное дыхание, головокружение;

- путанное сознание, сонливость, затем – потеря сознания;

- непроизвольное опорожнение кишечника и мочевого пузыря;

- появление синюшности на лице, возможно – розовых пятен.

При поверхностном дыхании, глухом сердцебиении, начале судорог возможна смерть.

***Первая помощь пострадавшим:***

- вынести на свежий воздух и положить на спину горизонтально;

- при любой погоде – расстегнуть одежду и открыть грудную клетку;

- напоить горячим сладким чаем или кофе;

- охладить лицо и грудь (холодная вода, охлажденная тряпка, лед или снег);

- в крайнем случае, если нет воды или снега, смочить мочой любую тряпку и обвязать ею голову.

Если пострадавший не приходит в себя:

- любым способом вызвать раздражение в носу (пером, веточкой, табаком, горчицей, перцем, нашатырным спиртом), т.е. заставить потерпевшего чихать;

- полезно проводить растирания груди до появления дыхания (варежкой, шарфом и другими предметами);

- провести искусственное дыхание;

- направить пострадавшего в лечебное учреждение.

При любом возгорании прежде всего отключите электропитание. Горящие помещения и задымленные места проходите быстро, задержав дыхание, накрывшись с головой мокрой, плотной тканью . в сильно задымленном помещении передвигайтесь ползком или пригнувшись – возле пола больше возможность сохранения чистого воздуха. Если загорелась одежда, ни в коем случае нельзя бежать. Набросьте любое покрывало, прижимайтесь к стенам, полу – ограничивайте доступ воздуха. Проверяйте двери перед открыванием. Если дверь горячая – в соседнем помещении бушует пламя. Откроете дверь – впустите свежий воздух, а значит, вспышку пламени. Если путь к выходу закрыт, можно укрыться в ванной, непрерывно орошая себя, воздух и дверь водой из душа.

**БЫТОВОЙ ПОЖАР**

Огонь распространяется и причиняет более или менее значительный ущерб в зависимости от вида горящих материалов.

**ДЕЙСТВИЯ ДО ЧС**

* Храните спички и зажигалки в местах, как можно менее доступных для детей.
* Не храните воспламеняемые вещества и предметы (спирт, газовые баллоны, бумагу, материю и т.д.) поблизости от источников тепла.
* Избегайте накопления тепла (например, не накрывайте ничем телевизоры, калориферы и т.п.).
* Не пользуйтесь свечами или же задувайте их перед тем, как покинуть комнату.
* Осторожно с золой – она может содержать в себе тлеющие головни в течение нескольких дней. Если она вам нужна, храните ее в огнеупорном контейнере.
* Никогда не курите в постели.
* Для окурков используйте огнеупорные подносы. Прежде чем выбросить окурки в мусорный бак или ведро, выждите несколько часов.
* Не покидайте кухню, если на плите кипящее масло. Перед уходом из дома проверьте, выключены ли на плите все комфорки.
* Помните номера телефонов спасательных служб (пожарных, ГО и др.).

**ДЕЙСТВИЯ ВО ВРЕМЯ ЧС**

* Действуйте спокойно и рассудительно, не поддавайтесь панике.
* Известите пожарную службу, четко сообщите ей свой адрес.
* Отключите газ и электричество.
* Используйте доступные средства пожаротушения. Никогда не пытайтесь погасить горячие нефтепродукты водой. Если горит электрооборудование, отключите его от источников питания.
* Покиньте здание.
* Попытайтесь спасти людей и животных, подвергшихся опасности (если на человеке загорелась одежда, набросьте на него одеяло и катайте его по земле).
* Если лестничные клетки и коридоры задымлены, оставайтесь в квартире, закройте двери и окна, чтобы не допустить сквозняка. Часто поливайте дверь водой и законопатьте щели в двери мокрыми тряпками. Держитесь у окна, чтобы снаружи было видно, что вы в доме (окна не открывайте).
* Если вы в задымленном месте, держитесь ближе к полу – там есть полоса чистого воздуха.
* Избегайте риска оказаться в огненной ловушке.

**ДЕЙСТВИЯ ПОСЛЕ ЧС**

* Следуйте инструкциям спасательных служб.
* Осмотрите дом. помогите соседям. Используя аптечку первой помощи, окажите помощь людям, попавшим в беду.

**ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ КВАРТИРОСЪЕМЩИКОВ И ДОМОВЛАДЕЛЬЦЕВ**

* Территорию, прилегающую к жилым домам, и иным постройкам, своевременно очищайте от горючих отходов, мусора, сухой травы и т.п.
* Не захламляйте чердаки, подвалы и сараи различными сгораемыми материалами, мусором и не курите в этих помещениях.
* Двери и люки, ведущие в подвальные и чердачные помещения, держите закрытыми на замок.
* Не устанавливайте мебель и не устраивайте шкафы, кладовые в коридорах общего пользования, на лестничных клетках и под лестничными маршами.
* Не допускайте самовольного строительства хозяйственных сараев, кухонь и индивидуальных гаражей у жилых домов и в противопожарных разрывах между зданиями. Их строительство производите только при наличии соответствующего разрешения.
* **Не курите в постели, это может привести к пожару с самыми тяжелыми последствиями.**
* Не применяйте открытый огонь для отогревания замерзших труб отопления и водоснабжения, а также в чердачных и подвальных помещениях.
* Спички, аэрозольные предметы бытовой химии и другие огнеопасные вещества храните в недоступных для детей местах.
* Не позволяйте малолетним детям включать электроприборы и газовые плитки.
* **Разъясняйте детым опасность игр с огнем. Не оставляйте малолетних детей в квартирах тез присмотра.**
* Соблюдайте меры предосторожности при пользовании предметами бытовой химии и при ремонтных работах с применением лаков и красок.
* Электропроводку в квартирах и хозяйственных сараях содержите в исправном состоянии.
* В случае нагревания электророзетки, электровилки, искрения или короткого замыкания электропроводки или электроприборов немедленно отключите их и организуйте ремонт с помощью специалиста.
* У электросчетчика для защиты электросети от перегрузки устанавливайте только автоматические или плавкие предохранители заводского изготовления.
* Электроприборы включайте в электросеть только при помощи штепсельных соединений заводского изготовления.
* Электроутюги. Электроплитки, электрочайники и другие электронагревательные приборы устанавливайте на несгораемые подставки и не размещайте их вблизи мебели, ковров, штор и других сгораемых материалов.
* Не применяйте для обогрева помещений электрообогреватели кустарного производства.
* Не закрывайте электрические лампы люстр, бра, настольных ламп и других светильников бумагой и тканями.
* Не сушите одежду и другие несгораемые материалы над печами, газовыми плитами и электронагревательными приборами.
* Не оставляйте без присмотра взрослых включенные в электросеть электрические приборы (плитки, чайники, приемники, телевизоры, магнитофоны и т.п.), горящие газовые и керосиновые приборы, топящиеся печи.
* Перед началом отопительного сезона отопительные печи и их дымоходы тщательно проверьте, очистите от сажи и отремонтируйте.
* На сгораемом полу напротив топливника разместите прибитый металлический лист размером 50х70 см.
* Не устанавливайте мебель у зеркала печи и не сушите дрова на печи.

Не применяйте легковоспламеняющиеся и горючие жидкости для розжига печи и стирки одежды.

IV. Аварийные химически опасные вещества (АХОВ)

**Оповещение при чрезвычайных ситуациях**

Завывание сирены означает сигнал “Внимание всем!” Это главный сигнал. Помни и знай его!

Услышав вой сирены , надо немедленно включить телевизор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и слушать сообщение местных органов власти или Управления по делам ГО и ЧС.

В течение всего периода ликвидации последствий стихийных бедствий, аварий и катастроф все эти средства необходимо держать постоянно включенными.

На каждый случай чрезвычайных ситуаций местные органы власти совместно с Управлением ГО ЧС заготавливают варианты текстовых сообщений, приближенные к своим специфическим условиям. Заранее прогнозируют (моделируют) как вероятные стихийные бедствия, так и наиболее возможные аварии и катастрофы.

В последующем, исходя из реальных условий, только корректируют их.

А М М И А К

Основные свойства и виды опасности

Бесцветный газ с резким запахом. Легче воздуха. Растворим в воде. При выходе в атмосферу дымит.

Предельно-допустимая концентрация

в воздухе - 20 мг / куб.м

в воде - 0,05 мг/ л

Взрыво и пожароопасность

Горючий газ. Горит при наличии открытого источника огня. Пары с воздухом взрывоопасны. Емкости могут взрываться при нагревании.

Опасность для человека

Опасен при вдыхании. При высоких концентрациях возможен смертельный исход. Вызывает сильный кашель, удушье. Пары вызывают сильное раздражение слизистых оболочек и кожных покровов, вызывают слезотечение. Соприкосновение с кожей вызывает обморожение.

Средства индивидуальной защиты

Изолирующий противогаз, фильтрующий противогаз марки КД, защитный костюм, резиновые сапоги , перчатки, респиратор .

Необходимые действия

1. Общего характера :

Удалить посторонних. Держаться с подветренной стороны. Изолировать опасную зону и не допускать посторонних. В зону аварии входить только в полной защитной одежде. Соблюдать меры пожарной безопасности. Не курить . Пострадавшим оказать первую медицинскую помощь.

2. При утечке или разливе :

Устранить источники открытого огня. Устранить течь или перекачать содержимое в исправную емкость с соблюдением мер предосторожности. Для осаждения газа использовать водяную завесу. Изолировать район. Оповестить об опасности. Эвакуировать население из опасной зоны. Не допускать попадания в водоемы, тоннели, подвалы, канализацию. В случае загрязнения воды сообщить в РЦ ГСЭН.

3. При пожаре :

Не приближаться к горящим емкостям. Охлаждать и тушить с максимального расстояния. Тушить тонкораспыленной водой, воздушно-механической пеной.

4. При возгорании :

Сбить пламя струей воды. Действовать как при утечке.

Меры первой помощи

Вынести на свежий воздух. Обеспечить тепло и покой. Дать увлажненный кислород. Кожу, слизистые и глаза промыть водой или 2% раствором борной кислоты не менее 15 минут. В глаза закапать альбуцид 30% раствор 2-3 капли. В нос теплое сливочное или персиковое масло.

**Х Л О Р**

Основные свойства и виды опасности

Зеленоватый газ с характерным запахом. Мало растворим в воде. Сильный окислитель. Коррозионен. Перевозится в сжиженном состоянии под давлением. При выходе в атмосферу дымит. Скапливается в низких участках поверхности, подвалах.

Предельно допустимая концентрация

в воздухе - 1 мг/ куб.м

Взрыво и пожароопасность

Негорюч. Емкости могут взорваться при нагревании.

Опасность для человека

Возможен смертельный исход при вдыхании. Пары действуют на слизистые оболочки и кожу. Соприкосновение вызывает ожоги слизистой оболочки дыхательных путей, кожи, глаз. При утечке загрязняет водоемы. Резкая боль в груди, сухой кашель, рвота, нарушение координации, одышка, резь в глазах, слезотечение.

Средства индивидуальной защиты

Изолирующий противогаз, защитный костюм, резиновые сапоги, перчатки, фильтрующий противогаз марки “В”.

Необходимые действия

1. Общего характера :

Удалить посторонних. Держаться с наветренной стороны. Избегать низких мест. Изолировать опасную зону и не допускать посторонних. В зону аварии входить только в полной защитной одежде. Пострадавшим оказать первую медицинскую помощь.

2. При утечке или разливе :

Не прикасаться к разлитому веществу. Удалить из зоны разлива горючие вещества. Устранить течь или перекачать содержимое в исправную емкость. При интенсивной утечке для осаждения использовать распыленную воду. Изолировать район. Вызвать на место аварии газоспасательную службу. Оповестить об опасности администрацию района и управление по делам ГО и ЧС. Эвакуировать людей из зоны возможного заражения. Не допускать попадания вещества в водоемы. В случае загрязнения воды сообщить РЦ ГСЭН. Место разлива залить водой, известковым молоком, раствором соды и каустика.

3. При пожаре :

Надеть полную защитную одежду. Убрать из зоны пожара. Охлаждать емкости водой с максимального расстояния. Тушить всеми подручными средствами.

4. При возгорании :

Не горит.

Меры первой помощи

Вынести на свежий воздух. Дать увлажненный кислород. При отсутствии дыхания сделать искусственное дыхание методом “рот в рот”. Слизистые и кожу промыть 2% раствором соды не менее 15 минут.

**С Е Р Н А Я К И С Л О Т А**

Основные свойства и виды опасности

Бесцветная жидкость (тяжелая). На воздухе медленно испаряется. Коррозионная для всех материалов. Сильный окислитель. Хорошо растворяется в воде. С водой реагирует с выделением тепла и брызг.

Предельно допустимая концентрация

в воздухе - 1 мг/ куб.м

Взрыво и пожароопасность

Не горюча. Обезвоживает дерево, повышает его чувствительность к горению. Воспламеняет органические растворители и масла.

Опасность для человека

Опасна при вдыхании, проглатывании и попадании на кожу и слизистые. Першение в горле, затрудненное дыхание, чувство удушья, сухой кашель, раздражение слизистой оболочки глаз, носа , одышка. Ожоги губ, слизистой ротовой полости, пищевода, желудка, резкие боли в груди, рвота с кровью, охриплость голоса, возможен спазм и отек гортани.

Необходимые действия

1. Общего характера:

Удалить посторонних. Держаться с наветренной стороны. Избегать низких мест. Изолировать опасную зону в радиусе 50 метров. В зону аварии входить в полнойзащитной одежде. Пострадавшим оказать первую медицинскую помощь.

2. При утечке или разливе:

Прекратить работы в зоне аварии. Не прикасаться к разлитому веществу. Горючие вещества удалить от пролитого вещества. При наличии специалистов устранить течь или перекачать содержимое в исправную емкость. При интенсивной утечке оградить земляным валом. Для осаждения паров использовать известковый раствор. Вызвать на место аварии газоспасательную службу. В случае заражения воды сообщить в РЦ ГСЭН. Перекачать разлившуюся жидкость в автоцистерну. Место

разлива засыпать известняком, содой, известью или другими щелочными смесями.

3. При пожаре:

Надеть полную защитную одежду. Тушить огонь большим количеством воды с максимального расстояния.

4. При возгорании :

Не горюча.

Средства индивидуальной защиты

Изолирующий противогаз, защитный костюм , защитные очки , резиновые сапоги , перчатки , фильтрующий противогаз марки “В”.

Меры первой помощи

Вынести на свежий воздух. Смыть загрязненную одежду. Смыть с кожи большимколичеством воды, 2% раствором питьевой соды.

**Действия при аварии с выбросом аммиака**

АММИАК - бесцветный газ, почти в два раза легче воздуха, хорошо растворим в воде. При выходе в атмосферу дымит , горюч. Его пары образуют с воздухом взрывоопасные смеси.

Жидкий аммиак широко применяется в качестве рабочего вещества (хладагента) в холодильных машинах и установках.

Опасен при вдыхании, вызывает сильный кашель, удушье, сердцебиение, нарушение частоты пульса, насморк, затрудненное дыхание, жжение, покраснение и зуд кожи, резь в глазах, слезотечение. Соприкосновение жидкого аммиака с кожей вызывает обморожение. При высоких концентрациях возможен смертельный исход.

10%-й раствор аммиака поступает в продажу под названием “Нашатырный спирт”. 18-20%-й раствор называется аммиачной водой и используется как удобрение.

Получив предупреждение о движении облака аммиака необходимо :

покидая квартиру, выключить нагревательные приборы, закрыть окна, взять документы и вещи;

выходить из зараженной зоны надо перпендикулярно направлению ветра;

если нет возможности выйти из зоны заражения, а поблизости имеется убежище - укрыться в нем.

Фильтрующие - поглощающие коробки гражданских и детских противогазов, а также респираторы от паров аммиака не защищают, поэтому необходимо :

к противогазам подсоединить дополнительный патрон ДПГ-3;

использовать противогазовые респираторы РПГ-67 или РУ-60М с коробками марки КД и К;

надеть ватно-марлевую повязку, смоченную водой, а лучше 5%-м раствором лимонной кислоты.

**Первая помощь при поражении АХОВ**

В первую очередь защитить органы дыхания от дальнейшего воздействия АХОВ. Надеть противогаз или ватно-марлевую повязку, предварительно смочив ее водой, а лучше 2%-м раствором питьевой соды при хлоре и 5%-м раствором лимонной кислоты при аммиаке.

Вывести или вынести пострадавших из зоны заражения. Удалить ядовитое вещество с открытых участков тела. На улице снять с пораженного загрязненную одежду и обувь. Дать обильное питье. Промыть глаза и лицо водой. В случае попадания ядовитых веществ внутрь, вызвать рвоту или сделать промывание желудка. Если человек перестал дышать - сделать искусственное дыхание методом “изо рта в рот”.

**Действия при разливе ртути**

**РТУТЬ (Hg**) - жидкий серебристый металл, тяжелее всех известных жидкостей. Плотность - 13,52 г/см3. Плавится при температуре - 39 0С, кипит при + 3570С. Применяется в измерительных приборах (термометрах, манометрах, барометрах), промышленности, при получении амальгам, в медицинской практике.

Ртуть опасна для всех форм жизни. Опасность возрастает с увеличением площади испарения (растирании, дроблении на мелкие капельки).

**Обнаружив ртуть , необходимо :**

**срочно оповестить :** санитарного врача района, начальника СЭС, начальника штаба (управления, комитета, отдела ) ГОЧС, органы здравоохранения, полицию района.

1. немедленно покинуть помещение
2. для проветривания открыть окна и двери
3. пострадавшим оказать медицинскую помощь( промыть желудок)
4. пролитую ртуть собрать. Капельки удалить медной пластинкой или листочками станиоля
5. место разлива протереть 20%-м раствором хлорного железа.

Работы проводить в противогазе (ГП-5, ГП-7, промышленном) или респираторе (РУ-60М, РПГ-67) с фильтрующе-поглощающей коробкой марки Г (одна половина черная, вторая - желтая).

1. Серебряные шарики ртути ни в коем случае нельзя трогать, нюхать и, конечно, пробовать на вкус.
2. Ртуть очень трудно выводится из организма, поражая все органы, в первую очередь легкие, печень, поджелудочную железу.
3. Признаки отравления ртутью: головокружение, рвота, заторможенное состояние, резкие боли в области дыхательных путей и живота.

**VII. Медицина**

*КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ БЕЗРЕЦЕПТУРНЫМИ ПРЕПАРАТАМИ БЕЗ*

*УГРОЗЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ (несколько советов)*

1. **Никогда не покупайте не известных вам лекарств**. Особенно импортных. Не поддавайтесь на медицинскую теле рекламу! Наши отечественные препараты ничуть не хуже, они очень высокого качества и намного дешевле зарубежных аналогов.
2. **Не меняйте лекарство**, которое назначил вам врач, на какое-нибудь “новомодное”, не поддавайтесь такому искушению.
3. Очень внимательно **прочитайте инструкцию** к препарату (листок-вкладыш). Особое внимание обратите на показания к его применению и противопоказания.
4. **Никогда не выбрасывайте упаковку и инструкцию**, если еще осталось не до конца использованное лекарство.
5. **Препараты же, срок действия которых истек, выбрасывайте** совершенно безжалостно! Ибо это уже может быть очень сильный яд, поскольку составные его части разложились и образовали новые, вредные для здоровья, химические соединения.
6. Если вы заметили , что лекарство, которое раньше приносило вам облегчение, теперь не действует, немедленно обратитесь к врачу. Значит **следует назначить другое.**
7. Если вы покупаете многокомпонентный препарат, обратите внимание на его состав. В нем могут оказаться ингредиенты, которые не переносит ваш организм, и это может привести **к аллергическим реакциям**.

А последний наш совет - тем, кто пытается улучшить свое здоровье всякими лекарствами, добавками - на всякий случай. Не надо этого делать! **Помните : всякий препарат имеет свои противопоказания и “калечит” те или иные органы...**

**Птичий грипп**

**Грипп птиц** – острое инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус.

Пути заражения:

Заражение человека происходит при тесном контакте с инфицированной мертвой домашней и дикой птицей.

У заболевших диких и домашних птиц отмечаются необычное поведение, дискоординация движений (вращательное движение головой, искривление шеи) отсутствие реакции на внешние раздражители и угнетенное состояние. Отмечается цианоз, опухание и почернение гребня и сережек, а также затрудненное дыхание.

В ряде случаев возможно заражение человека при употреблении в пищу мяса и яиц больных птиц без достаточной термической обработки.

Выделения зараженных птиц, попадая на растения, в воздух, в воду, могут заразить человека через воду при питье и купании, а также воздушно-капельным воздушно-пылевым путем, и через грязные руки. Следует помнить, что при минусовых температурах вирус птичьего гриппа сохраняется, но нагревание до температуры +700С убивает вирус за несколько минут.

**Симптомы заболевания гриппом птиц у человека.**

От заражения до первых признаков заболевания может пройти от нескольких часов до 5 дней. Заболевание птичьим гриппом начинается остро с озноба, повышения температуры до 380С градусов и выше, мышечных и головных болей, болей в горле. Возможен водянистый жидкий стул, многократная рвота. Состояние быстро ухудшается. Через 2-3 дня появляется влажный кашель, часто с примесью крови, отдышка. Затем может возникнуть затруднение дыхания. Возможно поражение печени, почек и мозга.

При появлении первых признаков заболевания необходимо срочно обратится к врачу для установления диагноза и назначении адекватного и своевременного лечения, так как позднее начало лечения неизбежно приводит к развитию осложнений.

**Препараты для лечения гриппа птиц.**

В первые дни после заболевания применяются противовирусные препараты гамма-интерферон, арбидол, ремантадин, альгирем, гриппферон, цклоферон и амиксин. Из препаратов зарубежного производства Всемирная организаця здравоохранения рекомендует озельтамивир (Тамифлю) занамивир (Реленза). Препараты применяются только при назначении врача.

Противопоказаны для лечения птичьего гриппа препараты, содержащие салициловую кислоту.

**Меры профилактики.**

Необходимо избегать контакта с домашней и дикой птицей в домашних хозяйствах, рынках и местах массового скопления птицы на открытых водоемах. Выгул домашней птицы должен проводится только на частных подворьях граждан.

Не рекомендуется покупать для питания мясо птиц и яйца в местах несанкционированной торговли. Для питья необходимо использовать только бутылированную или кипяченную воду.

Для дезинфекции в местах массового скопления людей и на транспорте можно использовать дезинфицирующие препараты, которые обладают активностью против вирусов.

# НАРКОМАНИЯ – БЕЛЫЙ ЯД

Число наркоманов в России превысит 3 млн. человек, а это означает, что каждый пятидесятый будет болен наркоманией. Поражена будет в основном молодежь в возрасте от 13 до 25 лет. За последние 5 лет в число подростков, больных наркоманией, выросло в 7 раз. Теперь употребляют наркотики дети 10-12 лет. Медикам не в новинку ВИЧ-инфицированные наркоманы-подростки. При определенных факторах каждый ребенок может стать наркоманом. Это может быть ваш малыш.

СРОЧНО ПРИНИМАЙТЕ МЕРЫ, ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ У СВОЕГО БЛИЗКОГО:

* Состояние наркотического опьянения, напоминающее алкогольное, но без характерного запаха.
* Изменение речи. Она может быть ускоренной или замедленной, подчеркнуто выразительной, нервной, многословной. При употреблении препаратов бытовой химии – отрывистой. При употреблении психостимуляторов – поверхностной и непоследовательной.
* Перепад настроения – от благодушно-веселого до злобно-тоскливого.
* Шаткую походку с нарушением координации.
* Нарушение восприятия размеров предметов и пространственных соотношений при употреблении марихуаны.
* Сонливость. Состояние оглушенности (при употреблении препаратов бытовой химии).
* Бледность, чрезмерную сухость или влажность кожи.

**Поговорим о СПИДе**

Наркотики, СПИД, другие “чумы” и “бичи” 21 века… Как-то сразу неуютно стало.

Еще 10 лет назад СПИД считался экзотическим для нашей страны заболеванием, а венерических болезней в России было всего три – сифилис, гонорея, трихомониаз. Наркоманов по официальной статистике не было вообще.

А как сейчас? Представьте обычную для нашего времени ситуацию: на дискотеке или в ресторане, в любом другом месте знакомятся молодые люди, затем в продолжении вечера отправляются в компанию знакомых. там выпивка, хорошая музыка. Затем несколько человек садятся в круг и предлагают вместе с ними кайфовать, введя наркотик. Спасовать – вроде стыдно, ситуация простая. Да и денег, опять же, не берут, подают как “угощение”! После прихода “в гости” можно отправиться домой – к нему или к ней…

Что дальше? Чем это грозит?

Последствия для здоровья могут быть разные, но одно можно сказать определенно.

Вы “подхватите” какую-либо инфекцию, а может и целый “букет”. Передача инфекции происходит как через кровь (ведь Вы пользовались общим шприцом!), так и половым путем.

СПИД – заболевание, вызываемое вирусом (ВИЧ), поражающим защитную (иммунную) систему организма, может развиваться в организме в течение 10-12 лет. Человек становится беззащитным перед любой инфекцией. Через несколько лет периодического пребывания на больничной койке наступает смерть, потому что пока СПИД (ВИЧ-инфекция) неизлечима, а все лекарства только поддерживают здоровье больного какое-то время, что, возможно, только в случае достаточного семейного или личного бюджета для обеспечения поддерживающего, ежемесячного в течение нескольких оставшихся лет жизни лечебного курса. Отрывочные знания о последствиях наркомании пока не трансформировались у детей и подростков в твердые убеждения. Ответы школьников свидетельствуют об отсутствии влияния родителей на формирование нравственных принципов детей и подростков.

А между тем, ВИЧ-инфекция продолжает свое эпидемическое распространение по стране и прежде всего в среде наркоманов – с ростом заболеваемости за последний год в 3,5 раза.

Распространению ВИЧ-инфекции в немалой степени способствует пропаганде в средствах массовой информации в первую очередь на телевидении сексуальной “свободы” и “раскрепощенности”. В целом ряде телепередач, адресованных в первую очередь молодежной аудитории, целенаправленно обсуждаются различные виды половых извращений при одновременном отторжении или замалчивании моральных ценностей, этических норм и правил, взаимоотношений между полами в семье и обществе.

С 29 декабря 1999 года вступило в силу постановление № 19 главного государственного санитарного врача Российской Федерации “О неотложных мерах по предупреждению распространения ВИЧ-инфекции”, где поставлены задачи перед органами исполнительной власти и местного самоуправления, органами и учреждениями систем МВД России, исполнения наказаний системы Минюста России, Мин образования и Минздрава России. Вопросы профилактики ВИЧ-инфекции стали проблемой не только государственной, но и общественной, проблемой личной и семейной безопасности, проблемой взаимодоверия отцов и детей.

**Удар электрическим током**

Любое поражение током, даже, казалось бы, незначительное, может быть опасным для здоровья, ведь его действие на сердце, нервную систему и внутренние органы может проявиться не сразу. Так что в любом случае нужно показаться врачу. На даче, особенно во время грозы или урагана, с проводкой в доме или проводами на улице может случиться всякое.

Знайте, первым делом (если несчастье произошло в доме) выверните предохранительные пробки или выключите рубильник. Затем сухой деревянной палкой оттяните провод или оттащите при помощи сухой веревки пострадавшего в сторону. Тот, кто оказывает помощь , не должен прикасаться к открытым частям тела потерпевшего. Для этого оберните руки сухой или прорезиненной тканью. Очень часто при поражении током, вызванном прикосновением к неизолированному проводу, человек не может разжать пальцы рук, сведенные судорогой. Если он в сознании, нужно крикнуть ему : “Падай!” При падении руки разожмутся сами собой.

#### Если пострадавший находится без сознания и пульс у него не прощупывается, то поскорее начинайте делать ему искусственное дыхание и массаж сердца. На рану, образовавшуюся на месте вхождения тока, нужно просто наложить сухую стерильную повязку. Обожженные места можно смазать темным раствором марганцовки.

#### Как избежать облучения бытовыми приборами

Несколько советов, как избежать вредного воздействия от телевизора, компьютера и другой бытовой техники :

1. Никогда не ставьте компьютер и телевизор в спальне. А также отодвиньте приборы от стены, за которой находится кухня.
2. Если вы беременны или кормите грудью, вообще забудьте, что такое компьютер. И держитесь подальше от телевизора.
3. Работайте не компьютере не больше шести часов в сутки. Каждый час делайте передышку на десять минут.
4. Микроволновую печь и электрогриль нельзя включать, когда на кухне много народу. При приготовлении пищи на микроволновке не стойте от нее на расстоянии ближе чем 1 метр.
5. Если вы без техники жить не можете и бытовыми приборами вы заставили весь дом, то хотя бы не располагайте их близко друг к другу.

**КАК НЕ ПОДОРВАТЬ ЗДОРОВЬЕ НА РЕМОНТЕ**

1. При покупке материалов обязательно читайте инструкцию : предназначены ли они для внутренних работ в жилых помещениях. На упаковках ищите значки экологической безопасности.
2. Самыми проверенными и безвредными для здоровья считаются известь, клеевые краски и бумажные обои. Только этими материалами лучше пользоваться при отделке квартиры, если в ней будет жить человек, страдающий аллергией , или маленький ребенок.
3. При окраске стен по возможности лучше использовать водоэмульсионные, а не масляные краски.
4. Когда вы что-то красите масляной краской, то нельзя курить, нужно чаще мыть руки и пить побольше крепкого чая. А хранить продукты и есть вообще лучше в другом помещении.
5. Ни в коем случае не очищайте руки от шпаклевки и краски растворителями. Некоторые вредные вещества проникают в организм через кожу и могут вызывать даже отравление. Лучше очищайте руки обыкновенным спиртом, жидкостью для снятия лака или подсолнечным маслом.

Некоторые модные обои, например, виниловые, содержат вредную “химию”. Так что лучше их не использовать при оклейке спален, детских, малогабаритных кухонь.

**Полезные советы купающимся:**

Не зная броду , не лезь в воду : если уж приспичило купаться в незнакомом месте, потрудитесь проверить дно на наличие камней, палок, железяк и прочего опасного мусора.

33 удовольствия - конечно хорошо. Но придется выбирать - либо пить, либо в воду входить. Тем более если с вами дети. “Градусы” загонят пловцов на середину водоема, где они могут оказаться слабее течения.

Не оставляйте плавающих детей, да и взрослых без присмотра, даже если у них надувные игрушки, жилетки и круги. Чаще всего люди на воде гибнут из-за паники. Если вы заплыли далеко от берега и устала, а тем более хлебнули воды, не надо делать лишних усилий и грести против течения, как это часто бывает. Отдайтесь свободному плаванию, подгребая к берегу. Так вы сохраните и силы, и жизнь себе.

***Спасение на воде***

Одной из главных причин гибели называют страх, растерянность человека, оказавшегося на глубоком месте. Спасти может одно - знания. Не зря древние греки умение плавать считали таким же обязательным, как умение считать.

Есть простое правило безопасного поведения на воде:

- не нырять в незнакомых местах;

- не заплывать за буйки;

- не выплывать на судовой ход;

- не приближаться к судам;

- не купаться в нетрезвом виде;

- не устраивать на воде игр, связанных с захватом рук, ног, головы.

Однако, если вы заплыли далеко, оказались на опасной глубине, необходимо расслабиться. Помните: страх это помощник несчастья. Человек легче воды, поэтому вы можете отдыхать на воде, кстати, этому надо учиться с умением плавать. Первый способ отдыха - лежа на спине, второй - сжавшись “поплавком”. Отдохнув, можно плыть дальше. От судороги можно избавиться, сильно потянув рукой ступню за большой палец. Не зря говорят спасение утопающих - дело рук самих утопающих.

***2. Если человек тонет.***

Что делать, если на ваших глазах тонет человек? Прежде всего дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательного средства. Им может быть предмет, способный увеличить плавучесть человека. Ободрив криком потерпевшего, вы идете на помощь.

*Техника спасения.*

Приблизившись к утопающему, надо поднырнуть под него, и, взяв сзади одним из приемов захвата (за волосы), транспортировать к берегу. В случае, если утопающему удалось схватить вас за руку, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте - инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.

*Помощь потерпевшему.*

Вытащив на берег, осмотрите потерпевшего: рот и нос могут быть забиты тиной или песком. Их надо быстро очистить пальцами, повернув голову человека на бок. Затем положите пострадавшего животом на свое колено так, чтобы голова свисала вниз и, сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей. Все это надо делать быстро и также быстро уложить пострадавшего на спину, расстегнув ему пояс и верхние пуговицы, начинайте делать искусственное дыхание.

Встаньте на колени с левой стороны, максимально запрокиньте голову потерпевшего и, сместив челюсть вниз, раскройте ему рот. Сделайте глубокий вдох, приложите свои губы к губам потерпевшего (рекомендуется через платок или марлю) и силой вдохните воздух. Ноздри пострадавшего при этом надо закрыть рукой. Выдох произойдет самостоятельно. Если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямым массажем сердца.

## Медицинская помощь пострадавшим

Своевременно и умело оказать первую медицинскую помощь - это значит предупредить или ослабить опасные последствия.

Наложение повязок на раны. Рана - повреждение целостности кожных покровов тела, слизистых оболочек в результате механического воздействия.

Иммобилизация переломов. Перелом - частичное или полное нарушение целостности кости в результате удара, сжатия, сдавливания, перегиба.

Остановка кровотечений. Способы временной остановки кровотечения применяются на месте происшествия в порядке взаимопомощи пальцевым прижатием, наложением жгута или закрутки, сгибанием конечности, продолжительностью не более 30 минут от наложения жгута (для контроля времени под жгут вкладывают записку с точным временем наложения) .

Действия при отравлениях. Попавший внутрь яд удаляют промыванием желудка или вызыванием рвоты. В тяжелых случаях пострадавшего госпитализируют.

**РАНЫ**

**Виды ранений**

* Механические
* Физические
* Химические
* Биологические
* Психические

В зависимости от степени тяжести ранений они подразделяются на:

* Легкие – рваные раны, растяжения;
* Средней тяжести – вывихи, переломы пальцев;
* Тяжелые – сотрясение мозга, переломы бедра, сильное кровотечение.

Раны делятся на:

* Поверхностные;
* Глубокие .

По способу возникновения различают раны:

* Резаные;
* Рубленые;
* Колотые;
* Ушибленные;
* Рваные;
* Укушенные;
* Огнестрельные (сквозные, слепые).

Обработка раны – основа первой помощи при травмах.Для обработки раны необходимы марля, вата, бинт и какое-нибудь дезинфицирующее средство. Если рана очень сильно кровоточит, то сначала необходимо остановить кровотечение, затем начать ее перевязку. Рану нельзя ополаскивать водой, а тем более спиртом или водочной настойкой. Дезинфицирующий раствор, попадая в рану, вызывает гибель поврежденных клеток, тем самым вызывая значительную боль. Рану нельзя засыпать никакими порошками. Также нельзя накладывать на нее никакую мазь. Запрещается класть непосредственно на рану вату.

Если из раны выступают наружу какие-либо ткани – мозг, кишечник, - то их сверху прикрывают чистой марлей или тканью, но ни в коем случае не вдавливает вовнутрь. При обширных ранах конечностей их следует иммобилизовать (зафиксировать неподвижно).

Оказывающий первую помощь должен обеспечить транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение.

# Первая помощь при обморожениях

Чаще подвергаются действию холода периферические части тела: пальцы ног и рук, а также нос, уши, щеки.

Обморожения возникают только при длительном воздействии холода, обычно в результате низкой температуры воздуха, а также при соприкосновении тела с холодным металлом на морозе, с жидким и сжатым воздухом или сухой углекислотой. Обморожение наступает при нулевой температуре воздуха, когда повышена влажность, сильный ветер, а на человеке промокшая одежда или обувь. Предрасполагают к обморожению общее состояние организма вследствие голодания, утомления или заболевания, а также алкогольное опьянение.

Различают четыре степени обморожения тканей:

Первая – покраснение и отек;

Вторая – образование пузырей;

Третья – омертвение кожи и образование струпа;

Четвертая – омертвение части тела (пальцев, стопы).

НЕЛЬЗЯ:

* Быстро согревать обмороженные места (обкладывание грелками, горячий душ, теплая ванна, интенсивное растирание, согревание у открытого огня и т.п.), так как при этом пораженные ткана, нагреваясь, но не получая из крови кислорода, чернеют и отмирают;
* Растирать обмороженные участки снегом из-за повреждения мелкими льдинками поверхности кожи и занесения инфекции;
* Употреблять для согревания алкоголь (он вызывает сначала расширение, а затем резкое сужение кровеносных сосудов и ухудшение снабжения пораженных участков кислородом);
* Натирать обмороженные участки тела жиром, так как это нарушает кожное дыхание и препятствует выводу из пор продуктов распада пораженных тканей.

ПОМНИТЕ: спасти обмороженные ткани можно, только немедленно обратившись в хирургическое отделение ближайшей больницы!

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ:

* При обморожении (чувство жжения, покалывания, онемения) осторожно разотрите обмороженный участок рукой или шерстяным шарфом. Снимите перчатки или обувь, руки согрейте дыханием и легким массажем, а стопы ног разотрите в направлении сверху вниз.
* При сильном обморожении (потеря чувствительности, боль, бледная и холодная кожа) укутайте пораженное место, теплыми вещами или по возможности несколькими слоями ваты, марли, полиэтилена и постарайтесь быстрее добраться до теплого помещения. Немедленно сами или с помощью соседей вызовите врача. Повязку не снимайте, иначе в результате перепада температур нарушится нормальное кровообращение в тканях.
* Пейте любой горячий напиток (сладкий чай, кофе, молоко), примите таблетку аспирина и анальгина, а также 2 таблетки но-шпы, 15-20 капель карвалола или валокордина , под язык положите таблетку валидола или нитроглицерина и ждите врача.

## Первая помощь при ожогах

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

* Обожженное место подставьте под струю холодной воды и подержите до стихания боли, затем смажьте это место спиртом или одеколоном, не накладывая повязки. Обрабатывайте несколько раз в день место ожога лечебными аэрозолями («Винизоль», «Пантенол» и др.).

Ожог второй степени – образование пузырей

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

* Наложите на них стерильную повязку (бинт или проглаженную утюгом ткань), вызовите врача на дом, давайте пострадавшему чаще пить. Безотказно действуют примочки из обычной мочи (так же как и в случае ожога первой степени).

Ожог третьей степени – обширные поражения кожи

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

* Немедленно вызовите «скорую помощь», укутайте пострадавшего проглаженным полотенцем, простыней. Дайте ему 1-2 таблетки анальгина или амидопирина, большое количество жидкости (чай, минеральную воду).

НЕЛЬЗЯ:

* Обрабатывать кожу спиртом, одеколоном;
* Прокалывать образовавшиеся пузыри (они предохраняют рану от инфекции);
* Смазывать кожу жиром, зеленкой , крепким раствором марганцовки, засыпать порошками (это затруднит дальнейшее лечение);
* Срывать прилипшие к месту ожога части одежды, прикасаться к обожженному месту руками (это приводит к проникновению инфекции);
* Разрешать пострадавшему самостоятельно двигаться (возможен шок);
* Поливать пузыри и обугленную кожу водой.

### ХИМИЧЕСКИЙ ОЖОГ

ПОД ДЕЙСТВИЕМ ЕДКИХ ВЕЩЕСТВ (КОНЦЕНТРИРОВАНЫХ, ЩЕЛОЧЕЙ, РАСТВОРОВ СОЛЕЙ НЕКОТОРЫХ МЕТАЛЛОВ) КОЖА И СЛИЗИСТЫЕ ОБОЛОЧКИ БЫСТРО ОМЕРТВЕВАЮТ. Агрессивные химические вещества медленно проникают в ткани, поэтому длительно поражают организм, разрушая эритроциты, нарушая обмен в тканях, функции внутренних органов (общее отравление). С момента соприкосновения этих веществ с покровами тела до завершения химических реакций обычно проходит время. Вследствие этого степень проявления ожога химическим соединением во многом зависит от типа этого вещества, его концентрации, времени воздействия на организм пострадавшего, состояния и индивидуальных особенностей (повышенной чувствительности) человека.

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

. Немедленно вызовите «скорую помощь».

* Быстро снимите одежду, удалите с кожи химическое вещество (сухим тампоном, платком и т.д.). при ожоге кислотой пользоваться влажным тампоном опасно, так как вещество, смешавшись с водой, глубоко проникнет в кожу через поры.
* При ожогах кислотой лейте на поверхность кожи в течение 15-20 минут раствор соды (1 чайная ложка на стакан воды) или холодную мыльную воду. Ожог плавиковой кислотой промывайте проточной водой 2-3 часа.
* Если ожог вызван щелочью, промытые водой участки кожи обработайте раствором лимонной или борной кислоты (половина чайной ложки порошка на стакан воды) либо столовым уксусом, наполовину разбавленным водой.
* Участки тела, пораженные фосфором, погрузите в воду или промойте сильной струей воды (на воздухе фосфор вспыхивает). Обработайте место ожога 5%-ным раствором медного купороса и закройте чистой сухой повязкой. При смазывании зоны ожога жиром, маслом или мазями фосфор всасывается в кожу – это опасно!
* Ожог, вызванный негашеной известью, сразу смывать водой нельзя (выделяется тепло и усиливается термическая травма). Удалите известь с кожи куском сухой чистой ткани; затем промойте кожу проточной водой и обработайте любым растительным маслом. Наложите сухую стерильную повязку.

**Осторожно! Клещи!**

Крымская геморрагическая лихорадка – тяжелое и опасное природно-очаговое заболевание.

Оберегайте себя и детей от заражения.

Переносчиками этой тяжелой болезни являются клещи. При организации отдыха детей на природе правильно подбирайте места кратковременного отдыха:

- не следует использовать для этих целей участки, покрытые зарослями, кустарником, расположенные вблизи пастбищ, стоянок, прогонов скота, стогов сена, соломы, лесополос. Территории подобранных участков необходимо очищать от валежника, сухостоя с последующим их сжиганием;

- используйте отпугивающие насекомых средства;

- педагогам и медработникам необходимо проводить осмотры детей после отдыха;

- осторожно, не раздавливая снимать и уничтожать обнаруженных на одежде и теле клещей;

- при выявлении присосавшегося клеща надо смазать его любым маслом, вазелином и вращательными движениями вытащить из ранки и обработать йодом или спиртом;

* медработник обязан в течение 10 дней взять под наблюдение детей, с которых были сняты клещи (проводить термометрию и осмотр кожных покровов тела).

# БЕШЕНСТВО

***Что является источником инфекции?***

Бешенство — острое вирусное заболевание. Источником инфекции являются больные животные (собаки, кошки, волки, лисицы).

***Как происходит заражение вирусом бешенства?***

Передача заразного начала осуществляется непосредственно при укусе больным животным. Вирус попадает в .рану со слюной.

***Каковы основные симптомы заболевания?***

Болезнь характеризуется судорогами глоточной и дыхательной мускулатуры, которые в последующем сменяются параличами, приводящими к смерти. Судороги возникают при малейших внешних раздражителях (яркий свет, шум, движение воздуха, сотрясение и др.). Особенно характерен такой симптом, как водобоязнь, выражающийся в спазме гортани при звуке или виде льющейся воды. Болезнь, если ее развитие не было предотвращено прививками, всегда заканчивается смертью. При нарастании возбуждения больные становятся агрессивными, мечутся в постели. Стадия возбуждения затем сменяется параличом, который и приводит к смерти больного.

***Каковы особенности содержания больных и ухода за ними?***

Больные бешенством подлежат обязательной госпитализации в связи с тяжестью заболевания, необходимостью соблюдения особого режима и ухода, а также проведения различных терапевтических мероприятий. Пациентов помещают в те отделения, где можно максимально обеспечить больному ограждение от внешних раздражителей (шум, сотрясение, яркий свет, звук льющейся воды и т. д.). Наиболее удобно размещать больных в боксовых отделениях.

Таких больных необходимо поить так, чтобы воды не было видно: давать сосать кусочки льда, влажную губку или мокрое полотенце. Больным бешенством устанавливается индивидуальный сестринский пост, так как больные обычно беспокойны, иногда могут встать с постели и убежать.

***Какие правила должен соблюдать медицинский персонал, работающий с больным бешенством?***

Медицинский персонал работает с больным в перчатках и маске, так как в слюне больного находится вирус бешенства. При уходе за больным нужно иметь запас постельного белья.

***Что подлежит дезинфекции при уходе за больным бешенством?***

Предметы ухода, посуду, белье обрабатывают 2 *%* раствором хлорамина.

***Каковы основные принципы лечения и профилактики зараженных и лиц, у которых подозревается заражение?***

Этиотропная терапия заключается в проведении курса вакцинации лицам, у которых подозревается заражение бешенством. Вакцинация обеспечивает выработку антител быстрее, чем вирус достигнет центральной нервной системы. Такое лечение зараженных (или подозреваемых на заражение) еще до появления клинических признаков болезни носит характер превентивного (предохранительного) лечения. Предохранительные прививки проводятся укушенным лицам в травматологических пунктах. Прививки против бешенства эффективны, если их начали делать не позднее 14 дней от момента укуса или ослюнения бешеным животным. Категорически запрещается употребление спиртных напитков в период вакцинации.

***Каковы принципы лечения больных при появлении клинических признаков бешенства?***

Лечение больных при появлении клинических признаков болезни сводится только к проведению патогенетической и симптоматической терапии. Широко используется противосудорожная терапия. Для питания и восстановления потерь жидкости внутривенно вводятся солевые растворы, плазмозаменители, растворы глюкозы и витамины. Больные бешенством часто требуют применения интенсивной терапии, например введения курареподобных средств (диплацин, кондельфин и др.) для расслабления мускулатуры. При этом налаживается принудительное аппаратное дыхание.

***Как проводится лабораторная диагностика бешенства?***

Лабораторная диагностика бешенства у человека не разработана. Диагноз ставится на основании клинических и эпидемиологических данных, а также на основании данных гистологического изучения головного мозга (обнаружение телец Бабеша—Негри) забитых животных, которые подозревались как источник инфекции.

**ЕСЛИ ВЫ ОТРАВИЛИСЬ**

1. мясными продуктами (резкая боль в животе, слабость, рвота, зрачки расширены). Первым делом нужно прочистить желудок : чтоб вызвать рвоту, выпивают стакан соленой воды. Затем нужно выпить слабительное или сделать клизму с марганцовкой. До прихода врача обложите больного грелками (или теплыми вещами) и постоянно давайте горячее питье, лучше крепкий чай или отвар ромашки.
2. рыбой (тошнота, пониженная температура, жажда, понос, сухость кожи). Сначала нужно промыть желудок и кишечник. Потом давать горячее питье. Не повредит стакан подогретого красного вина. Даже если больному стало лучше, несколько часов ничего не нужно есть, только пить. Если найдутся, можно выпить пару таблеток активированного угля (он высасывает шлаки).

если вы слегка “траванулись”, лучший способ - выпить водный раствор йода с картофельным крахмалом (или просто натертой на мелкой терке свежей картошкой).

**МЕДИЦИНСКИЕ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**

Ими должен уметь владеть каждый. Они необходимы в чрезвычайных ситуациях, помогут при травмах, отравлениях, поражении радиоактивными веществами.

ПАКЕТ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ - предназначен для наложения первичных повязок на раны.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОТИВОХИМИЧЕСКИЙ ПАКЕТ - ИПП-8, ИПП-9,ИПП-10, предназначен для обеззараживания капельножидких и некоторых сильнодействующих ядовитых веществ, попавших на тело, одежду, инструмент, приборы и средства индивидуальной защиты.

АПТЕЧКА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ АИ-2

содержит медицинские средства защиты и предназначена для оказания самопомощи и взаимопомощи при ранениях и ожогах ( для снятия боли), предупреждения или ослабления поражения радиоактивными, отравляющими или агрессивными химически опасными веществами (АХОВ), а также для предупреждения заболевания инфекционными болезнями.