



Европейский  
Союз



МЧС Республики Беларусь



Republic of Serbia  
Ministry of Interior  
Sector for Emergency Management

# Как вести себя в чрезвычайных ситуациях

Руководство для семьи



## Издатели

Организация по безопасности и  
сотрудничеству в Европе (ОБСЕ)  
Миссия в Сербии  
Цакорска 1, 11000 Белград

Министерство внутренних дел  
Сектор по чрезвычайным ситуациям  
101 Кнеза Милоса, 11000 Белград

Дизайн  
comma | Разработка средств связи

# PPRD

e a s t



Civil Protection  
and Disaster Management

Перевод, адаптация и публикация на русском языке осуществлены финансируемой Европейским Союзом Программой по предотвращению, обеспечению готовности и реагированию на антропогенные и стихийные бедствия в странах Восточного партнерства (PPRD East).

Программа PPRD East выражает признательность Миссии ОБСЕ и Министерству внутренних дел Сербии за предоставленное право адаптировать, публиковать и распространять это Пособие для семьи в рамках Программы PPRD East

eptisa



PARSONS  
BRINCKERHOFF



UNIVERSITY OF TWENTE.



PJSC GIRHIMPROM



Это издание осуществлено при содействии Европейского Союза. Команда PPRD East несет полную ответственность за содержание публикации, которое может не отражать официальной позиции Европейского Союза. Для некоммерческого распространения.

# Содержание

Вступительное слово

Бытовые пожары

Лесные пожары

Наводнения

Безопасность и спасение на воде

Землетрясения

Технологические аварии

Атомные и радиационные катастрофы

Отравление угарным газом

Непригодные пестициды

Терроризм

Экстремальные погодные условия

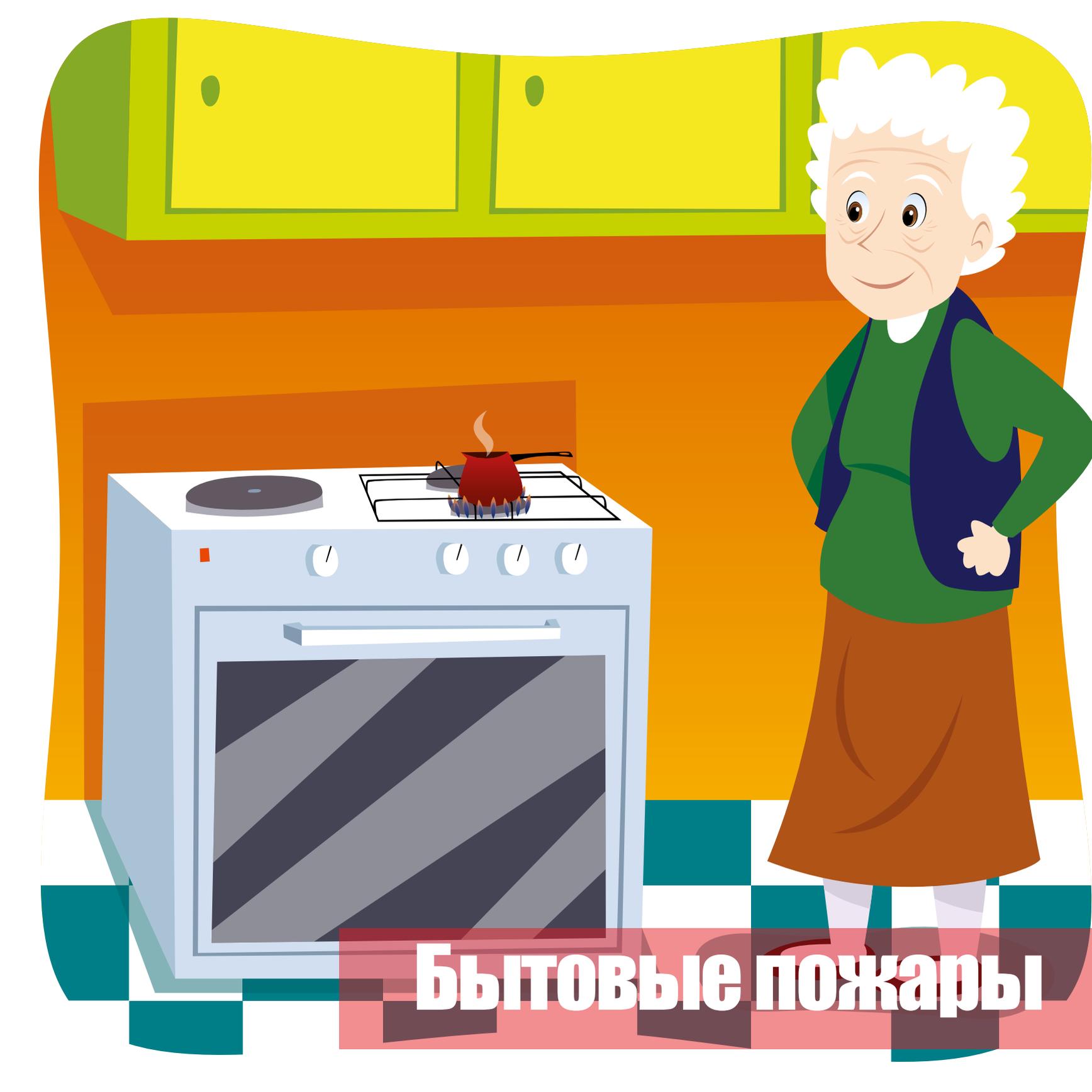
Неразорвавшиеся боеприпасы

Дорожно-транспортные происшествия

Первая помощь

Как пользоваться огнетушителем

Полезные номера



**Бытовые пожары**

**Огонь – это опасность,  
которая не только  
уничтожает  
имущество, но  
и убивает. Не  
допустите этого!  
Вовремя принимайте  
необходимые меры!**



**Увидев  
пожар,  
звоните**

**101**

## **КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОЖАР? Соблюдайте следующие правила**



- Уберите все легковоспламеняющиеся предметы – старые журналы, контейнеры с краской, растворители, старую мебель, одежду и другие вещи, которые хранятся в подвале, в гараже, на чердаке и т.д.
- Регулярно убирайте и не загромождайте пожарные лестницы и выходы, поскольку зачастую они являются единственным путем спасения вашей семьи.
- Проверяйте исправность противопожарного оборудования – огнетушителей, пожарных рукавов, гидрантов – и держите их в рабочем состоянии.
- Научитесь правильно пользоваться огнетушителем и научите этому свою семью, поскольку во время пожара у вас не будет времени на чтение инструкций.
- Научите детей в случае пожара звонить по телефону **101**.
- Увидев пожар или почувствовав запах дыма дома или в здании, звоните по номеру **101** – ни в коем случае не думайте, что это уже сделал кто-то другой.
- Никогда не выбрасывайте непогашенный окуроч из окна или с балкона, поскольку он вполне может оказаться в комнате или на балконе расположенной под вами квартиры и вызвать там пожар.

- Не оставляйте кухонную плиту без присмотра.
- Не курите в постели.
- Регулярно проверяйте электропроводку, отопительные приборы и системы.
- Не оставляйте зажигалки и спички там, где их могут найти дети.
- Не используйте газовые обогреватели или камины в помещениях с плохой вентиляцией.



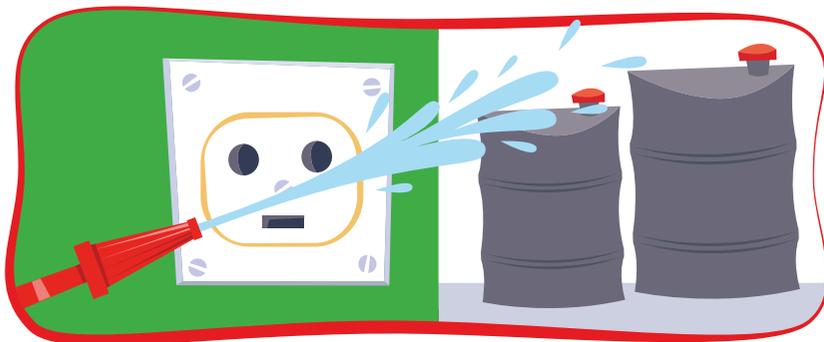
## Как вести себя при пожаре



- Если вы заметили пожар ночью, и у вас нет пожарной сигнализации, бегите к окну или в коридор и кричите „Пожар!“, чтобы разбудить членов семьи и соседей.
- Позвоните по телефону **101** и дайте четкую информацию о месте пожара: адрес, этаж и номер квартиры.
- Если пожар возник только в одной комнате, закройте дверь и выключите электричество. Вызовите пожарных и эвакуируйте членов семьи, а если пожар небольшой, попробуйте потушить его самостоятельно.
- Если же пожар большой, покиньте квартиру, закрыв за собой все двери. Иначе из-за притока свежего воздуха огонь быстро распространится на всю квартиру.
- Во время эвакуации необходимо, чтобы все члены семьи собрались в одном помещении, потому что дети могут где-то спрятаться от страха. Только тогда, когда все соберутся вместе, направляйтесь к выходу.

- Будьте готовы защититься от густого дыма и жара и, если есть время, наденьте пальто и обувь на толстой подошве, а нос и рот закройте мокрой тканью или полотенцем.
- Никогда не пользуйтесь лифтом, поскольку густой дым, содержащий токсичные газы, быстро наполняет шахту и кабину лифта и может привести к удушью тех, кто находится внутри.
- Если непосредственно вам огонь не угрожает, лучше всего оставаться за закрытыми дверями вашей квартиры. Если дым начнет проникать через двери, смочите полотенца водой, поместите их вокруг дверной рамы и перед дверью, это позволит предотвратить проникновение дыма в квартиру. Если воздух снаружи чистый, выйдите на балкон, закройте за собой дверь и ждите пожарных

### Помните! Не используйте воду:



- для тушения электропроводки и электрических приборов, так как это может привести к поражению электрическим током;
- для тушения бензина или нефти, так как они плавают на поверхности воды, что может привести к распространению пожара.

Не  
используйте  
воду для  
тушения  
электро-  
проводки,  
электри-  
ческих  
приборов  
или бензина.



**Лесные пожары**

# Увидев пожар,



- немедленно звоните по номеру 101, сообщите четкую информацию о месте, где вы находитесь, и точно укажите место пожара;
- опишите вид горящих растений;
- если можете, укажите направление распространения огня;
- не кладите трубку, пока не предоставите всю необходимую информацию.

# ЗВОНИТЕ 101

## Для предотвращения пожара выполняйте следующие рекомендации



- Не выбрасывайте в лесу непогашенную сигарету.
- Не сжигайте траву, низкорослую растительность или мусор на улице, в городской зеленой зоне, на полях и возле леса.
- Не разжигайте огонь в барбекю на открытых площадках, возле сухой травы или ветвей.
- Избегайте работ, которые могут вызвать пожар.
- Не оставляйте мусор в лесу, поскольку существует вероятность его самовозгорания.
- Не используйте открытый огонь и не курите во время уборки урожая.
- Обращайте внимание на знаки, запрещающие доступ в зоны повышенной пожароопасности.



Лесные пожары быстро распространяются и охватывают лесные массивы и другие зеленые насаждения – кустарники, низкорослые растения, траву возле сельскохозяйственных угодий, на пустырях и в заброшенных местах.

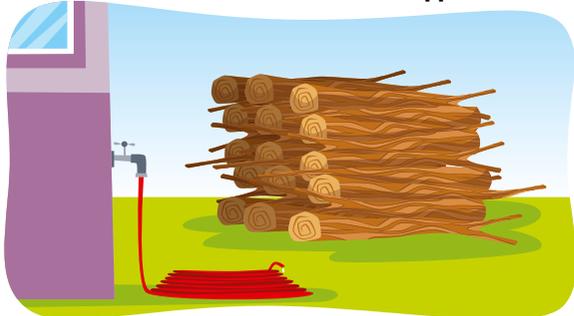
На возникновение и распространение пожаров влияют жара, сильный ветер, засуха.

Пожары могут вызываться природными явлениями, например, ударом молнии (это редкий вид) и людьми:

- нечаянно (короткое замыкание, перегрев оборудования, искры во время работы);
- из-за случайного воспламенения (безответственное поведение во время пикников и выбрасывание легковоспламеняющихся материалов);
- намеренно – когда пожар организуется сознательно;
- при проведении сельскохозяйственных работ (сжигание сорняков и других растительных отходов, строго запрещено Законом о пожарной безопасности).

К сожалению, пожары, вызванные людьми, являются наиболее распространенными.

## Если ваш дом находится в лесу, недалеко от него или в зоне зеленых насаждений



- Срезайте низкорослую растительность, скашивайте и убирайте сухую траву, листья и ветки в радиусе 20 метров от дома.
- Убирайте свой двор – удаляйте сухие листья и ветки, следите за тем, чтобы ветви не касались стен дома, крыш и балконов.
- Не храните легковоспламеняющиеся материалы и топливо возле дома.
- Приобретите огнетушители и регулярно проверяйте их состояние.
- Установите краны для подачи воды и приобретите достаточно длинный шланг, которого бы хватало для территории, которую вы хотите защитить, кроме того, запаситесь емкостями с водой и неэлектрическим водяным насосом.

## Если пожар распространяется в направлении вашего дома



- Сохраняйте спокойствие.
- Перенесите все горючие материалы подальше от вашего дома, в закрытые и защищенные места, чтобы не провоцировать дальнейшее распространение огня.
- Закройте все клапаны подачи газа и топлива, расположенные возле дома.
- Обеспечьте возможность проезда пожарных машин.
- Включите внутреннее или наружное освещение, чтобы улучшить видимость в случае сильного задымления.

## Если пожар достиг вашего дома



- Не выходите из дома, если не будете абсолютно уверены, что это безопасно. В домах, построенных из негорючих материалов, шансы на выживание высокие.
- Заведите в дом всю семью и домашних животных.
- Закройте все двери и окна, обложите все щели мокрой тканью.
- Снимите занавески с окон.
- Передвиньте мебель в центр комнаты, подальше от окон.
- Обеспечьте запас воды.
- Соберите всех членов семьи в одном месте.
- Проверьте, есть ли фонарик, на случай отключения электричества.

## Когда пожар потушен



- Выйдите из дома и сразу же погасите очаги пожара в непосредственной близости.
- Организуйте дежурство, пока все очаги пожара не будут потушены, поскольку даже небольшой огонь у дома может вызвать повторное воспламенение.

**Эвакуация должна проводиться только в случае абсолютной необходимости, в направлениях, не охваченных огнем и дымом, согласно инструкциям, выданным соответствующими органами.**

Непогашенные

сигареты

являются

наиболее

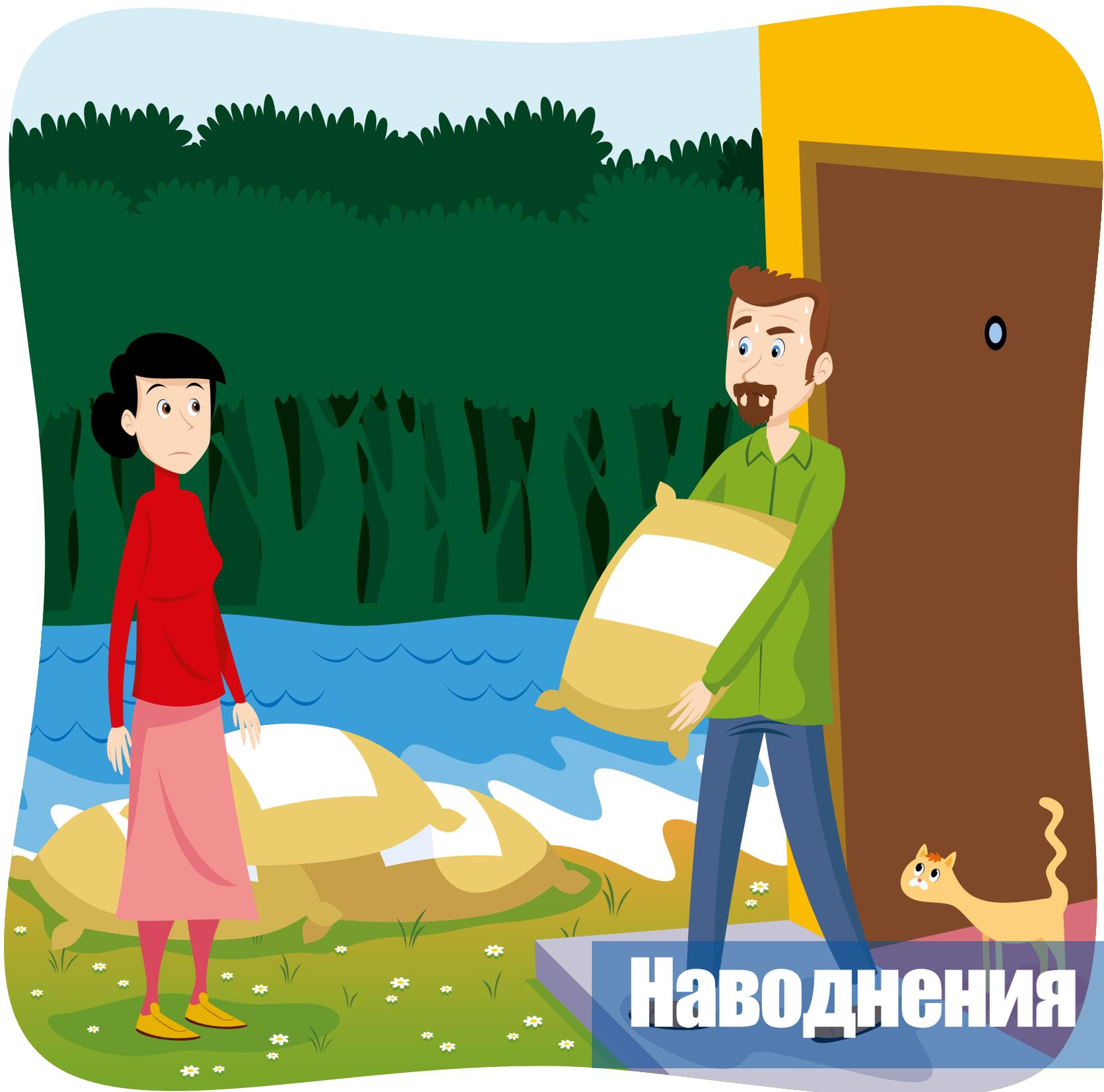
распростра-

ненной

причиной

лесных

пожаров!



**Наводнения**

# Как действовать в случае наводнения



- Следите за сообщениями по радио, телевидению и в Интернете.
- Помните, что катастрофическое наводнение может наступить внезапно. При появлении опасности немедленно перейдите на верхние этажи здания. Не ждите, пока кто-то даст вам такую команду.
- Держитесь подальше от электрических кабелей.
- Избегайте мест, где могут возникнуть оползни и обвалы.
- Не мешайте работе спасателей.



Наводнения – это очень распространенные стихийные бедствия, они могут иметь местный характер, произойти в отдельной деревне или небольшом поселке, а могут быть крупномасштабными и охватывать целые бассейны рек и множество населенных пунктов.

Продолжительность затопления зависит от конкретного случая. Наводнение в низменных районах развивается медленно, в течение нескольких дней, в отличие от внезапных наводнений, которые развиваются быстро, иногда без видимых признаков. Такие наводнения образуют опасную разрушительную паводковую волну, несущую грязь, камни, ветки и мусор.

Наводнение также происходит, если уровень воды в реке поднимается настолько, что это приводит к выходу на поверхность грунтовых вод или переливанию через плотину, если же напор воды очень большой, дамбу может прорвать. Наводнения могут возникать вследствие разрушения плотин, в этом случае мощный поток воды похож на внезапное наводнение, но в гораздо более широком, катастрофическом масштабе.

## Как уберечься от наводнения в зоне высокого риска

- В не паводковый период ведите себя ответственно: не выбрасывайте мусор и отходы в реки, ручьи и каналы.
- Если отходы уже попали в русла рек и каналов, сообщите об этом в соответствующие государственные органы и коммунальные службы.
- В городах, где проливные дожди увеличивают поверхностный сток, не выбрасывайте мусор в ливневые стоки и не закрывайте отверстия дренажных колодцев.
- Если это возможно, подготовьте мешки с песком, которые в случае наводнения можно положить при входе и закрыть все отверстия, через которые вода может попасть в дом.
- Не закрывайте водоотводы для накопления воды в летний период.



Даже небольшие ручьи, реки, дренажные или ливневые каналы, кажущиеся вполне безопасными, могут вызвать крупные наводнения.

## Как действовать при эвакуации



- Возьмите необходимые вещи (документы, ценности, теплую одежду, сапоги, бутылку питьевой воды, фонарик) и, по возможности, покиньте дом в организованном порядке.
- Будьте готовы к оказанию помощи, действуйте совместно со спасательными командами.
- Если вы живете вниз по течению от плотины, узнайте, каким будет сигнал опасности, сколько времени потребуется вам, чтобы выйти из дома и где находится безопасная зона на случай разрушения плотины.
- Действуйте по ситуации и следите за сообщениями средств массовой информации.

### Если есть время, рекомендуется:

- закрыть дом;
- отключить электричество общим выключателем;
- отсоединить все электроприборы.

## Как вести себя после наводнения

- Слушайте сообщения о водоснабжении и безопасности питьевой воды.
- Избегайте паводковых вод – они могут быть загрязнены мусором, маслом, бензином и канализационными стоками. Вода также может иметь электрический заряд от подземных линий электропередачи.
- Не ходите по движущейся воде.
- Будьте осторожны в районах, где паводковые воды отступили; дороги могут быть повреждены и опасны.
- Возвращайтесь домой только тогда, когда соответствующие органы объявят, что это безопасно.
- Не пользуйтесь электрическими приборами, пока не проверите их.
- Очистите и продезинфицируйте все поверхности.

## Как действовать, если вам приходится покинуть свой дом



- Не ходите по движущейся воде. Движущаяся вода глубиной пятнадцать сантиметров может сбить человека с ног. Если вы вынуждены передвигаться в воде, идите там, где она не движется. Используйте палку, чтобы проверить глубину воды и твердость почвы.
- Не перемещайтесь на машине в затопленных районах. Если вокруг вашего автомобиля поднимутся паводковые воды, выйдите из него и, если это безопасно, перейдите на более высокое место.
- Не пересекайте реки или ручьи пешком или на автомобиле.
- Эвакуируйте домашних животных, а если это невозможно, выведите их из построек, где они находятся.
- Будьте готовы покинуть дом в случае необходимости – подготовьте рюкзак или сумку с личными документами и необходимыми вещами (фонариком, свистком, дождевиком, теплой одеждой, сапогами – желательно резиновыми, бутылкой питьевой воды, радиоприемником и запасными батарейками, палкой, веревками и т.д.).



- Держитесь подальше от зданий, окруженных паводковыми водами.
- Будьте осторожны при входе в дом, вас могут ожидать скрытые повреждения.
- Как можно скорее почините поврежденные отстойники и другие канализационные системы. Поврежденные канализационные системы представляют серьезную опасность для здоровья.
- Очистите и продезинфицируйте все, что было мокрым. Грязь, оставшаяся от паводковых вод, может содержать сточные воды и химикаты.
- Увидев мертвых животных, позвоните в санитарно-эпидемиологическую службу и службу ветеринарной медицины.

**Помните!**

**Опасность**

**сохраняется,**

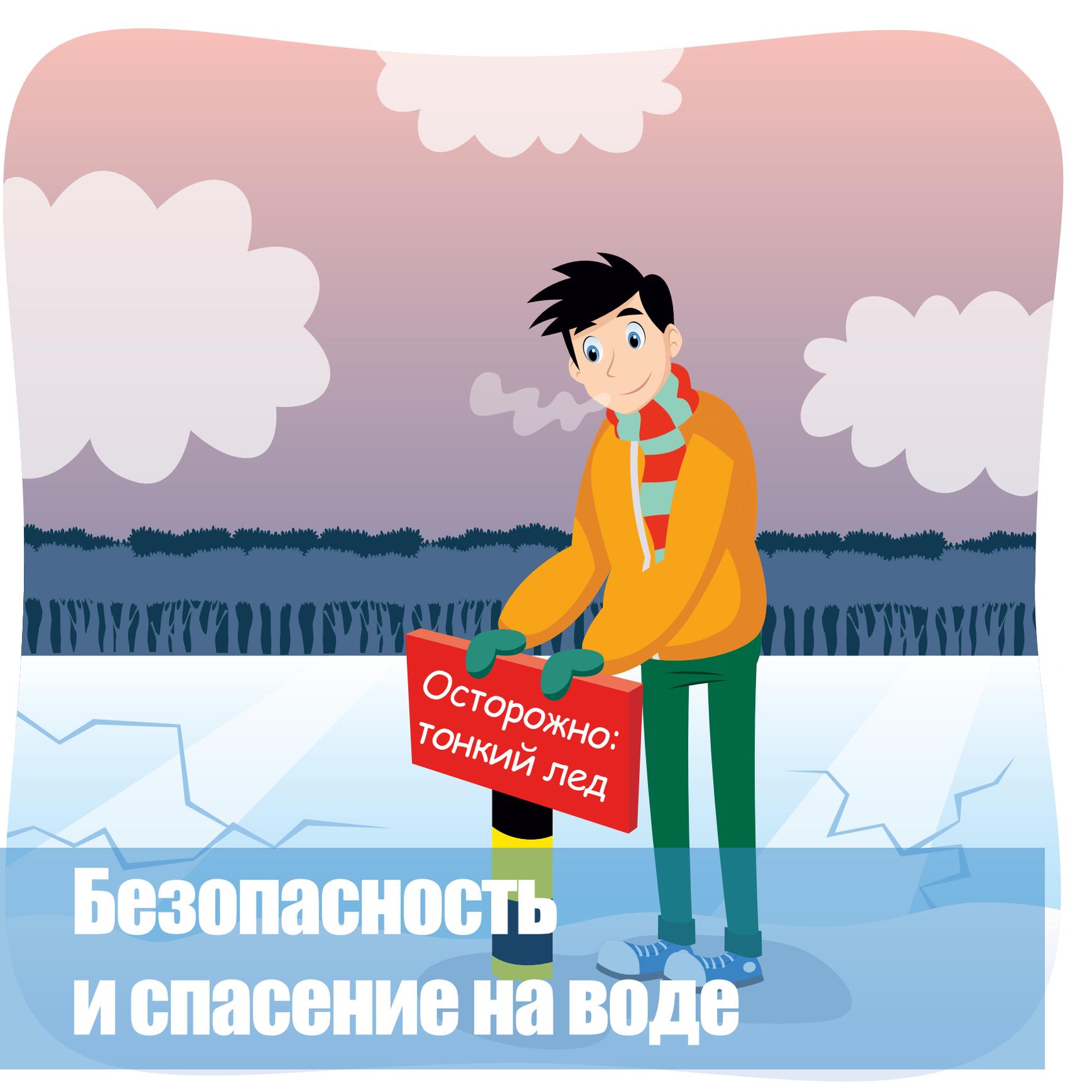
**даже тогда,**

**когда**

**паводковые**

**воды**

**отступили.**

A cartoon illustration of a man with black hair, wearing an orange jacket, a red and white striped scarf, and green pants. He is holding a red rectangular sign with white text. The background shows a winter scene with a frozen lake, dark blue grass, and a purple and pink sky with white clouds. The man is standing on the ice, and a small puddle of water is visible at his feet.

Осторожно:  
тонкий лед

**Безопасность  
и спасение на воде**

# Как вести себя на воде

## Помните, что основными условиями безопасности являются:

- правильный выбор места для купания;
- строгое соблюдение правил поведения во время купания и катания на плавсредствах.



## ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- залезать на предупредительные знаки, буи и бакены;
- прыгать в воду с лодок и катеров, а также сооружений, не предназначенных для этого;
- нырять с мостиков, дамб, причалов, деревьев, высоких берегов;
- использовать для плавания такие опасные средства, как доски, бревна, камеры от автомобильных шин и другое оснащение, не предназначенное для плавания;
- плавать на плавсредствах в местах, отведенных для купания;
- употреблять спиртные напитки;
- загрязнять воду и берег, стирать белье и одежду в местах, отведенных для купания;
- подплывать близко к плавсредствам;
- допускать в воде грубые игры, связанные с ограничением движения рук и ног;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- заходить глубже, чем по пояс, людям, которые не умеют плавать.

## Неотложная медицинская помощь на воде:

- положите пострадавшего на спину, на твердую поверхность;
- одной рукой откройте ему рот, пальцами другой руки, завернутыми в салфетку или носовой платок, удалите из полости рта песок, ил и т.п.;
- рукой, подложенной под затылок, максимально разогните позвоночник в шейном отделе, выдвиньте вперед нижнюю челюсть за подбородок, удерживая ее в таком положении одной рукой, второй сожмите крылья носа;
- наберите воздуха в свои легкие, плотно охватите открытый рот пострадавшего и сделайте пробное вдувание воздуха в его легкие, одновременно „краем глаза“ контролируйте подъем грудной клетки. Если челюсти находящегося без сознания человека плотно сжаты или есть повреждения челюсти, языка, губ, проведите искусственную вентиляцию методом не „рот в рот“, а „рот в нос“, зажимая при этом не нос, а рот. Количество вдуваний – 16-20 раз в минуту;
- для наружного массажа сердца расположитесь сбоку от пострадавшего; основание ладони одной руки положите на передне-нижнюю часть грудины, основу второй ладони – поперек первой, разогните руки в локтевых суставах. Делайте ритмичные толчки всей массой тела, нажимая на грудь с частотой 80-100 движений в минуту;
- в случае, когда спасатель один, соотношение количества вдуваний к количеству нажатий на грудь 1:5, если спасателей двое – 2:15;
- через каждые две минуты сердечно-легочную реанимацию необходимо приостанавливать на несколько секунд и проверять, не появился ли пульс на сонных артериях. Массаж сердца и искусственную вентиляцию легких необходимо проводить до восстановления дыхания, пульса, сужения зрачков, улучшения цвета кожи.

**Помните, в экстремальных условиях важно не паниковать! Вы спросите – а можно ли, когда тонешь или спасаешь утопающего, вспомнить какие-то рекомендации и правила? Можно! Хорошо усвоенные правила сами „всплывут“ в памяти и помогут выплыть вам!**

# ПОВЕДЕНИЕ НА ЛЬДУ

Чтоб не случилось беды, на льду нужно вести себя очень осторожно! Наиболее опасный лед – первый и последний, он очень тонкий, непрочный и не выдерживает массы даже маленького ребенка.

## Лед голубого цвета – самый прочный, а белого – значительно слабее

- Для одного человека безопасным считается лед синеватого или зеленоватого оттенка толщиной более 7 см.
- Для группы людей безопасен лед толщиной не менее 15 см.
- При передвижении нескольких человек по льду надо идти друг за другом на расстоянии.
- При массовом катании на коньках лед должен иметь толщину не менее 25 см.
- Прежде чем ступить на замерзшую поверхность водохранилища, следует узнать толщину ледового покрова с помощью длинной заостренной палки (пешни) или другого подобного предмета.
- Ни в коем случае не проверяйте толщину льда ударами ног!
- Во время движения по льду следите за его поверхностью, обходите опасные места и участки с кустами и травой. Особенно осторожно следует быть в местах с быстрым течением, ключами, ручьями и теплыми сточными водами предприятий. Если лед недостаточно прочен, следует немедленно остановиться и вернуться обратно тем же путем „шаркающим“ шагом.

## Если вы провалились под лед:



- не паникуйте, держитесь на плаву, избегая погружения с головой;
- зовите на помощь;
- старайтесь выбраться на лед, широко раскинув руки, наползая на край льда грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги;
- как можно эффективнее используйте свое тело, увеличивая опорную площадь;
- выбравшись на лед, перекатитесь и отползайте в ту сторону, откуда пришли, где прочность льда уже известна.

Теперь необходимо как можно быстрее переодеться.

Если сухой одежды под рукой не оказалось, надо выкрутить мокрую и снова надеть ее. Чтобы согреться, следует выполнить любые физические упражнения.

Можно растереться сухой шерстяной тканью, после чего укрыться в защищенном от ветра месте, хорошо укутаться, выпить что-нибудь горячее.

## Будьте осторожны, не рискуйте своей жизнью!

## Если кто-то провалился под лед:

Прежде чем броситься на помощь, необходимо:

- позвать на помощь других людей, взрослых;
- найти предмет, который можно бросить пострадавшему (крепкую палку, веревку, пояс, шарф, сумку или рюкзак, если они без вещей и имеют длинную, крепко пристроченную лямку);
- оценить, насколько далеко от берега оказался пострадавший, и есть ли возможность беспрепятственно добраться до него.

## Если вы уверены, что можете



## спасти человека:

- крикните, что идете на помощь;
- приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;
- подложите под себя лыжи, доску, фанеру;
- обсудите свои действия с пострадавшим (договоритесь о команде, по которой вы будете тянуть его мощным рывком, а он в это время будет пытаться вытолкнуть тело на поверхность);
- не подползая к самому краю проруби, подайте пострадавшему палку, шест, лыжу, шарф, веревку, санки или что-то подобное и вытяните его на лед;
- вместе с потерпевшим ползком возвращайтесь назад.



**Землетрясения**

# Что делать во время землетрясения?



- Сохраняйте спокойствие и хладнокровие, постарайтесь не растеряться. Помните, что в некоторых случаях это могут быть предварительные толчки, за которыми последует сильное землетрясение.
- Не пытайтесь бежать.
- Лягте на пол, свернитесь калачиком и закройте голову.



Землетрясения – это подземные толчки, вызывающие колебания земной поверхности, приводящие к деформации земной коры и повреждению или разрушению сооружений.

Условно землетрясения оцениваются по 12-балльной шкале. Опасными считаются землетрясения силой более 5 баллов. Признаки такого землетрясения: осыпается штукатурка, раскачиваются люстры, падает посуда. С момента, когда вы почувствовали первые толчки, до колебаний, опасных для зданий, у вас есть 15-20 сек.

Самое важное – не паниковать и защитить себя от обломков, тяжелых предметов, стекла и т.п.

## Как действовать, если во время землетрясения вы находитесь в помещении

- Если есть возможность, выйдите из здания. Убедитесь, что вы находитесь на безопасном расстоянии от всех зданий.
- Если выйти на открытое пространство невозможно, спрячьтесь в безопасное место (дверные проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные этими стенами), можно спрятаться под кроватью или столом.
- Опасно находиться возле окон и в угловых комнатах на последних этажах.
- Выключите газ, электроэнергию, любой источник отопления и перекройте воду. Погасите огонь, не зажигайте спичек, не пользуйтесь лифтом.
- Остановите тех, кто намерен прыгать с балконов и окон на этажах, выше первого.
- Не выходите на террасы или балконы.
- В школе дети должны спрятаться под партами и накрыть голову руками.
- Если вы находитесь в общественных зданиях:
  - сохраняйте спокойствие;
  - держитесь подальше от толпы;



- избегайте лестниц и входных дверей: там происходит много несчастных случаев;
- имейте в виду, что срабатывание аварийной сигнализации может вызвать отключение электроэнергии.

- Лучше всегда иметь под рукой фонарик и радиоприемник с запасными батарейками, чтобы слышать объявления специальных служб.
- Если возник пожар, попробуйте погасить его и позвоните в местную пожарно-спасательную службу.
- Если необходимо, присоединяйтесь к спасательным командам и помогайте в поиске людей, оказавшихся под завалами разрушенных зданий.

## Как вести себя после землетрясения

- Не зажигайте огонь, это опасно.
- Немедленно осмотрите завалы, возможно, кому-то нужна помощь.
- Не занимайте телефон без необходимости.
- Не включайте воду, не проверив систему.
- Промышленные аварии и пожары являются обычными спутниками стихийных бедствий – будьте готовы.
- Позаботьтесь о детях: за ними нужен особый контроль.

## Как вести себя, если во время землетрясения вы находитесь на улице



- Отойдите от уличных фонарей, проводов и зданий.
- Остерегайтесь дымовых труб, кровельной черепицы, разбитых оконных стекол и т. п.
- Прикройте голову руками или сумкой.
- Не заходите в подземные переходы.
- Если стихийное бедствие застало вас в общественном транспорте, дождитесь остановки и немедленно выйдите.

## Как действовать, если во время землетрясения вы находитесь в движущемся автомобиле



- Остановитесь, если это позволяет сделать безопасность дорожного движения.
- Не выходите до окончания толчков.
- Не останавливайтесь вблизи зданий, деревьев, эстакад и электрических проводов.
- Будьте осторожны после прекращения землетрясения. Избегайте дорог, мостов или наклонных съездов, которые могли быть повреждены в результате землетрясения.



**Техногенные аварии**

## В случае возникновения опасности необходимо соблюдать следующие рекомендации

- Если вы находитесь на улице, как можно скорее покиньте место аварии.
- Если вы не травмированы, помогите тем, кому необходима помощь.
- Если есть возможность, зайдите в помещение.
- Закройте все окна и двери, выключите кондиционеры.
- Защитите свои дыхательные пути (используйте носовые платки, предметы одежды или другие куски мокрой ткани).
- Обеспечьте герметизацию помещения, в котором вы находитесь (закройте отверстия и щели липкой лентой, одеялами, покрывалами и другой тканью).
- Используйте специальное оснащение или доступные средства (респираторы, маски из качественных абсорбирующих материалов, носовые платки, марлю, предметы одежды и т.п.), смочите их водой или раствором пищевой соды перед применением.
- Для защиты глаз используйте очки, подобные защитным очкам, применяемым на производстве, носовые платки, предметы одежды и т.п.
- Если необходима эвакуация, подготовьте плащи, ветровки, одежду из водонепроницаемых синтетических материалов, а также перчатки, сапоги или закрытые ботинки.



Техногенные аварии – это непредсказуемые события на производствах, сопровождающиеся пожарами, взрывами, выбросами вредных веществ.

Признаками того, что вы находитесь вблизи эпицентра аварии, могут стать:

- взрывы, дым, огонь, резкий запах, «цветные» осадки, неожиданная массовая гибель животных, моментально засохшие листья и т.п.;
- быстрое появление характерных симптомов (тошнота, затрудненное дыхание, воспаление слизистых оболочек и кожи, появление волдырей).

## Если у вас поражение низкой степени (отравление, ожоги или травмы)



- Вымойте руки.
- Снимите линзы.
- Немедленно избавьтесь от загрязненных предметов одежды и обуви, сложите одежду в полиэтиленовый пакет или ведро.
- Примите душ, намыливайтесь и смывайте мыло несколько раз.
- Приготовьте 2%-й раствор пищевой соды и используйте его для промывания глаз, полости рта и дыхательных путей, промывайте каждый глаз, не нажимая на него, в направлении от носа к внешнему краю, в течение 15 минут.
- Обратитесь за медицинской помощью, если считаете, что подверглись воздействию опасных веществ.
- Осторожно осмотрите рану / ожог.
- Наложите чистую марлю на рану и работайте кожу в зоне ожога так, как обрабатываете разбитое колено, чтобы избежать дальнейшего повреждения тканей.
- Немедленно дайте пострадавшему соленую воду, чтобы компенсировать потерю воды и соли.
- Контролируйте свое дыхание.
- Ждите приезда скорой помощи, а если она не может добраться до вас, организуйте транспортировку пострадавших в медицинское учреждение.

## Если вы находитесь за рулем автомобиля



- Сохраняйте спокойствие.
- Закройте окна и не открывайте их, выключите кондиционер и другие вентиляторы.
- Ищите здание, где вы сможете найти убежище и припарковать свой автомобиль, если же это не представляется возможным, оставайтесь в автомобиле.
- Включите радиоприемник и выполняйте все инструкции компетентных органов.

## Если вы находитесь в непосредственной близости от места аварии



- Сохраняйте спокойствие и старайтесь защитить себя. Только тогда, когда вы будете защищены должным образом, помогайте другим, но только если вы знаете, как.
- Покиньте место аварии как можно скорее.
- Не передвигайтесь по зонам, где есть опасные химические вещества, и не прикасайтесь к последним.
- Не курите.
- Старайтесь как можно тщательнее закрыть ваше тело, защитите дыхательные пути от опасных газов и пыли, закройте рот и нос полотенцем или тканью, дышите медленно.

**Сохраняйте спокойствие, не поддавайтесь панике!**

**Следуйте инструкциям соответствующих органов и следите за сообщениями средств массовой информации**

Когда опасность миновала:  
→ обратитесь в медицинское учреждение и пройдите обследование;  
→ удалите пыль с одежды и других предметов с помощью влажного абсорбирующего материала.

**Правильно утилизируйте отходы (одежду, обувь, материалы для уборки и любые загрязненные предметы). Чтобы предотвратить дальнейшее загрязнение, сложите отходы в пластиковые пакеты и утилизируйте их в местах, указанных соответствующими службами.**



**Ядерные  
и радиационные аварии**

Для предупреждения или ослабления воздействия на организм радиоактивных веществ и избежания лучевой болезни:

- максимально ограничьте пребывание на открытой территории, при выходе из помещения используйте средства индивидуальной защиты (респиратор, повязку, плащ, резиновые сапоги);
- находясь на открытой территории, не раздевайтесь, не садитесь на землю, не курите;
- перед входом в помещение обувь вымойте водой или вытрите мокрой тряпкой, верхнюю одежду вытряхните и почистите влажной щеткой;
- строго соблюдайте правила личной гигиены;
- во всех помещениях, предназначенных для пребывания людей, делайте каждый день влажные уборки, желательно с использованием моющих средств;
- питайтесь только в закрытых помещениях, тщательно мойте руки;
- употребляйте воду только из проверенных источников;
- сельскохозяйственные продукты из индивидуальных хозяйств, особенно молоко, зелень, овощи и фрукты, употребляйте только согласно рекомендациям органов здравоохранения;
- откажитесь от купания в открытых водоемах до проверки степени их радиоактивного загрязнения;
- не собирайте в лесу ягоды, грибы или цветы.

## Ядерные и радиационные катастрофы – это чрезвычайные ситуации, представляющие угрозу для людей и окружающей среды.

„Зонами риска“ радиоактивных выбросов являются

- атомные электростанции;
- исследовательские реакторы и реакторы на судах;
- объекты добычи, производства и транспортировки ядерного топлива;
- хранилища и места захоронения радиоактивных веществ.

## Если вы получили информацию об опасности

- Немедленно наденьте противогаз или респиратор, а в случае их отсутствия – ватно-марлевую повязку. Детей в возрасте до полутора лет разместите в защитные детские камеры. Идите в защитное сооружение.
- Если защитное сооружение далеко и у вас нет противогаза (защитной детской камеры), оставайтесь в помещении.
- Включите радиоприемник или телевизор.
- Закройте окна, двери, вентиляционные отверстия, осуществите герметизацию помещения.
- Если информация застала вас на улице, немедленно, быстро и без паники зайдите в помещение (дом, квартиру или убежище).
- Если вы находились на улице долго, перед входом в помещение снимите верхнюю одежду и оставьте ее снаружи.
- Немедленно вымойте открытые части тела (руки, лицо, шею, волосы и т.д.).
- Особенно позаботьтесь о детях, беременных, пожилых, слабых и больных людях, а также о лицах с ограниченными возможностями, как о членах вашей семьи, так и соседях.
- Примите все защитные и спасательные меры согласно инструкциям соответствующих органов и средств массовой информации.

## Защита органов дыхания и кожных покровов

- Для защиты органов дыхания используйте респиратор, ватно-марлевые повязки, маски от пыли из ткани, а также гражданские противогазы.
- Средства индивидуальной защиты можно не использовать при нахождении в жилых и административных зданиях, в тихую, безветренную погоду и после дождя.
- Во избежание поражения кожи следует использовать плащи с капюшонами, накидки из плотной ткани или полиэтиленовой пленки, комбинезоны, резиновую обувь, перчатки, а в случае наличия – специальную защитную одежду.

## Защита жилья, источников воды и продуктов питания.

- Все окна в доме закройте пленкой, входные двери завесьте мягкими шторами.
- Закройте дымоходы и вентиляционные отверстия. Сверните дорожки и ковры.
- Мягкую мебель накройте чехлами, столы – пленкой или клеенкой. Перед входной дверью поставьте емкость с водой и рядом расстелите коврик.
- Водозаборные колонки оборудуйте палатками и помостами.
- Храните продукты в холодильниках в стеклянной таре или полиэтиленовых пакетах.

# Отравление угарным газом

## Признаки отравления угарным газом:

- головная боль;
- головокружение;
- шум в ушах;
- ощущение давления на лоб;
- тошнота;
- рвота;
- боль в груди.

## Первая помощь при отравлении угарным газом:

- вынести человека на свежий воздух;
- поднести к носу ватку с нашатырным спиртом;
- обеспечить свободное поступление воздуха в легкие, расстегнув одежду;
- если пострадавший в сознании – дать выпить большое количество жидкости (чай, вода);
- в случае отсутствия дыхания провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца;
- вызвать скорую помощь.



При тяжелой форме отравления происходит потеря сознания, судороги, нарушение дыхания. На тяжесть отравления влияет концентрация и продолжительность воздействия газа на организм. Отравление может вызвать сердечную недостаточность и необратимые повреждения головного мозга. При больших концентрациях угарного газа смерть может наступить мгновенно.

## Во избежание отравления:

- регулярно и качественно обслуживайте газовые системы и системы отопления;
- устанавливайте в доме индикаторы, фиксирующие утечку газа;
- соблюдайте правила безопасного пользования автономным отоплением и газовыми приборами;
- проверяйте тягу в дымоходе;
- не перекрывайте печной дымоход на ночь;
- не используйте газовые плиты для обогрева помещений;
- чаще проветривайте помещение, где есть газовые приборы;
- не пользуйтесь грилями или другими устройствами, в которых что-то сжигают, в жилом помещении, гараже или подвале, у открытых окон;
- регулярно проветривайте помещения;
- двигатель внутреннего сгорания не должен работать в помещении, не имеющем вентиляции, окон и дверей.

Если вы обнаружили человека без сознания в доме, где чувствуется запах газа, или в непроветриваемом гараже, где находится автомобиль с включенным двигателем, запомните последовательность действий, быстрое выполнение которых позволит спасти пострадавшего:

- откройте окна и двери;
- перекройте газ, выключите двигатель автомобиля;
- как можно быстрее вынесите потерпевшего на свежий воздух;
- немедленно доставьте потерпевшего в медицинское учреждение.

Убедитесь, что у вас есть помощник, поскольку войдя в помещение, вы сами можете потерять сознание.

Не включайте свет!

Угарный газ образуется в результате неполного сгорания топлива в автомобильных двигателях или отопительных приборах, работающих на угле или других видах природного топлива.

Наибольшая опасность отравления угарным газом существует в помещениях, отапливаемых автономно природным газом, дровами или углем. Угарный газ очень опасен, поскольку не имеет цвета и запаха. На его присутствие может указывать наличие копоти, задымленности, желтого пламени.

Если вам  
известно  
местонахож-  
дение НП,  
сообщите об  
этом в  
службу по  
чрезвычайным  
ситуациям,  
СЭС или  
природо-  
охранные  
органы.

## Непригодные пестициды

Непригодные пестициды – это токсичные отходы опасных химических веществ (пестицидов). Ранее они использовались в сельском хозяйстве как химические средства защиты растений, но со временем были запрещены или потеряли свои свойства. Если условия хранения этих ядовитых веществ нарушаются, они легко могут нанести вред людям и окружающей среде. Зброшенніе и полуразрушенніе склады с непригодными пестицидами часто находятся рядом с домами людей, животноводческими хозяйствами, источниками питьевой воды. По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно пестицидами отравляется 500 тыс. человек, а более 5 тыс. – со смертельным исходом.

### Как распознать, что поблизости находятся НП?

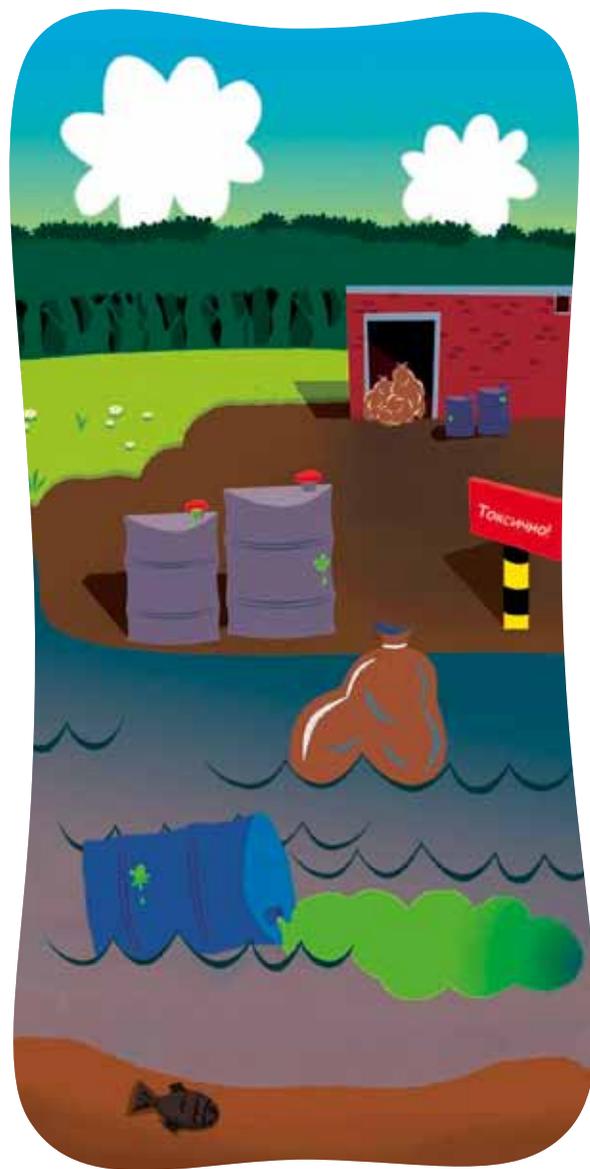
- Ощутимый резкий неприятный запах, который разносится ветром на большие расстояния.
- Вода, в которую попали НП, также имеет этот запах.
- На местах, где закопаны или неподалеку от которых сложены НП, не растут деревья и трава.

### Чтобы избежать вредного воздействия непригодных пестицидов:

- не подходите к складам без специальной защитной одежды, респиратора и очков.
- не используйте НП в домашнем хозяйстве.
- избегайте применения строительных материалов или тары со складов НП.
- на землях около складов не выпасайте скот, не выращивайте овощи, фрукты и корм для животных.
- не пейте воды из источников и колодцев, находящихся возле складов НП.
- не ловите рыбу и не купайтесь в водоемах у скоплений НП.

### Если Вы или Ваши родные отравились пестицидами:

- прекратите контакт с ядом.
- примите душ с мылом.
- снимите загрязненную одежду.
- выпейте большое количество жидкости, при необходимости вызовите рвоту.
- примите активированный уголь.
- как можно скорее обратитесь к врачу.



По материалам публикации ВЕГО «МАМА-86»  
«Методические рекомендации для проведения информационной кампании в учебных заведениях на тему: «Проблема влияния непригодных пестицидов на здоровье человека и окружающую среду» – Киев, 2010 г

**В организм человека непригодные пестициды могут попасть с воздухом, пищей или водой!**

# Терроризм

Терроризм – это метод, при котором преступная группа стремится достичь своей цели путем использования насилия. Для нагнетания страха применяются взрывы и поджоги жилых и административных зданий, магазинов, вокзалов, захват заложников, угон самолетов и т.д..

## Чтобы избежать возможного террористического акта или уменьшить его последствия

- Не трогайте в транспорте, подъезде, общественном месте бесхозные пакеты, сумки или коробки и не подпускайте к ним других. Сообщите о находке сотруднику милиции.
- В присутствии террористов не выражайте свое недовольство, воздержитесь от резких движений, криков.
- В случае угрозы применения оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, подальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц.
- В случае ранения меньше двигайтесь – это уменьшит потери крови.
- Будьте внимательны, используйте любую возможность спасения.
- Если произошел взрыв – постарайтесь не допустить пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.
- Постарайтесь запомнить приметы подозрительных лиц, сообщите их сотрудникам спецслужб.

## Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться самодельным взрывным устройством

В общественном транспорте:

- опросите окружающих, постарайтесь определить, кому принадлежит предмет (сумка, пакет) или кто мог его оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (начальнику поезда и т.д.).

В подъезде своего дома:

- опросите соседей, возможно, вещь принадлежит им. Если владелец не установлен – немедленно сообщите о находке в ближайшее отделение милиции.

В учреждении:

- немедленно сообщите о находке руководителю учреждения.
- Во всех этих случаях:
  - не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
  - зафиксируйте время обнаружения находки;
  - постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше;
  - обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
  - помните, что вы являетесь основным свидетелем.

Вы отвечаете за жизнь, здоровье и душевный покой ваших детей! Объясните, что каждый предмет, найденный на улице или в подъезде, может быть опасным для жизни. Не делайте ничего самостоятельно с подозрительными находками – это может привести к взрыву, многочисленным жертвам, разрушению.

## ЕСЛИ ВЫ ПОЛУЧИЛИ ИНФОРМАЦИЮ ОБ ЭВАКУАЦИИ



Соблюдайте спокойствие и четко выполняйте команды компетентных органов.

- Возьмите личные документы, деньги, ценности.
- Отключите электроэнергию, воду и газ.
- Окажите помощь пожилым и тяжелобольным людям.
- Обязательно закройте входную дверь на замок – это защитит помещение от возможного проникновения мародеров.

Не впадайте в панику, избегайте истерики и спешки. Покидайте помещение организовано. Возвращайтесь только после разрешения ответственных лиц. Помните, что от слаженности и четкости ваших действий зависит жизнь и здоровье многих людей

## Как действовать после теракта:

- Сохраняйте спокойствие и будьте терпеливыми.
- Слушайте сообщения.
- Выполняйте инструкции.
- Окажите помощь пострадавшим.
- Проверьте повреждения, используя фонарик, ни в коем случае не зажигайте свечи или спички, не включайте электроприборы.
- Проверьте, нет ли пожара и утечки газа.
- Выключите все поврежденные приборы.
- Позаботьтесь о домашних животных.
- Проверьте прилегающую территорию и обеспечьте первую помощь пострадавшим.

**Помните!**  
**Внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение.**  
**В качестве камуфляжа для взрывных устройств используют обычные сумки, свертки, пакеты, коробки, игрушки и тому подобное.**



**Экстремальные  
погодные условия**

# Экстремальная жара – тепловой удар



## Симптомы теплового удара:

- высокая температура тела (более 40 °С)
- сухая и горячая кожа
- тяжелое дыхание
- тахикардия – высокий пульс (160-180 ударов в минуту)
- низкое артериальное давление
- головокружение, головная боль, усталость
- тошнота и рвота, судороги, нарушение равновесия и неуверенная походка
- обморок
- отсутствие потоотделения.

Если у человека есть симптомы теплового удара, необходимо снизить температуру его тела и как можно скорее оказать первую помощь.

## Что необходимо сделать:

- переместить пострадавшего в прохладное помещение или в тень
- снять лишнюю одежду
- охладить его кожу холодной водой и обмахиванием
- если пострадавший в сознании, дать ему выпить жидкости, не содержащий кофеина и алкоголя.

**Тепловой удар очень похож на солнечный, но возникает не в результате прямого воздействия солнечных лучей. Основной рекомендацией при этом является профилактика – нужно носить одежду из ярких натуральных тканей, регулярно пить воду, охлаждаться и т.д.**

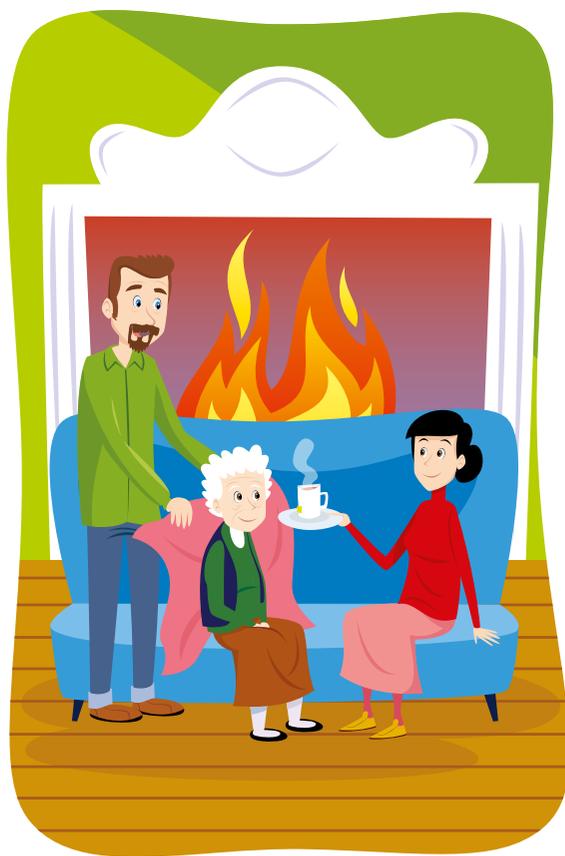


Тепловой удар является одним из самых серьезных осложнений теплового стресса. Это состояние возникает в условиях высокой температуры и высокой влажности, а также вследствие слишком напряженной работы. Интенсивное действие тепла приводит к внезапному повышению температуры тела до 41 °С и выше в течение короткого времени (10-15 минут).

# Экстремальный холод – метели и переохлаж- дение



Сильный снегопад, экстремальный холод и длительное воздействие низких температур могут привести к гипотермии у людей и парализовать жизнь и деятельность населения (перебои с электричеством и водоснабжением, нарушение работы транспорта, наводнения и т.п.).



## Общие инструкции

- Запаситесь топливом и продуктами питания.
- Подготовьте радиоприемник с запасными батарейками на случай перебоев с электроснабжением.
- Утеплите дом и, по возможности, оставайтесь дома.
- Не выпускайте детей на улицу без присмотра.
- Надевайте соответствующую одежду и обувь.

## Если вы заметили у человека симптомы переохлаждения:

- переместите его в теплое место;
- наденьте на него сухую одежду и заверните в одеяло;
- в первую очередь согрейте центральную часть тела;
- дайте выпить горячий напиток;
- как можно скорее организуйте транспортировку в медицинское учреждение.

## Как вести себя во время метели



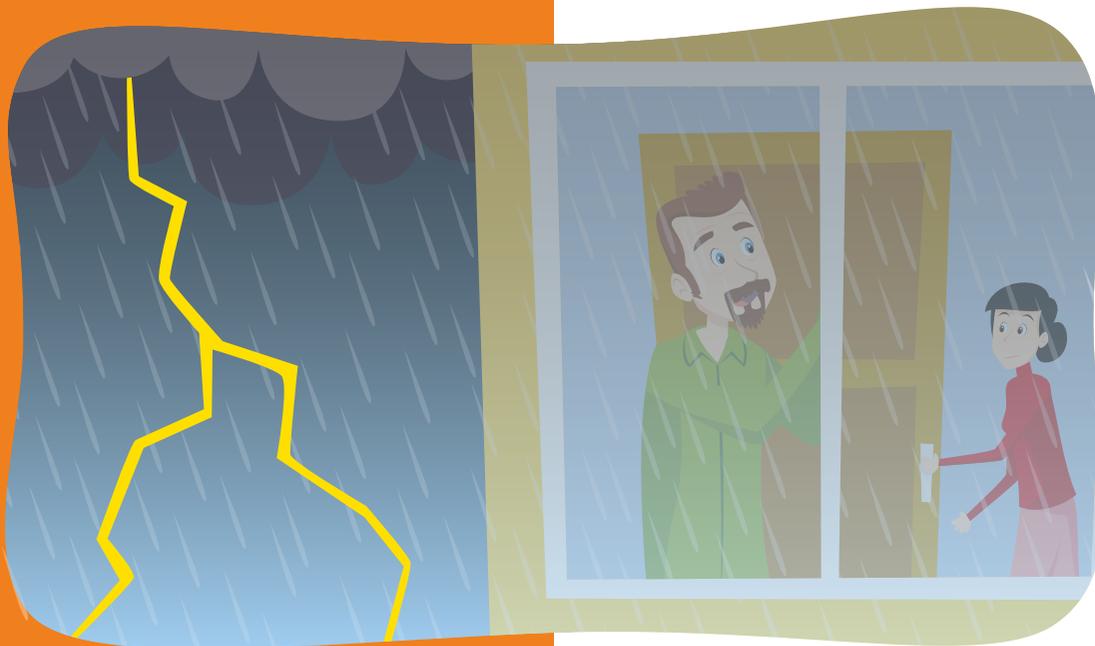
- Включите радиоприемник или телевизор, следите за информацией о погодных условиях и экстренными сообщениями.
- Экономьте топливо и дрова.
- Не выпускайте детей на улицу и не выходите без необходимости сами.

## Как вести себя во время метели, если вы находитесь на улице



- Идите в безопасное место, не оставайтесь один на один с метелью.
- Защитите чувствительные части тела (лицо, конечности).
- Старайтесь сохранить одежду сухой.
- Следите за тем, чтобы не появились обморожения.
- Обращайте внимание на появление признаков переохлаждения: озноба, усталости, сонливости, потери памяти, дезориентации и затруднения речи.
- Если вам необходимо ехать на автомобиле, пользуйтесь цепями противоскольжения, путешествуйте в светлое время суток, проинформируйте свою семью / друзей о возможном маршруте.
- Избегайте высоких зданий, деревьев, заборов, телефонных кабелей и линий электропередач.

## Бури и грозы



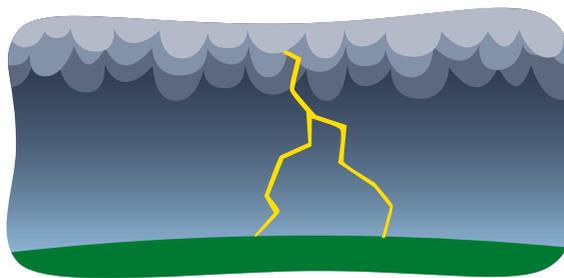
Бури опасны из-за сильных ветров, ливней, гроз и возможного града.

Если во время бури вы находитесь в помещении, необходимо:

- закрепить все предметы, которые могут упасть или улететь и нанести материальный ущерб или травмировать людей;
- закрыть окна, наружные и все межкомнатные двери;
- не касаться кранов на кухне и в ванной, радиаторов отопления и других металлических предметов, так как они являются хорошими проводниками.

**Расстояние до бури можно оценить следующим образом:**

- определите время между молнией и громом в секундах;
- разделите это время на три – и получите расстояние до бури в километрах.



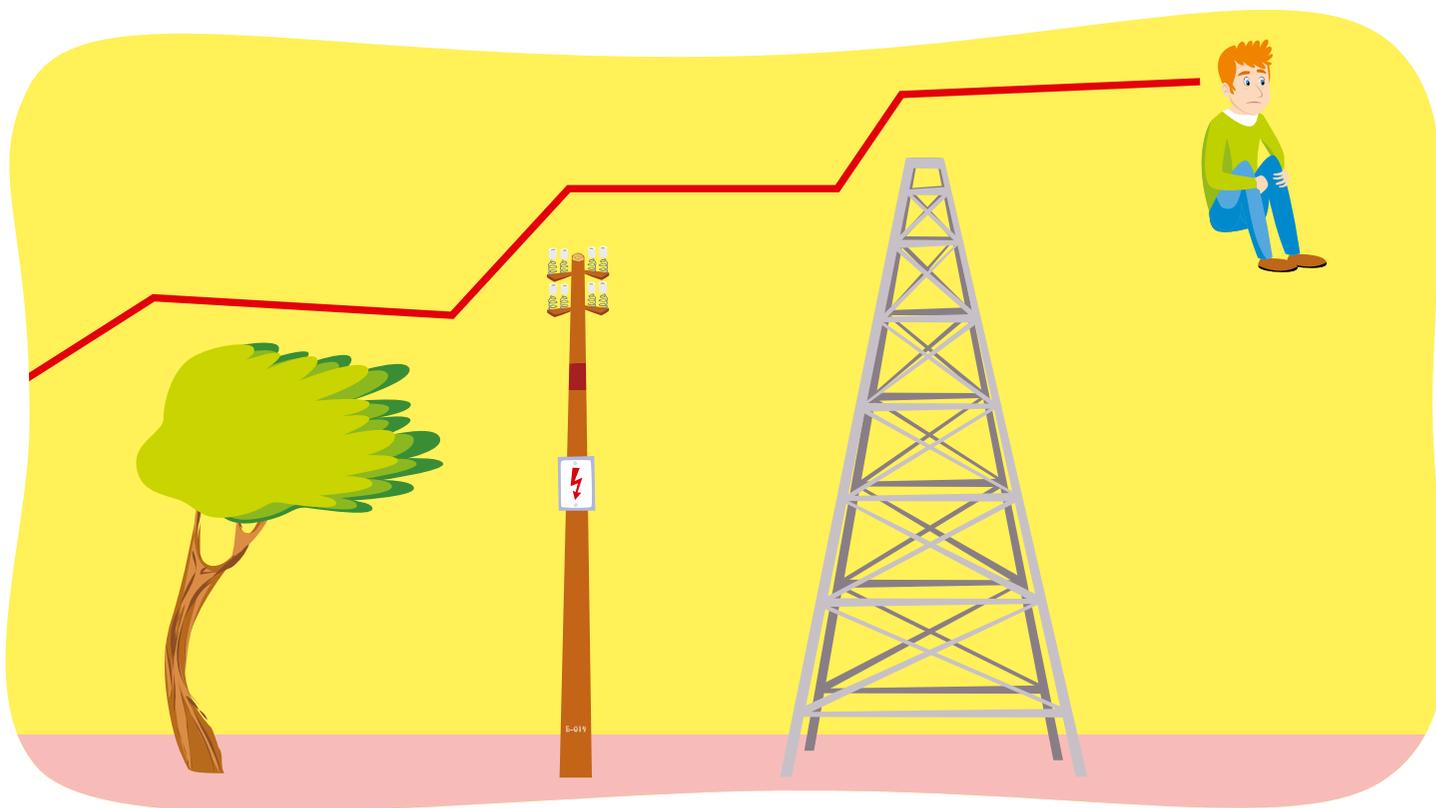
**Это расстояние является очень важным показателем, ведь буря может достичь района, где вы находитесь, очень быстро. Пока этого не произошло, старайтесь принять все необходимые меры. Помните, что все перечисленные выше правила могут только уменьшить риск потенциального ущерба и потерь. Разряды атмосферного электричества опасны и непредсказуемы, абсолютная безопасность не гарантируется.**

## Гололед



При езде по скользкой дороге будьте особенно осторожны. Следите за информацией о состоянии дорог, используйте зимнее оснащение – колесные цепи противоскольжения. При ходьбе пешком надевайте соответствующую обувь и соблюдайте осторожность, чтобы не получить травм на скользких дорогах, тротуарах и т.п. Убирайте лед и сугробы с дорожек перед вашим домом или офисом. Сбивайте сосульки с крыш и балконов ваших домов.

## Если вы находитесь на улице, выполняйте следующие инструкции



- Держитесь подальше от любых высоких сооружений (мачт, столбов, башен) и помните, что безопасное расстояние равно высоте конструкции.
- Избегайте высоких конструкций, деревьев, заборов, телефонных кабелей и линий электропередач.
- Попробуйте найти убежище в здании или в машине, а если это невозможно, сядьте на землю.
- Не стойте возле дома или автомобиля, в которые вы не можете войти, чтобы укрыться от непогоды.
- Если вы находитесь в лесу, спрячьтесь под густыми ветвями невысоких деревьев. Ни в коем случае не стойте под высоким деревом на открытом пространстве.

- Не стойте на границе между лесом и открытым пространством, лучше зайдите в лес.
- Избегайте открытых полей, вершин холмов и гор, берегов рек, канав и других влажных мест.
- Не плавайте по воде в лодке, не купайтесь.
- Не разговаривайте по мобильному телефону.
- Не держите в руках зонтик или другие металлические предметы (клюшки для гольфа, удочки и т.д.).
- Не стойте у металлических объектов, таких как велосипеды, туристическое снаряжение и т.д.
- Не стойте прямо, присядьте или пригнитесь, не касаясь руками земли, а если идете в группе, держитесь на расстоянии 5 метров друг от друга.

## Если вы находитесь в автомобиле во время сильной бури

- Остановите автомобиль на обочине, подальше от линий электропередач и деревьев, которые могут упасть на машину.
- Оставайтесь в автомобиле, пока буря не утихнет, включите аварийные световые сигналы.
- Закройте окна и не касайтесь металлических предметов в машине.
- Избегайте затопленных дорог.





**Если вы нашли неразорвавшиеся боеприпасы:**

- **Не прикасайтесь к ним!**
- **Не перемещайте!**
- **Не трясите!**
- **Не стучите!**
- **Не выбрасывайте!**
- **Не разбирайте!**
- **Не бросайте в огонь!**
- **Обозначьте место их нахождения!**
- **Сообщите, куда следует!**
- **Охраняйте!**
- **Не допускайте никого до прибытия соответствующих служб!**

# НБ

## НЕРАЗОРВАВШИЕСЯ БОЕПРИПАСЫ

Неразорвавшиеся боеприпасы – одно из последствий прошедшей войны. Причины, по которым они не разорвались, могут быть разными: технические и технологические дефекты, ненадлежащее использование, отказ взрывателя и другие. Опасность состоит в том, что неразорвавшиеся боеприпасы могут воспламениться и детонировать через несколько десятилетий.

Поскольку такие взрывы – вещь опасная, рекомендуется не прикасаться к найденным неразорвавшимся боеприпасам, не выкапывать их, не перемещать, не прятать, не выбрасывать, не разбирать, не поджигать и т. д. Поступая согласно этим инструкциям, вы обеспечиваете безопасность, снижаете риск для жизни и здоровья, а также риск для среды, в которой вы живете и работаете.

**Немедленно позвоните по телефону 101, представьтесь и сообщите, откуда вы звоните, объясните, что вы нашли, как выглядит объект, и есть ли рядом населенный пункт и граждане, подвергающиеся опасности.**

# Дорожно-транспортные происшествия

## Меры предупреждения

Для минимизации риска возможных аварий, необходимо собрать перед поездкой информацию о погодных условиях, состоянии дорог, дорожных работах на запланированном маршруте.

### Основные причины гибели пострадавших в ДТП

- Повреждения, несовместимые с жизнью – 15%.
- Задержка прибытия машины скорой помощи – 15%.
- Безразличие и неосведомленность очевидцев – 70%.

## Для предотвращения ДТП

- Водителям и пешеходам необходимо соблюдать правила дорожного движения.
  - Водитель транспортного средства должен обеспечить безопасность пассажиров и контролировать использование ими ремней безопасности, перевозить детей до 12 лет в детских автомобильных креслах.
  - Пешеходы должны переходить улицы в разрешенных местах и быть внимательными.
  - Родители должны обучать детей правилам поведения на улице.
- В случае ДТП приоритетным является спасение пострадавших.



## Оперативные действия на месте происшествия

- В случае аварии автомобиля, автобуса, поезда или других транспортных средств немедленно позвоните в соответствующие службы.
- Обратите внимание, не перевозил ли кто-нибудь из участников аварии опасных, легковоспламеняющихся и радиоактивных материалов, чтобы сообщить в соответствующие органы о повышенном риске.
- Оградите место аварии, чтобы предотвратить новые происшествия, включите фары и, при необходимости, попробуйте потушить пожар подручными средствами.
- Ждите на месте приезда аварийно-спасательных служб, никуда не отходите и не уезжайте, если только вы не участвуете в оказании первой помощи или транспортировке пострадавших в больницу.
- Покажите приехавшим службам, где находятся пострадавшие, выполняйте указания профессионалов и не мешайте им выполнять свою работу.

### Оценка последствий ДТП:

- Определите, что произошло, каковы последствия ДТП, какая опасность угрожает окружающим и потерпевшим.
- Определите адрес места происшествия.
- Определите, что необходимо выполнить немедленно.
- Определите количество, состояние, пол и возраст потерпевших.
- Пострадавших, которые оказались за пределами транспортного средства, если сердцебиение прослушивается, следует перевернуть на бок и зафиксировать, чтобы предотвратить удушье.
- Вызовите скорую помощь.
- Начните оказание неотложной медицинской помощи



**Первая помощь**

**В ожидании приезда скорой помощи постоянно следите за состоянием пострадавшего и соблюдайте следующие правила:**

- Не навредите пострадавшему!
- Не делайте больше, чем можете!



## **Вызов скорой помощи**

Немедленно позвоните в скорую помощь. Если кто-то уже позвонил туда, попросите его подтвердить, что вызов приняли.

При вызове скорой помощи представьтесь и сообщите, что вы оказываете первую помощь на месте происшествия, назовите диспетчеру свой телефон и предоставьте следующую информацию:

- где произошла авария
- что именно случилось – опишите вид и степень тяжести аварии, возможный риск

возникновения пожара, утечки воды, газа, ядовитых веществ, особые погодные условия;

- количество, пол и примерный возраст пострадавших;
- виды травм – просто выскажите свое мнение о типе травм, характере заболевания и состоянии пострадавших.

Ждите дальнейших указаний или вопросов. Подтвердите, что вы поняли инструкции. Завершить разговор может только диспетчер скорой помощи.

Если приезд скорой помощи невозможен, организуйте транспортировку пострадавших в ближайшее медицинское учреждение.

**Целью первой помощи является не только обработка физических травм, но и моральная поддержка травмированного человека. Постарайтесь максимально ободрить пострадавшего!**



# Порядок оказания первой помощи

- Принять срочные меры для спасения жизни.
- Позвать на помощь.
- Оказать первую помощь пострадавшим.
- Дождаться приезда скорой помощи.
- Отвезти пострадавшего в больницу.



## Звоните 103

### Кому нужно в первую очередь оказывать помощь, если пострадавших несколько

Тому человеку, который не разговаривает и не отвечает на вопросы – как правило, этот человек находится без сознания или в состоянии травматического шока.

### Когда нужно вытаскивать потерпевшего из автомобиля?

Необходимость извлечения пострадавшего из автомобиля возникает тогда, когда требуется оказать неотложную помощь, которую в транспортном средстве осуществить невозможно: состояние клинической смерти, сильное артериальное кровотечение, угроза взрыва, пожара, столкновения и т.д..

**ПОМНИТЕ! В каждом конкретном случае спасатели должны, не пытаясь двигать пострадавшего, быстро оценить его состояние в соответствии с правилами реанимации и определить объем помощи.**

### Ваша оценка должна дать ответ на четыре вопроса:

- Находится ли человек в сознании?
- Свободны ли дыхательные пути?
- Дышит ли человек?
- Прослушивается ли пульс?

### Пострадавший без сознания, отсутствует дыхание, сердцебиение прослушивается:

- Начните делать искусственное дыхание.
- Вызовите скорую помощь по телефону 103.
- Продолжайте искусственную вентиляцию легких до прибытия помощи.

### Пострадавший без сознания, дыхание есть, сердцебиение прослушивается:

- Определите поражение, которое может угрожать жизни.
- Положите пострадавшего в безопасную позу;
- Вызовите скорую помощь по телефону 103.

### Пострадавший в сознании, есть дыхание, сердцебиение прослушивается:

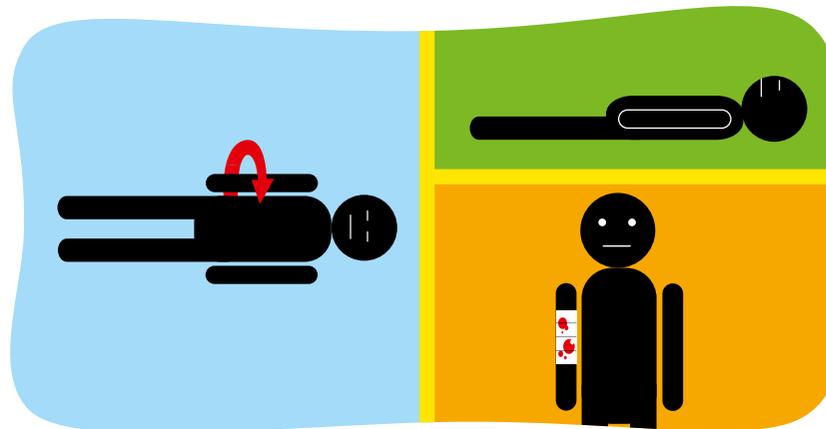
- Осмотрите пострадавшего.
- В случае необходимости вызовите скорую помощь по телефону 103.

### Повреждение позвоночника в результате ДТП – очень частая травма, особенно у водителей. Признаки:

- Резкая боль в области шеи, невозможность двигать головой в стороны.
- Болезненность в области грудного или поясничного отделов позвоночника.
- Резкая боль остистых отростков поврежденных позвонков.
- Невозможность двигать конечностями или изменение чувствительности в них.

### Действия при эвакуации пострадавшего с травмой позвоночника:

- Эвакуация должна осуществляться двумя-тремя лицами.
- Шейный отдел позвоночника следует зафиксировать чем-то вроде воротника Шанца, его должен поддерживать один из спасателей, во избежание прогибания и вытяжения позвоночника.
- По команде спасателя, который держит голову, пострадавшего осторожно укладывают на твердые носилки.



**Используйте аптечку и другие доступные средства.**

**Избегайте незащищенных контактов с кровью пострадавших! Используйте резиновые перчатки!**

# Как пользоваться огнетушителем

**Огнетушители следует размещать в легкодоступных и заметных местах, а также вблизи вероятных очагов пожара. На транспортных средствах переносные огнетушители размещают в кабине возле водителя. При этом необходимо обеспечить их защиту от солнечных лучей, отопительных и нагревательных приборов и т.д.**

Помните, что нельзя:

- использовать огнетушители с повреждениями корпуса;
- самостоятельно разбирать и перезаряжать огнетушители;
- ударять огнетушитель об землю для приведения в действие;
- направлять насадку огнетушителя (гибкий рукав или распылитель) во время его эксплуатации в сторону людей;
- переворачивать огнетушитель во время работы;
- бросать огнетушитель в огонь.

## Как правильно применять огнетушитель?

- Убедитесь, что огнетушитель предназначен для тушения именно данного вещества.
- Сорвите пломбу и выдерните предохранительную чеку.
- Направьте сопло (распылитель) на очаг горения.
- Нажмите на пусковой рычаг.
- Для остановки – отпустите рычаг.



### ОГНЕТУШИТЕЛЬ ПОРОШКОВЫЙ

Применяется для тушения всех видов веществ и материалов, а также электрических приборов под напряжением. Образует высокую пыленность, поэтому ухудшает видимость и может повредить оборудование.

### ОГНЕТУШИТЕЛЬ УГЛЕКИСЛОТНЫЙ

Применяется для тушения твердых и жидких горючих веществ, а также электрических приборов под напряжением. Помните, что температура огнетушащего вещества на выходе достигает  $-70^{\circ}\text{C}$ . Возможно снижение концентрации кислорода в воздухе защищаемого помещения.

### ОГНЕТУШИТЕЛЬ ВОДЯНОЙ

Применяется для тушения твердых горючих веществ (бумага, дерево, пластмасса, резина и т.д.). Категорически запрещается тушение пожаров электрических приборов под напряжением.

### ОГНЕТУШИТЕЛЬ ВОДОПЕННЫЙ

Применяется для тушения твердых и жидких горючих веществ. Категорически запрещается тушение пожаров электрических приборов под напряжением.

### ОГНЕТУШИТЕЛЬ ВОДОПЕННЫЙ АЭРОЗОЛЬНЫЙ

Применяется для тушения твердых и жидких горючих веществ. В основном используется как вспомогательное средство.

Заметки





**Телефоны экстренных служб Республики Беларусь**

**МЧС 101, 112**

**Милиция 102**

**Скорая медицинская  
помощь 103**

**Аварийная служба газа 104**