



Республика Сербия
Министерство внутренних дел
Сектор по чрезвычайным
ситуациям

Семейное руководство по подготовке к чрезвычайным ситуациям и ликвидации их последствий

Знаете ли Вы, как защитить себя и свою
семью от последствий чрезвычайных
ситуаций?



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
comta | Разработка средств связи

PPRD e a s t



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 .



UNIVERSITY OF TWENTE.



PJSC GIRHIMPROM



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).

Предисловие

За последние 30 лет количество стихийных бедствий в мире увеличилось, возрастает и их разрушительное воздействие на общество и окружающую среду. Опыт Республики Сербии, которая за последние годы столкнулась с многочисленными бедствиями, приведшими к авариям, жертвам и огромному материальному ущербу, подтверждает тот факт, что чрезвычайные ситуации, такие как природные стихийные бедствия и техногенные аварии, подрывают основы безопасности и ставят под угрозу выживание как отдельных населенных пунктов, так и целых регионов.

Последствия стихийных бедствий могут быть значительно меньшими, если люди будут хорошо информированы и ознакомлены с методами их предупреждения.

Если Вы знаете о потенциальных опасностях и рисках в Вашей местности, если Вы знаете, как и где можно получить информацию и как организовать себя в критические моменты, Вы и Ваша семья будете в безопасности. Вы являетесь главным субъектом в этой системе – Вы должны быть осведомлены о рисках, знать, как реагировать на чрезвычайные ситуации и как сотрудничать с аварийно-спасательными службами. Когда же чрезвычайная ситуация возникнет – часто внезапно и без всяких предупреждений – Вы и Ваша семья окажетесь один на один с различными трудностями, пока спасательные подразделения не придут на место ЧП. Очень важно, чтобы Вы были ознакомлены с аварийными процедурами и правилами, которые необходимо соблюдать в таких ситуациях.

Цель данного руководства – помочь Вам и Вашей семье, проинструктировать Вас о том, как необходимо вести себя во время чрезвычайных событий.

Внимательно прочитайте руководство: оно не только предупреждает о рисках, но и дает ответы на возможные вопросы, а также предлагает выходы из некоторых ситуаций, которые могут быть полезными во время стихийных бедствий.

Миссией Сектора по чрезвычайным ситуациям Министерства внутренних дел является защита человеческих жизней, окружающей среды, собственности, культурного и исторического наследия, а также развитие, поддержка и улучшение способности всех граждан предотвращать риски. Сектор по чрезвычайным ситуациям ищет пути реагирования на возникшие проблемы и способы смягчения последствий различных бедствий, которые могут нанести ущерб нашему региону.

Различные виды аварий – пожары, наводнения, землетрясения, оползни, химические аварии – могут произойти в любом месте, в любое время и без предупреждения. Поэтому приоритетом Сектора по чрезвычайным ситуациям является своевременный и профессиональный ответ на аварийные ситуации. Пожарные и спасатели в любой момент готовы приложить максимум усилий, чтобы защитить и спасти наших граждан.

Предраг Марич
Руководитель сектора по чрезвычайным ситуациям
Министерства внутренних дел
Республики Сербии

Содержание

Предисловие

Бытовые пожары

Лесные пожары

Наводнения

Безопасность и спасение на водах (реки и озера)

Оползни и обвалы

Землетрясения

Техногенные аварии

Ядерные и радиационные аварии

Терроризм

Экстремальные погодные условия

Экстремальная жара – тепловой удар

Экстремальный холод – метели и переохлаждение

Бури и грозы

Незорвавшиеся боеприпасы

Дорожно-транспортные аварии

Первая помощь

Заключение

Полезные номера телефонов



Бытовые пожары

Огонь – это реальная опасность, которая не только уничтожает имущество, но и убивает. Не допускайте этого, вовремя принимайте необходимые меры!



Увидев пожар, звоните

193

Как предотвратить пожар? Соблюдайте следующие правила:



- Примите меры предосторожности.
- 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 жизни и вашей семьи.
- Проверяйте свое противопожарное оборудование: огнетушители, пожарные рукава, гидранты и держите их в исправном 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 193.
- Увидев пожар или почувствовав запах дыма дома или в здании, звоните в пожарно-спасательную службу, 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 обогреватели с открытым пламенем (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 193 и дайте четкую информацию о месте пожара: адрес, этаж и номер квартиры.
- Если пожар в вашей квартире 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 наружный воздух чистый, выйдите на балкон, закройте за собой дверь и ждите пожарных, поскольку самым безопасным местом в такой ситуации является ваша квартира.

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
и электри-
ческих
приборов,
а также
бензина
и нефти



Лесные пожары

Увидев пожар,



- Немедленно звоните в местную пожарно-спасательную службу по телефону 193, 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.

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 зажигайте огонь в барбекю на открытых площадках, возле леса, 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 – это пожары на открытой местности, они быстро распространяются и охватывают лесные массивы и другие зеленые насаждения – кустарники, низкорослые растения, траву возле сельскохозяйственных угодий, на пустырях и в заброшенных местах.

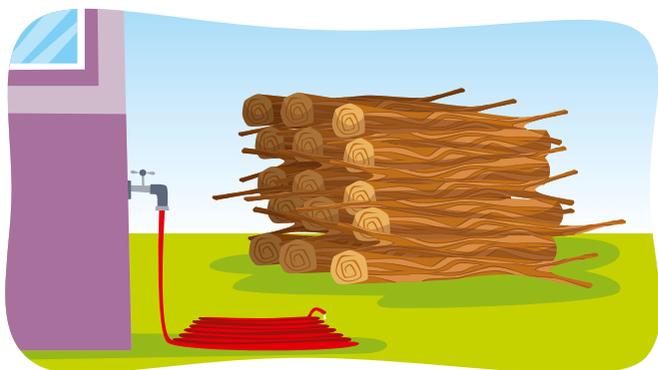
На возникновение и распространение пожаров влияют специфические погодные условия (жара, сильный ветер, засуха).

Пожары могут вызывать 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, и
- при проведении сельскохозяйственных работ (сжигание сорняков и других растительных отходов, строго запрещено Законом о пожарной безопасности). К сожалению, такие пожары являются наиболее распространенными.

звоните 193

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;
- Закройте все двери в доме;
- Обеспечьте запас воды;
- Соберите всех членов семьи в одном месте;
- Проверьте, есть ли фонарик, на случай отключения электричества.

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

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 возгорание.

Непогашенные

сигареты явля-

ются наиболее

распространен-

ной причиной

лесных пожа-

ров, поэтому

никогда не вы-

брасывайте их

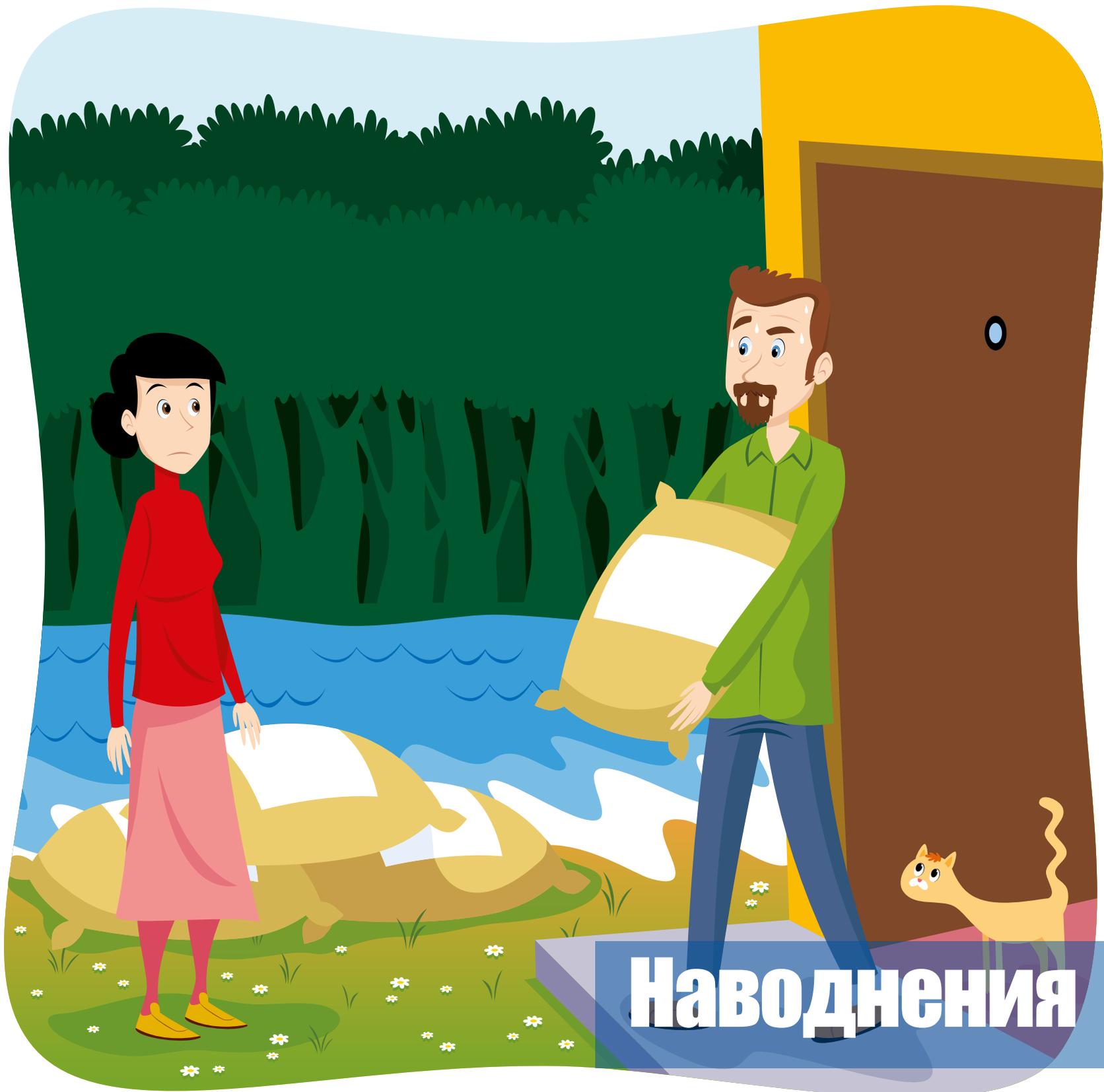
из движуще-

гося автомоби-

ля. Находясь на

улице, всегда

гасите окурки.



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.

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.

Наводнения – это очень распространенные стихийные бедствия, они могут иметь местный характер, в масштабах отдельных сел или небольших поселков, 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.



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

Как действовать при эвакуации



- Возьмите подготовленные необходимые вещи и, по возможности, покиньте дом в организованном порядке, чтобы добраться до безопасного убежища.
- 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 о возможном затоплении.

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.
- Держитесь подальше от зданий,

Как действовать, если вам приходится покидать 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 вода не движется. Используйте палку, чтобы проверять 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.).



- 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 соответствующую службу по телефону 193 или 1985.

Помните!

Опасность

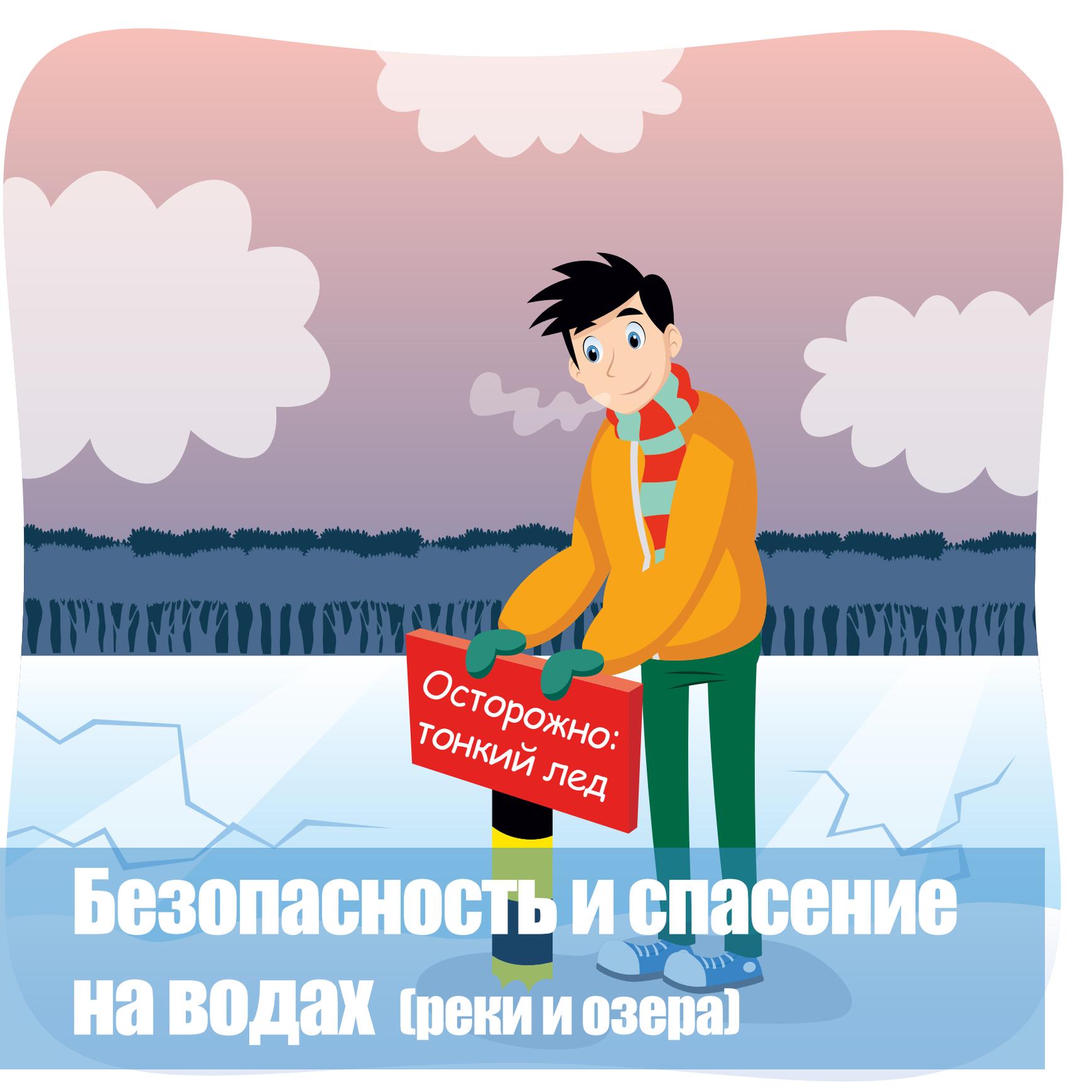
сохраняется,

даже тогда,

когда павод-

ковые воды

отступили.



Осторожно:
тонкий лед

**Безопасность и спасение
на водах (реки и озера)**

Спасение утопающих

Для спасения тех, кто нуждается в помощи, спасатели подходят на лодке, катере или спасательном судне.

Если вам нужна помощь, следуйте инструкциям спасателей и не паникуйте, дайте им вытащить вас и доставить в ближайшее безопасное место.

Если вы не можете помочь человеку, находящемуся в воде и нуждающемуся в помощи, попробуйте бросить любой предмет, который позволит ему держаться на поверхности, и запомните место, чтобы показать его спасателям, когда они прибудут.

Передвижение по льду, покрывающему реки и озера

Если вы идете по льду, помните, что лед может треснуть, и вы окажетесь в ледяной воде. В таких ситуациях всегда имейте при себе необходимо спасательное оборудование, а также мобильный телефон и свисток на шее.

Если вы передвигаетесь по льду или по воде под парусом, необходимо:



- иметь надлежащее оборудование для передвижения под парусом
- правильно составить маршрут
- использовать фонари для ночной навигации
- использовать спасательные жилеты
- пользоваться свистками или звонить спасателям, если судно начнет тонуть.

Оказание первой помощи человеку, который находился в холодной воде



- Если человек может двигаться, согрейте его. Снимите с него мокрую одежду и наденьте сухую.
- Если человек находится без сознания или не может двигаться, избегайте лишних движений. Не пытайтесь сменить одежду, ждите спасателей. Накройте пострадавшего чем-нибудь теплым, чтобы предотвратить потерю тепла.
- Можете дать немного теплой воды с сахаром, алкоголь давать не следует. Массаж, алкоголь или быстрый разогрев приводят к опасному снижению температуры тела.

Как вести себя, если лед треснул



- Не двигайтесь.
- Немедленно зовите на помощь или свистите в свисток.
- Попробуйте медленно вернуться туда, откуда вы пришли.
- Попробуйте удержаться на поверхности льда, перекачивайтесь, передвигайтесь на четвереньках или ползите, пока не достигнете толстого льда.
- После спасения согрейтесь.
- Если вы не можете вернуться на прочный лед, помните, что необходимо уменьшить потерю тепла.

Как действовать, если помощь необходима еще кому-то



- Звоните в аварийно-спасательную службу.
- Попробуйте использовать веревки, ветки, палки, деревья или другие предметы, чтобы вытащить человека, который провалился под лед.
- При вытаскивании человека, провалившегося под лед, последние несколько метров передвигайтесь на четвереньках или ползите.

Оползни и обвалы

Сербия является одной из зон с повышенным риском оползней и обвалов, 30% нашей территории предрасположены к оползням. Для минимизации ущерба очень важно знать сейсмическую и литосферную природу этого стихийного бедствия.

Оползни – это смещения грунта, камней и других обломков пород. Они быстро формируются и развиваются в результате накопления воды в грунте после сильных дождей и ливней, под воздействием грунтовых вод, таяния снега и ненадлежащей эксплуатации земли. Их возникновению может способствовать также неправильная хозяйственная

Если вы живете в зонах риска оползней и обвалов:

- Обращайте внимание на странные звуки, типа звука ломающегося дерева и т. п., которые могут быть признаками начавшегося оползня или обвала;
- Если вы находитесь рядом с ручьем или каналом, обращайте внимание на увеличение или уменьшение потока и на помутнение воды;
- Определите, можете ли вы покинуть опасное место;
- Не спите и слушайте сообщения по радио и телевидению о возможных сильных осадках.

деятельность, особенно на склонах гор, каньонов и на берегах морей. Во время оползня вниз падает масса камней и породы. Оползни бывают небольшими и крупными, медленными и быстрыми, их могут спровоцировать:

- проливные дожди
- землетрясение
- пожар
- сильный холод и оледенение зимой
- эрозия в результате деятельности человека и грунтовые воды.

Если вы заметили признаки оползня:



- сообщите об этом соответствующим службам по телефону 193 или 1985
- сообщите соседям, которых это может коснуться
- покиньте зону оползня, поскольку это и есть лучший способ защиты.

Как вести себя после оползня



- Не заходите в зону, которая пострадала от оползня.
- Слушайте сообщения радио и телевидения, чтобы быть в курсе последних новостей.
- Будьте осторожны, поскольку после оползней и обвалов могут возникнуть наводнения.
- Проверьте, нет ли рядом с оползнем пострадавших или заваленных людей.
- Помогите соседям, которым необходима особая помощь – детям, старикам и людям с ограниченными возможностями.
- Проверьте и сообщите в местные органы власти об обнаружении поврежденных линий электропередач, автомобильных дорог или железнодорожных путей.
- Сообщите о повреждении фундаментов, крыш и дымовых труб домов.
- Как можно быстрее произведите посадку деревьев, поскольку эрозия может привести к потере почвенного покрова и новым оползням в будущем.

Передвижение

на автомоби-

ле во время

сильных лив-

ней опасно.

Будьте очень

осторожны за

рулем – следи-

те за повреж-

дениями до-

роги, грязью,

упавшими кам-

нями и други-

ми признака-

ми опасности.



Землетрясения

Что делать во время землетрясения?

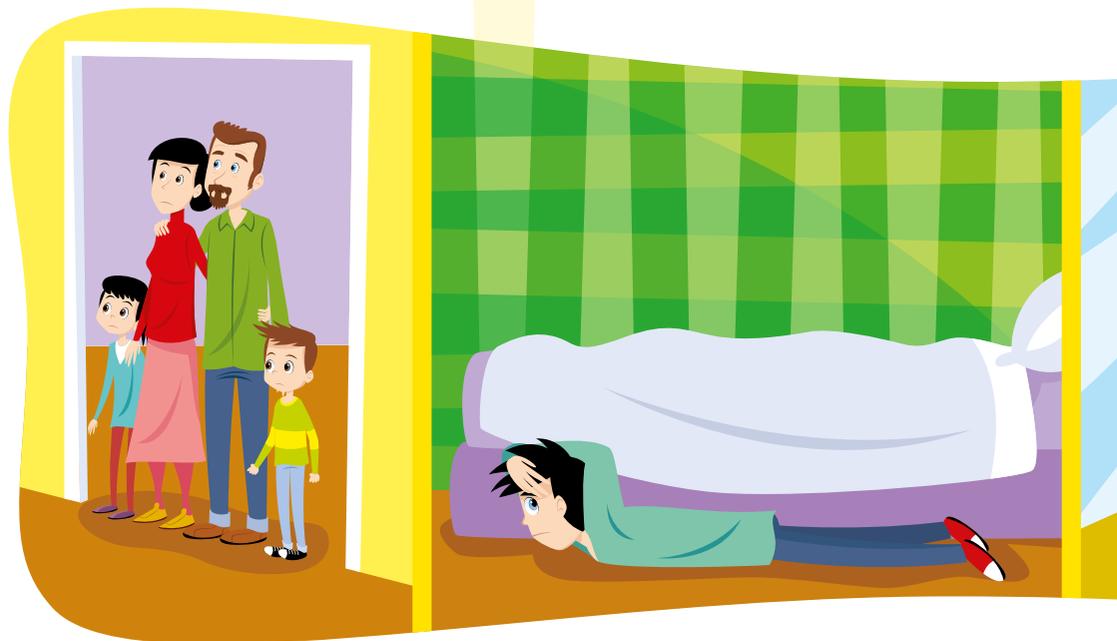


- Сохраняйте спокойствие и хладнокровие, постарайтесь не растеряться. Помните, что в некоторых случаях это могут быть предварительные толчки, за которыми последует сильное землетрясение.
- Не поддавайтесь панике!
- Не пытайтесь бежать.
- Лягте на пол, свернитесь калачиком и закройте голову.

Землетрясение является результатом движения тектонических плит, земной коры или сейсмических импульсов. Все это вызывает толчки вследствие высвобождения огромного количества энергии. Интенсивность землетрясения зависит от нескольких факторов.

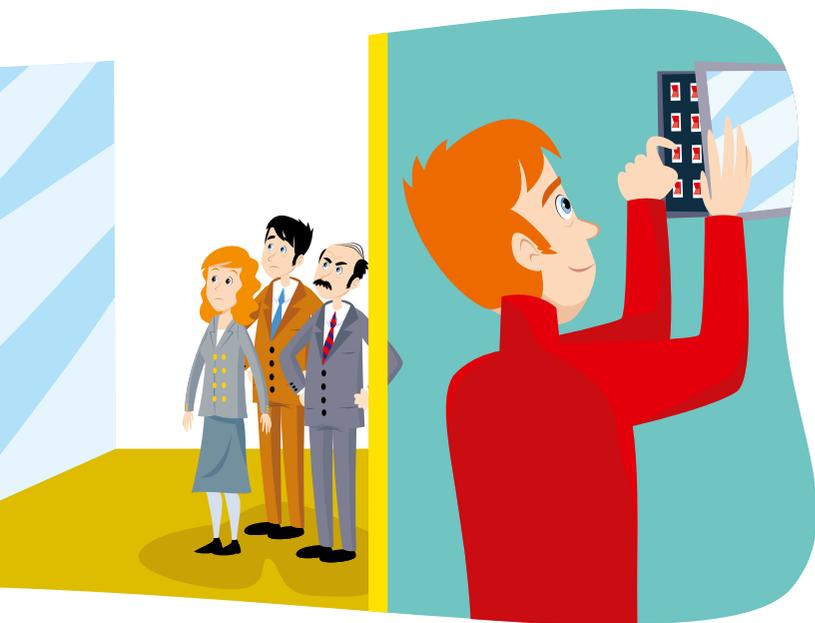
Вопреки распространенному убеждению, что землетрясения происходят редко, они – довольно частое явление. К счастью, большинство из них имеют низкую интенсивность и не наносят ущерба. Предсказать землетрясение невозможно, но можно научиться защищаться от него.

Интенсивность землетрясения определяет силу его разрушительного воздействия на земную поверхность. Существует несколько шкал интенсивности, но наиболее распространенной является 12-балльная шкала Меркалли. Кроме того, сила или магнитуда землетрясения определяется количеством энергии, высвобождаемой в эпицентре, то есть очаге землетрясения. Она выражается в баллах по шкале Рихтера, которая не имеет верхнего предела, но поскольку землетрясение в 10 баллов зарегистрировано не было, считается 9-балльной.



Как действовать, если во время землетрясения вы находитесь в помещении

- Найдите дома безопасное место, это могут быть дверные коробки, несущие стены, место под столом, массивная мебель, и оставайтесь там на время землетрясения либо закройте лицо и голову руками и присядьте во внутреннем углу здания.
- Держитесь подальше от стекол, окон, наружных дверей и стен, а также всего, что может упасть – светильников, полок и т. п.
- Если вы находитесь в постели, оставайтесь там и защитите голову руками.
- Оставайтесь внутри, пока толчки не прекратятся. (Исследования показали, что большинство травм люди получают при попытке покинуть здание). Можете выйти на открытое пространство из одноэтажной постройки или с первого этажа здания, но убедитесь, что находитесь на безопасном расстоянии от всех зданий.
- Во время землетрясения не пользуйтесь лестницами и лифтами.
- Не пользуйтесь никакими подъемниками.
- Не выходите на террасу или балкон.
- Не устанавливайте полки над кроватью.
- Если вы находитесь вблизи или



внутри высотных зданий, держитесь подальше от стекол и наружных стен.

- Если вы находитесь в общественных зданиях (в школе, офисе, торгово-развлекательном центре или магазине) – сохраняйте спокойствие и не поддавайтесь общей панике. Держитесь подальше от толп людей, движущихся в панике по направлению к выходу.
- Имейте в виду, что может произойти отключение электроэнергии, которое вызовет срабатывание аварийной сигнализации (пожарной и т. п.).
- Всегда держите наготове фонарик и радиоприемник с запасными батарейками.
- Немедленно выключите все источники электроэнергии, газ и воду. Если вы использовали какой-либо источник отопления, выключите его, когда землетрясение прекратится.
- Если возник пожар, попробуйте погасить его и сообщите в местную пожарно-спасательную службу.
- При необходимости и, если вы в состоянии, присоединяйтесь к спасательным командам и принимайте участие в поиске людей, оказавшихся под завалами разрушенных зданий, и оказании им помощи.

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



- Отойдите от уличных фонарей, проводов и зданий, наибольшую опасность представляют зоны в непосредственной близости от зданий, на выходах и вдоль наружных стен.
- Если вы находитесь на улице, остерегайтесь дымовых труб, кровельной черепицы, разбитых оконных стекол и т. п.
- Прикройте голову руками или сумкой.

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



- Остановитесь, если это позволяет сделать безопасность дорожного движения.
- 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.

Как действовать, если вы оказались под обломками



- Не зажигайте спичек.
- Не двигайтесь.
- Закройте рот носовым платком или одеждой.
- Стучите по трубе или стене, чтобы спасатели могли определить ваше местонахождение. Пользуйтесь свистком, если он у вас есть. Кричите только в крайнем случае. Крик может заставить вас вдохнуть опасное количество пыли.
- Сохраняйте спокойствие и попытайтесь сориентироваться.
- Если вы прижаты обломками, начните сдвигать их медленно, чтобы сохранить силы и не пораниться острыми предметами.

Как вести себя после первого толчка



- Будьте готовы к следующим толчкам. Если здание повреждено и возможен более сильный толчок, спокойно, без паники покиньте его в следующем порядке: мамы с детьми, пожилые люди, больные, инвалиды и т.д.
- Если вы находитесь в поврежденном здании и чувствуете запах газа или видите оборванные провода, не зажигайте свечи или спички из-за опасности возникновения пожара или взрыва.
- Проверьте, нет ли раненых.
- Не перемещайте тяжелораненых.
- Следуйте указаниям компетентных служб.
- Пользуйтесь телефоном только в случае необходимости, во избежание перегрузки телефонных линий.
- Не пользуйтесь автомобилем, чтобы не мешать спасательным командам выполнять их работу.
- Не входите в дом, особенно в поврежденный, если чувствуете запах газа или видите оборванные провода.

Примечание: Республиканский сейсмологический институт является национальным учреждением, обладающим точной и проверенной информацией о землетрясениях <http://www.seismo.gov.rs>

An illustration of a factory with two tall, red smokestacks emitting thick black smoke. In the foreground, an elderly man with white hair and a beard, wearing a yellow and orange plaid shirt and dark pants, is walking with a cane and holding a green patterned cloth to his mouth. To his right, a young boy in a green shirt and blue pants is walking and holding a blue cloth to his mouth. The scene is set against a background of a red brick building with a dark doorway. The overall style is a flat, cartoonish illustration.

Техногенные аварии

Техногенные аварии – это непредсказуемые и неконтролируемые события, вызванные обработкой определенных материалов, проведением работ, связанных с опасными веществами, и террористическими актами; они сопровождаются пожарами, взрывами, утечкой или испарением ядовитых веществ.

Техногенные аварии характеризуются:

- быстрым появлением симптомов у людей (тошнота, рвота, чувство тревоги, затруднение дыхания, судороги, воспаление глаз, покраснение кожи и высыпания, волдыри) и у животных (необычно большое количество мертвых животных: диких и домашних, птиц, рыб и насекомых);
- заметными признаками (дымом, огнем, звуками, цветными осадками засохшей листвой, резким запахом);
- краткой или большой продолжительностью в случае ядерных или радиационных аварий;
- осуществлением комплекса мероприятий по защите и ликвидации последствий, особенно в случае ядерных и радиационных аварий

В случае возникновения опасности необходимо соблюдать следующие рекомендации:

- Если вы находитесь на улице, немедленно или как можно скорее покиньте место аварии;
- Если вы не травмированы, помогите тем, кому так не повезло;
- Если есть возможность, зайдите в помещение;
- Закройте все окна и двери, выключите кондиционеры и другие вентиляторы;
- Защитите свои дыхательные пути (используйте носовые платки, предметы одежды или другие куски мокрой ткани);
- Если вы находитесь в квартире или в доме, обеспечьте герметизацию помещения (закройте отверстия и щели скотчем, одеялами, покрывалами и другой тканью, которую можно использовать);
- Используйте специальное оснащение или то, что найдете дома (респираторы, маски из качественных абсорбирующих материалов, носовые платки, марлю, предметы одежды и т.п.), смочите его 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 ботинки.



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 (растворите пакетик соды 20 г в 1 литре воды) 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;
- Если место, где вы находитесь, оказалось загрязненным, удалите пыль с одежды и других предметов с помощью влажного абсорбирующего материала, в соответствии с указаниями компетентных органов.

Примечание: 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**

Ядерные и радиационные аварии являются чрезвычайными ситуациями, которые представляют непосредственную угрозу для людей, окружающей среды и материальных объектов и требуют мер защиты.

Радиационные аварии могут случиться:

- при выходе из-под контроля радиоактивных источников (выброс, потеря, находка или хищение)
- когда население подвергается воздействию радиации и влиянию радиационного загрязнения по каким-либо причинам
- вследствие аварии спутников, содержащих радиоактивный материал и
- при транспортировке радиоактивных материалов.

Ядерные аварии являются чрезвычайными ситуациями, которые требуют принятия защитных мер вследствие высвобождения огромной энергии или продуктов ядерной цепной реакции. Такие аварии могут случиться на следующих ядерных объектах:

- атомных электростанциях;
- исследовательских реакторах и реакторах на судах;
- в хранилищах и местах захоронения радиоактивных веществ и
- на промышленных объектах (например, по производству ядерного топлива).

Органом, ответственным за объявление опасности ядерной и радиационной аварии, является Агентство по защите от ионизирующей радиации и ядерной безопасности Сербии (<http://srbatom.gov.rs>).

Жители пострадавших районов информируются об опасности и введении защитных мер через центральные и местные средства массовой информации или другими подобными способами.



При получении информации об опасности необходимо принять следующие меры:

- 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 дом, квартиру или убежище, снимите верхнюю одежду и оставьте ее снаружи;
- После входа в закрытое помещение немедленно вымойте открытые части тела (руки, лицо, шею, волосы и т.д.);
- Если вы находитесь в помещении, закройте окна и двери, отключите вентиляцию и оставайтесь там до получения дальнейших распоряжений;
- Включите радиоприемник или телевизор, чтобы получать информацию о месте и характере аварии, а также о принятии защитных и спасательных мер;
- Особенно позаботьтесь о детях, беременных женщинах, пожилых, слабых и больных людях, а также о лицах с ограниченными возможностями, как членах вашей семьи, так и соседях;
- Принимайте все защитные и спасательные меры согласно инструкциям соответствующих органов и средств массовой информации.

Примечание: пребывание в закрытом помещении (в доме или в убежище) является защитной мерой, которая длится 24 часа, поэтому не поддавайтесь панике и не покидайте помещение!

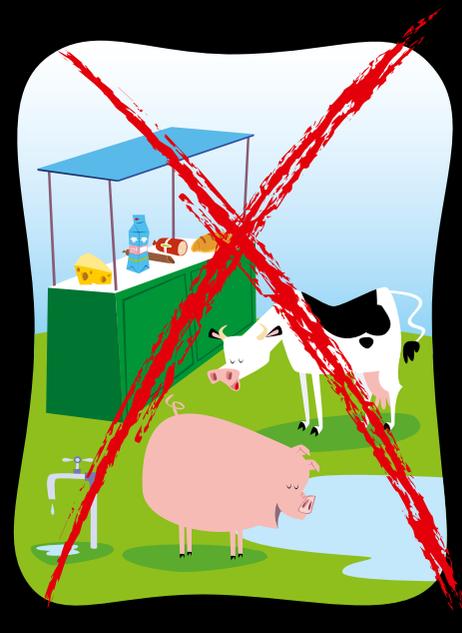
До тех пор, пока вы не получите инструкции от компетентных органов или телевидения, сделайте следующее:



- Подготовьте все, что необходимо, для герметизации помещения, в котором находятся члены вашей семьи (закройте отверстия и щели липкой лентой, одеялами, покрывалами и другой тканью, которую можно использовать);
- Используйте специальное оснащение или то, что найдете дома (респираторы, маски из качественных абсорбирующих материалов, носовые платки, марлю, предметы одежды и т.п.) для защиты органов дыхания;
- 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 ботинки для всех членов семьи.

Вы также должны знать следующее:

- используйте только продукты питания, которые есть у вас в доме, квартире, убежище;
- не пейте воду из-под крана;
- по возможности, перед тем, как зайти в дом, закройте все отверстия в постройках, где находятся животные, и защитите источники питьевой воды (колодцы);
- кормите животных в соответствии с инструкциями компетентных служб, не давайте им корм, который находился под открытым небом и
- не выпускайте животных на пастбище.



Сохраняйте спокойствие и не поддавайтесь панике.

Следуйте инструкциям соответствующих органов и средств массовой информации!

Терроризм

Примеры терактов в США, Англии, Японии, Испании, Индонезии и России показывают, что даже большие системы, которые готовились к последствиям террористических актов в течение длительного времени, не застрахованы от неудач, часто являющихся результатом неожиданности и шока. В такой стране, как Сербия, которая находится пока в процессе создания основ единой системы реагирования на чрезвычайные ситуации, вероятность неудач, к сожалению, может быть еще выше.

Помимо человеческих жертв, следствием терактов являются огромные материальные потери, которые должны быть быстро ликвидированы, что в некоторых случаях и делается параллельно с поиском выживших. Работа местных медицинских и жилищно-коммунальных служб имеет решающее значение. В ликвидации последствий террористических актов важную роль играют также скорость и эффективность, особенно для предотвращения распространения инфекционных заболеваний, если в результате атаки есть жертвы. Поэтому план восстанавливаемого участка является обязательной и неотъемлемой частью ликвидационных работ.

Что можно сделать, чтобы быть готовым к теракту

Необходимо определить потенциальную опасность и объем разрушений в вашем районе. Затем необходимо поговорить с членами вашей семьи, соседями и местной общественностью, совместно разработать план эвакуации и определить действия в случае террористического акта.

Чтобы хорошо подготовиться, вы должны:



- разработать план на случай возникновения чрезвычайных ситуаций;
- определить место сбора;
- подготовить все необходимое на случай, если придется покинуть дом в аварийном порядке (лекарства, документы, деньги, воду, продукты питания, одеяла, палатки, аптечку, фонари и т.д.);
- проанализировать и согласовать планы эвакуации детского сада или школы ваших детей и предприятия, где вы работаете.



Как действовать после теракта:



- Сохраняйте спокойствие и будьте терпеливыми;
- Слушайте сообщения радио и телевидения, чтобы быть в курсе последней информации и инструкций компетентных органов;
- Выполняйте инструкции соответствующих служб;
- Если теракт произошел недалеко от вас, окажите первую помощь пострадавшим;
- Если теракт произошел недалеко от вас, проверьте наличие повреждений, используя фонарик, ни в коем случае не зажигайте свечи, спички и не включайте электрические устройства;
- Проверьте, нет ли пожаров и утечек газа;
- Выключите все поврежденные приборы;
- Позаботьтесь о домашних животных;
- Проверьте ближайшие окрестности и обеспечьте первую помощь.

В случае эвакуации:

- Тепло оденьтесь, чтобы защитить себя максимально надежно – брюки, теплая куртка, соответствующая обувь;
- Возьмите с собой домашних любимцев – не бросайте их;
- Заприте дом;
- Пользуйтесь маршрутами, указанными компетентными службами.

Эвакуация:
если компетентные службы просят вас немедленно покинуть дом, значит, у них есть на это основания, и вы должны немедленно последовать их совету, слушайте также сообщения по радио и телевидению и выполняйте все указания.



**Экстремальные
погодные условия**

Экстремальная жара – тепловой удар



Тепловой удар является одним из самых серьезных осложнений теплового стресса. Это состояние возникает в условиях высокой температуры и высокой влажности окружающей среды, 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).



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.

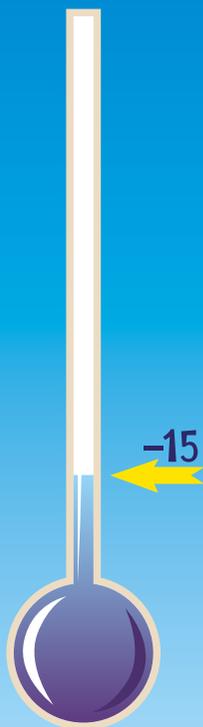
Если у человека есть симптомы теплового удара, необходимо снизить температуру его тела и как можно скорее оказать первую помощь.

Что необходимо сделать:

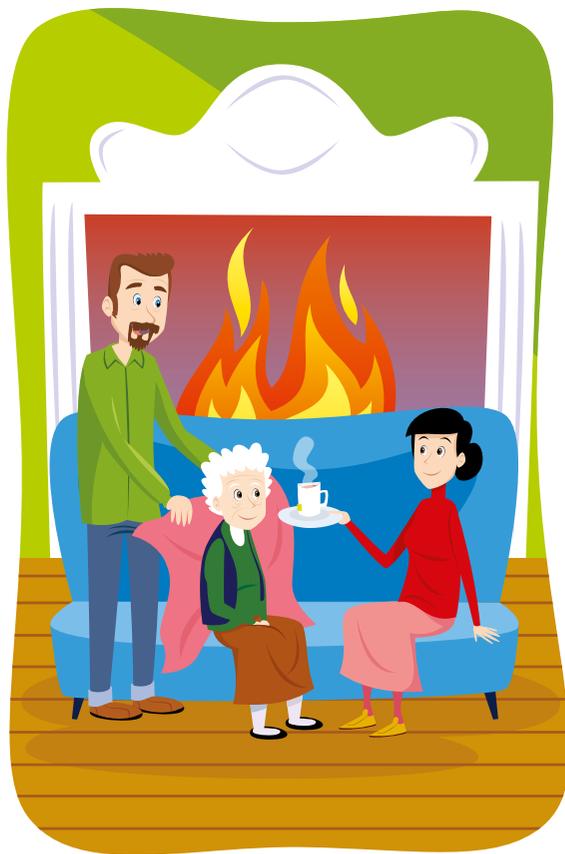
- переместить пострадавшего в прохладное помещение или в тень
- снять лишнюю одежду
- охладить его кожу холодной водой и обмахиванием
- если пострадавший в сознании, дать ему выпить жидкости, не содержащий кофеина и алкоголя.

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.

Экстремальный холод – метели и переохлаждение



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 гипотермии (переохлаждения):

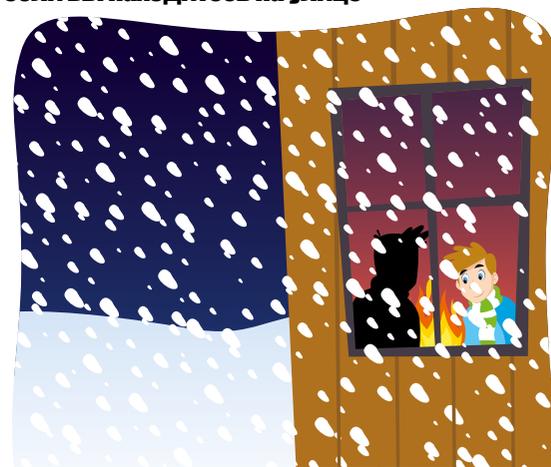
- переместите его в теплое место;
- наденьте на него сухую одежду и заверните в одеяло;
- в первую очередь согрейте центральную часть тела;
- дайте выпить горячий напиток;
- окажите первую помощь
- как можно скорее организуйте транспортировку в медицинское учреждение.

Как вести себя во время метели



- Включите радиоприемник или телевизор, следите за информацией о погодных условиях и экстренными сообщениями.
- Экономьте топливо и дрова.

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



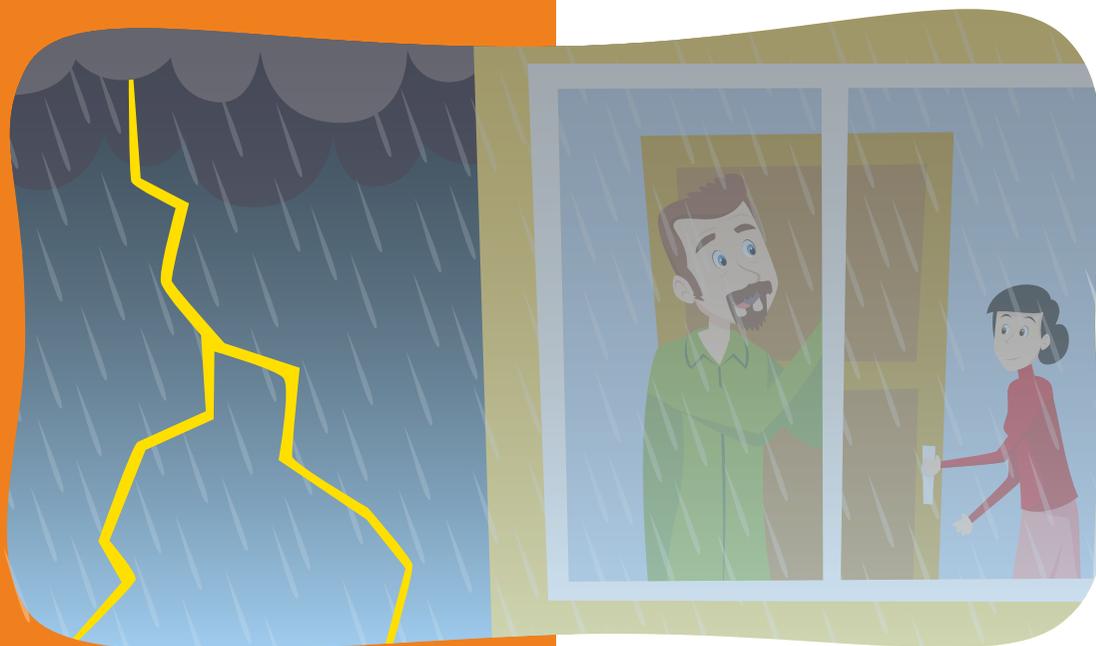
- Идите в безопасное место, не оставайтесь один на один с метелью.
- Защитите чувствительные части тела (лицо, конечности).
- Старайтесь сохранить одежду сухой.
- Следите за тем, чтобы не появились обморожения.
- Обращайте внимание на появление признаков переохлаждения: озноба, усталости, сонливости, потери памяти, дезориентации и затруднения речи.
- Если вам необходимо куда-то ехать, 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.

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.

Бури и грозы



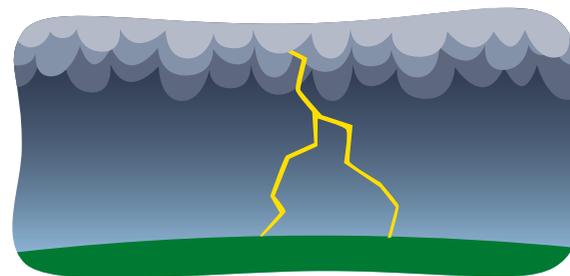
Бури опасны из-за сильных ветров, ливней, гроз и возможного града.

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.

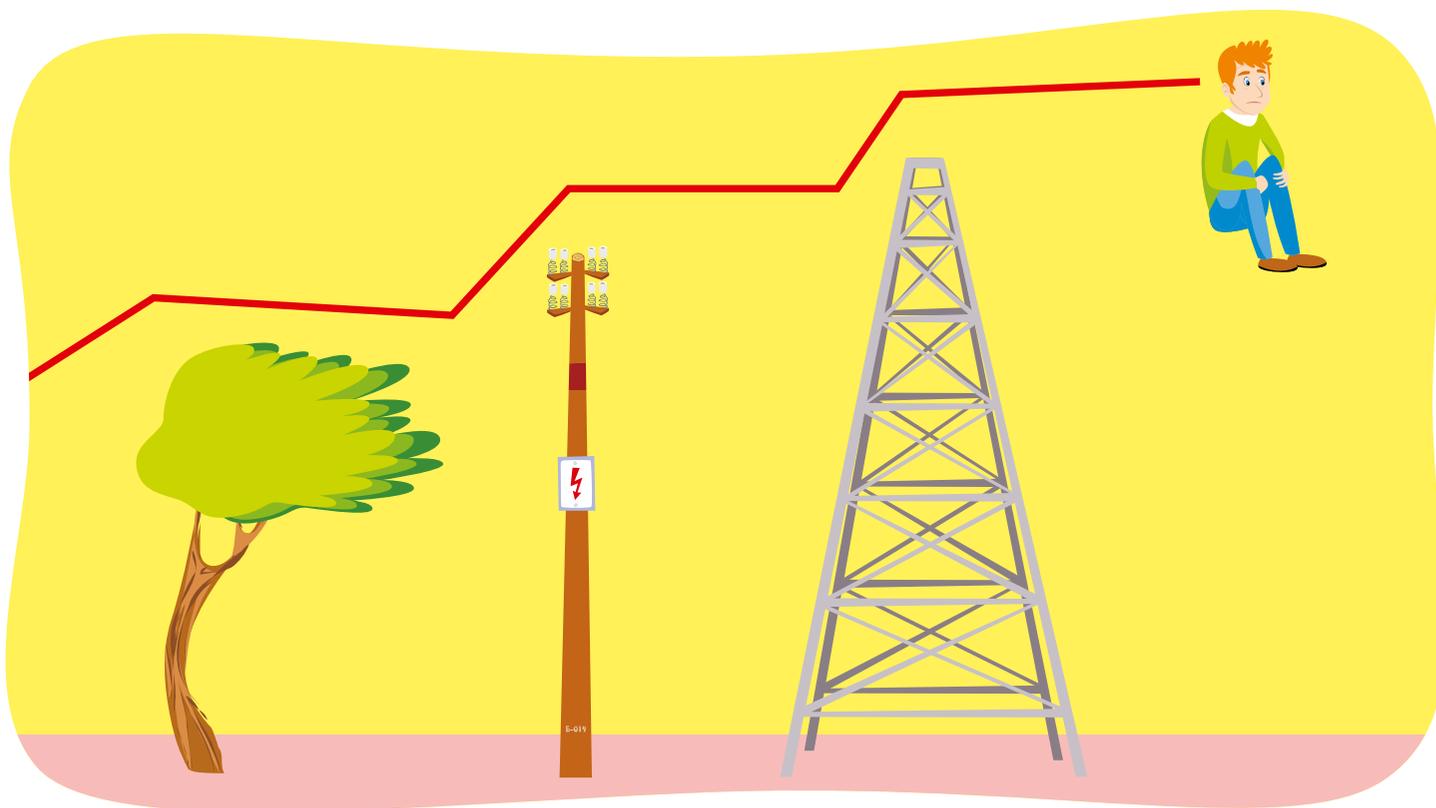
Расстояние до бури можно оценить следующим образом:

- Определите время между молнией и громом в секундах.
- Разделите это время на 3 и получите расстояние до бури в километрах.



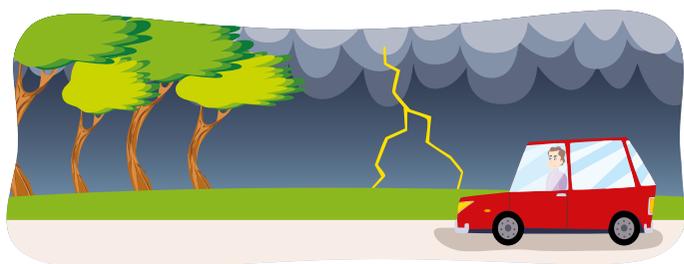
Это расстояние является очень важным показателем, ведь буря может достичь района, где вы находитесь, очень быстро. Пока этого не произошло, старайтесь принять все необходимые меры. Помните, что все перечисленные выше правила могут только уменьшить риск потенциального ущерба и потерь. Разряды атмосферного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

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 плывите по воде в лодке, не купайтесь;
- 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.

НБ

НЕРАЗОРВАВШИЕСЯ БОЕПРИПАСЫ

Незорвавшиеся 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 незорвавшиеся боеприпасы могут воспламениться и детонировать через несколько десятилетий. Поскольку такие взрывы – вещь опасная,

рекомендуется не прикасаться к найденным незорвавшимся боеприпасам, не выкапывать их, не перемещать, не прятать, не выбрасывать (в колодец, канал, реку, озеро и т. п.) или не зарывать, не разбирать, не поджигать и т. д. Поступая согласно этим инструкциям, вы обеспечиваете безопасность, снижаете риск для жизни и здоровья как своего, так и своих сограждан, а также риск для среды, в которой вы живете и работаете.

Немедленно позвоните в милицию по телефону 192 или в информационный центр по телефону 1985, представьтесь и сообщите, откуда вы звоните, объясните, что вы нашли, как выглядит объект, и есть ли рядом населенный пункт и граждане, подвергающиеся опасности.



Как действовать, если вы нашли незорвавшиеся боеприпасы:

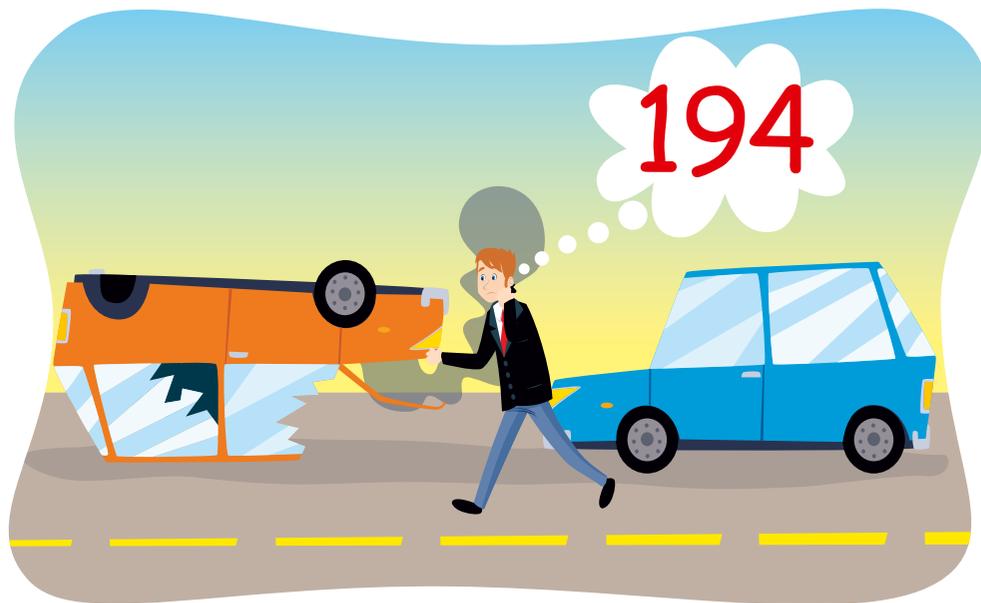
- Не прикасайтесь к ним!
- Не перемещайте!
- Не трясите!
- Не стучите!
- Не выбрасывайте!
- Не разбирайте!
- Не бросайте в огонь!
- Обозначьте место их нахождения!
- Сообщите, куда следует!
- Охраняйте!

Дорожно-транспортные аварии

Меры предупреждения

Для минимизации риска возможных аварий, необходимо собрать перед поездкой информацию о погодных условиях, состоянии дорог, дорожных работах на запланированном маршруте и других проблемах, которые могут возникнуть во время путешествия.

- В случае дорожно-транспортного происшествия приоритетным является спасение пострадавших.
- Позвоните в соответствующие службы – в полицию по телефону 192, пожарным по телефону 193 и в скорую помощь по телефону 194.
- assistance by calling 194.



Оперативные действия на месте происшествия

- В случае аварии автомобиля, автобуса, поезда или других транспортных средств немедленно позвоните в соответствующие службы по телефонам 192, 194 и 193.
- Обратите внимание, не перевозил ли кто-либо из участников аварии опасных, легковоспламеняющихся и радиоактивных материалов, чтобы сообщить в соответствующие органы о повышенном риске для безопасности вследствие утечки, разлива и т. п.
- Охраняйте и оградите место аварии для предотвращения новых происшествий, включите фары и, при необходимости, попробуйте погасить пожар подручными средствами.
- Не перемещайте пострадавшего, если только это не требуется для его безопасности.
- Окажите пострадавшему первую помощь, положите его на землю (подложите под голову куртку, одеяло или что-то подобное), поверните его на бок, чтобы он мог правильно дышать, и остановите кровотечение.
- Если вы оказались рядом с местом аварии, присоединяйтесь к спасательным работам. Не поддавайтесь панике и не мешайте проведению спасательных работ. Спасайте находящихся в опасности и раненых людей, а также имущество. Действуйте быстро и ответственно.
- Если вы были за рулем и остановились возле места аварии, окажите пострадавшему первую помощь и отвезите его в ближайшее медицинское учреждение, в котором ему будет оказана полноценная врачебная помощь.
- Ждите на месте приезда аварийно-спасательных служб, никуда не уходите 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.



Первая помощь

Порядок оказания первой помощи:

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



**Звоните
194**

Целью оказания первой помощи пострадавшим или внезапно заболевшим лицам является спасение жизни, предотвращение долгосрочных последствий, сокращение сроков лечения и быстрое восстановление пострадавшего.

Первая помощь будет более эффективной, если действия всех, кто ее оказывает, будут согласованными.

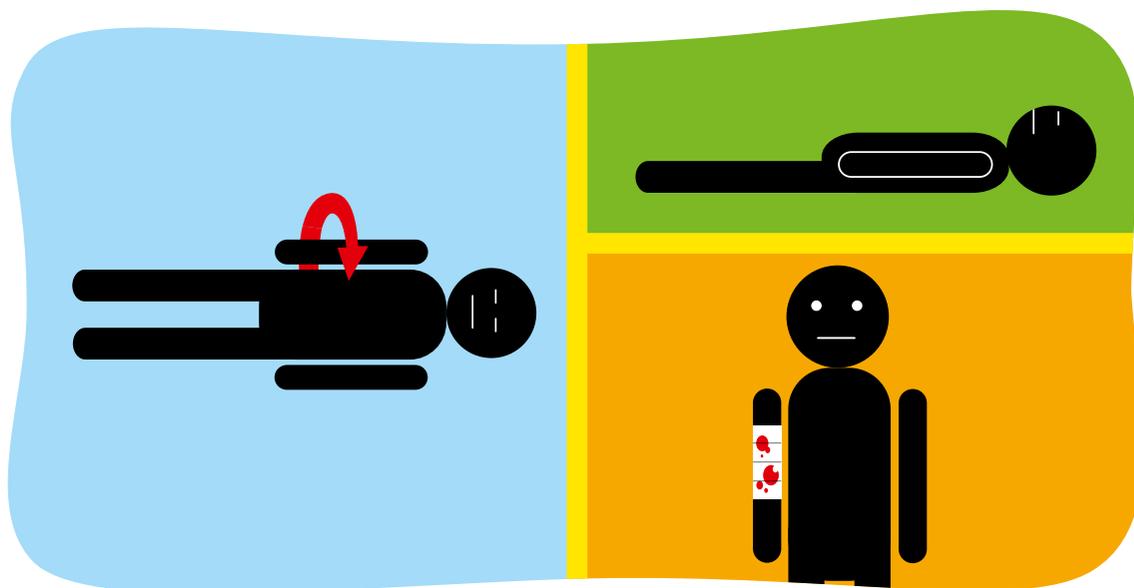
Спасательные меры включают в себя охрану и обозначение места аварии, защиту пострадавших от новых травм и оказание им первой помощи следующим образом:

- уложите находящегося без сознания пострадавшего на бок, на твердую поверхность;
- примите меры по реанимации находящегося без сознания пострадавшего, который не подает признаков жизни (отсутствует дыхание, нет пульса);
- остановите кровотечение.

Для оказания первой помощи используйте аптечку и другие имеющиеся средства.

Для оказания первой помощи у вас должны быть:

- 1. аптечка, в которую входят:**
 - индивидуальный перевязочный пакет (12 x 10 см), 1 штука;
 - треугольный биндаж – тканевый край (8 см x 5 м), 2 штуки;
 - треугольный биндаж – тканевый край (2,5 см x 5 м), 1 штука;
 - марля стерильная (1 м), 1 штука;
 - марля стерильная (1/2 м), 2 штуки;
 - марля стерильная (1/4 м), индивидуальная упаковка (80 x 25 см), 4 штуки
 - марля вазелиновая (10 x 10 см), 2 штуки;
 - лейкопластыри, две штуки;
 - адгезивные повязки – Hansaplast, Saniplast или другие (10 x 8 см), 2 штуки;
 - треугольные биндажи (размер 100 x 100 x 140 см, плотность 20 x 19), 5 штук;
 - ватные тампоны, 100 г;
 - одноразовые перчатки, 5 пар;
 - ножницы тупоконечные, 1 штука;
 - английские булавки, 5 штук;
 - одноразовая маска для искусственного дыхания, 2 штуки;
 - изолирующая фольга, 1 штука.
- 2. доступные средства**
 - обеззараживания пищевая сода.



194

Количество?
Пол?
Возраст?

Где?

Что?

Виды
травм?

Оказание первой помощи

В ожидании приезда скорой помощи постоянно следите за состоянием пострадавшего и, помимо оказания первой помощи, соблюдайте следующие правила:

- Прежде всего, не навредите пострадавшему.
- Не делайте больше, чем можете.

Вызов скорой помощи

Немедленно позвоните в скорую помощь по телефону 194. 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 человека, у которого наблюдаются нарушения ментального и эмоционального характера вследствие полученных ранений. Постарайтесь максимально ободрить пострадавшего!



Заключение

Это Семейное руководство по обеспечению готовности к чрезвычайным ситуациям поможет Вам разработать план поведения в экстренных ситуациях для своей семьи. Оно должно стать своеобразным стимулом для ознакомления с основными элементами защиты и спасения, которые помогут Вам сделать повседневную жизнь Вашей семьи лучше и безопасней в местах, где Вы живете, работаете или часто бываете. Обратите внимание, что вся информация в данном руководстве основана не только на признанных во всем мире научных знаниях и результатах исследований в этой области, но и на опыте различных стихийных бедствий, которые наша страна пережила в прошлом.

Мы стремились предоставить Вам основную информацию, которая будет полезна в чрезвычайной ситуации и, что более важно, мы хотели познакомить Вас с этой информацией до того, как такая ситуация возникнет. Мы постарались включить в данное руководство все потенциальные опасности, которые могут возникнуть в нашей стране. Некоторые из описанных бедствий и чрезвычайных ситуаций не являются частыми или

очень опасными, но Вы обязательно должны знать о них. Конечно, игнорировать риски или делать вид, что стихийные бедствия и другие катастрофы нас не коснутся – неразумно и не полезно. Гораздо полезнее быть в курсе всех опасностей, которые могут возникнуть, и быть во всеоружии, чтобы своевременно и правильно отреагировать на любую чрезвычайную ситуацию.

Надеемся, что Вы поняли основную концепцию: каждый гражданин является действующим субъектом в нашей системе защиты и спасения в чрезвычайных ситуациях. В частности, тот, кто знает, как действовать в ситуациях, которые представляют риск для его жизни, и знает, каковы эти риски, обеспечивает свою безопасность и безопасность своей семьи, тем самым облегчая работу спасателей.

Уверены, что это руководство поможет Вам подготовить и спланировать свои действия, чтобы свести к минимуму возможные последствия различных неожиданных и чрезвычайных событий.



Номера телефонов аварийно-спасательных служб

**Аварийно-
спасательная служба**

193

**Служба скорой и
неотложной помощи**

194

Полиция

192

**Республиканский
информационный
центр**

1985

**Единый европейский
номер вызова служб
экстренной помощи**

112