



**ЕККУ** Европадагы Коопсуздук жана  
Кызматташтык Уюмунун  
Бишкектеги программалык кеңсеси



**ӨЗГӨЧӨ КЫРДААЛДАРГА  
ДАЯРДЫК ЖАНА АЛАРДЫН  
КЕСЕПЕТТЕРИН ЖОЮУ  
БОЮНЧА ҮЙ-БҮЛӨЛҮК  
КӨРСӨТМӨ**

**СИЗ ӨЗҮНҮЗДҮ ЖАНА ҮЙ-БҮЛӨ  
МҮЧӨЛӨРҮҢҮЗДҮ ӨЗГӨЧӨ  
КЫРДААЛДАРДАН САКТОО  
ЧАРАЛАРЫН БИЛЕСИЗБИ?**





**ЕККУ** Европадагы Коопсуздук жана  
Кызматташтык Уюмунун  
Бишкектеги программалык кеңсеси



Бул колдонмонун баштапкы үлгүсү Сербия Республикасынын ички иштер министрлиги жана Сербиядагы ЕККУ миссиясы менен биргеликте иштелип чыккан. Кайра иштелип чыгуусу жана мамлекеттик тилге которулушу Кыргыз Республикасынын Өзгөчө кырдаалдар министрлиги менен биргеликте жүргүзүлдү. Басылмадагы пикирлер колдонмону которгон авторлордун көз карашы менен көрсөтүлгөн жана сөзсүз түрдө ЕККУнун официалдык позициясын чагылдырбайт.

Колдонмо Швейцария, Австрия, Америка Кошмо Штаттары, Лихтенштейн жана Люксембург мамлекеттеринин каржылоосу менен “ЕККУ ишмердүүлүгүн жүргүзгөн аймактарда коопсуздук жана кырсыктын коркунучун азайтуу” долбоору аркылуу басылып чыкты.

## КИРИШҮҮ

Адамдын жашоосу жарыкчылыкка келген биринчи күндөн тартып тышкы жаратылыш чөйрөсү менен өз ара тыгыз байланышта өтөт. Адам – жаратылыштын туундусу, анын ажырагыс бир бөлүгү.

Көп учурда өзүнүн жана жакындарынын өмүрүн сактап калуу ар түрдүү кырсыктар учурунда алгачкы медициналык



жана анын жашоочулары тараптан болуучу күтүүсүз ар кандай коркунучтарга даяр болууга, ал тургай эң оор кырдаалдарда багыт алуу жана туура чечим кабыл алуу жөндөмдүүлүгүнө байланыштуу болот. Адам өмүрүнүн коопсуздугунун негиздерин АР БИР АДАМ билүүгө тийиш! Сиз кайда гана болбонуз, жалгызбы, досторуңуз же үй-бүлөңүз мененби, жумушка бараткан жолдобу, эс алууда же үйдө жүргөндөбү ката кетирүү же кенебестик кылуу кайгылуу окуяга алып келиши мүмкүн болгон майда-барат жана эң опурталдуу кокустуктар көп болору ар дайым эсинизде болсун. Эгер сиз ушундай кырдаалга дуушар болсоңуз же аргасыз күбө болуп калсаңыз, дүрбөлөңгө түшүп, өзүңүздү жоготпоңуз – сиздин өз убагында жана туура көрсөткөн жардамыңыз адам өмүрүн сактап кала алат.

Өмүр коопсуздугунун негиздери сизге ооруну анын белгилери боюнча даана, так аныкташыңызга, туура дарыланууга, ал эми табигый кырсыкка кабылып калсаңыз – сактанып калууга жол табууга жардам берет. Ошондуктан коопсуздуктун негиздерин билүү пайдалуу, ал тургай зарыл жана аны колдонууну да билүү керек.

Өмүр – бул адам ээ болгон дөөлөттөрдүн эң баалуусу болуп саналат. Ал өзүнө берилген убакыт аралыгында өз жашоосунун маани-маңызын издейт, пландарды түзөт, аларды жүзөгө ашырууга умтулат, жаратмандык жана түзүүчүлүк менен алектенет. Адамдын башкы милдети – бул өмүрдү сактоо, анткени ал баа жеткис байлык.

**Рысбаев Равшан Рысбаевич**  
**Кыргыз Республикасынын өзгөчө**  
**кырдаалдар министринин орун басары**

# КУРАМЫ

Киришүү

Өрт кырсыгы

Токойдогу өрттөр

Суу ташкыны

Суудагы коопсуздук

Жер көчкү

Жер титирөө

Техногендик авариялар

Радиациялык авариялар

Тиричиликтеги коопсуздук

Терроризм

Жарылбаган ок-дарылар

Биринчи жардам

Корутунду

Пайдалуу телефон номерлар





ӨРТ КЫРСЫГЫ



## Өрттүн келип чыгышынын негизги себептери:

- Өрткө шалаакылык менен мамиле жасоо.
- Газ жабдууларын, электр приборлорун иштетүүдө, мешке от жагууда коопсуздук техникасынын эрежелерин бузуу.
- Электр ширетүү жана күйгүзүү иштерин жүргүзүүнүн эрежелерин бузуу.
- Кокусунан же атайылап өрттөө.
- Коопсуздукту тоотпогондук, өрттөн болуучу кесепеттерди билбегендик же маани бербегендик.
- Чагылгандын түшүшү.
- Балдардын от менен, өзгөчө ширенке менен ойношу.
- Өзүнөн өзү күйүү.

## Башталган өрттүн белгилери:

- Түтүндүн жыты.
- Анча-мынча от, жалын.
- Күйгөн резинанын же пластмассанын мүнөздүү жыты, электр тармагындагы чыңалуунун төмөндөшү, электр энергиясын берүүнүн үзгүлтүккө учурашы – электр өткөргүчтөрүнүн күйүшүнүн белгилери.
- Подъездде, тепкич аянтчаларында адамдардын тынчсыздана жүгүрүүсү.

## Эгер адамдын кийими күйүп жаткан болсо:

- Күйүп жаткан кийимди тезинен чечүү.
- Күйүп жаткан кийим менен чуркоого болбойт.
- Жерге тоголонбош керек.
- Башты, бетти, көздү кол менен калкалоо.
- Өчүрүү үчүн өрт өчүргүчтү колдонууга болбойт.
- Сууга чумкуу же суу жаба куюу.
- Карга жата калуу.
- Күйүүнүн продуктуларына уугуп калбоо үчүн башты ачык калтырып, ным чүпүрөк менен денени жабуу.
- Денеге жабышып калган кийимди сыйрыбоо.
- Жабыркагандарга медициналык жардам көрсөтүп, тынчтандырып, ооруканага тезинен жеткирүү керек.



ТЕЗИНЕН «112» НОМУРУ БОЮНЧА  
«БИРДИКТҮҮ КҮЗӨТ-ДИСПЕТЧЕРДИК КЫЗМАТЫНА» ТЕЛЕФОН ЧАЛГЫЛА.

ӨРТ ЭСЕПСИЗ  
БАКТЫСЫЗДЫКТЫ,  
АДАМДАРДЫН ЖАРАКАТ  
АЛУУСУНА ЖАНА ӨЛҮМҮНӨ  
АЛЫП КЕЛЕТ,  
ЖОЛУНДАГЫЛАРДЫН  
БАРДЫГЫН ЖОК КЫЛАТ,  
АЙЛАНА-ЧӨЙРӨГӨ ОРДУ  
ТОЛГУС ЗЫЯН КЕЛТИРЕТ.



**101**  
НОМЕРИНЕ  
ЧАЛГЫЛА

# ӨРТ УЧУРУНДАГЫ ЖҮРҮМ ТУРУМ ЭРЕЖЕЛЕРИ



- Сиз имараттын көпчүлүк бөлүгүн өрт каптаган учурда гана көрүп калдыңыз.
- Тезинен «101» номуру боюнча «Бирдиктүү күзөт-диспетчердик кызматына» телефон чалгыла.
- Эгер үйүңүздө телефон жок болсо, коңшуларга, өтүп бараткандарга кайрылыңыз. Сиз Бирдиктүү күзөт-диспетчердик кызматына өзгөчө кырдаал тууралуу канчалык тез кабарлаган болсоңуз, куткаруучулар жана өрт өчүрүүчүлөр окуя болуп жаткан жерге ошончолук тез келишет.

## ЛИФТТЕГИ ӨРТ.

- Кабинадагы «Чакырык» баскычын басып, өрт жөнүндө диспетчерге билдириңиз.
- Лифттин токтогонун күтүңүз да тезинен кабинадан чыгып кетиңиз.
- Лифттин кабинасынан чыгып, эшикти ачып кетиңиз. «101» телефону боюнча өрт өчүрүүчүлөрдү чакырыңыз.
- Өрттү өз күчүңүз менен өчүрүүгө аракет кылып көрүңүз. Эгер лифттин кабинасы кабаттардын ортосунда токтоп калган болсо, дароо диспетчерге билдириңиз. Тынбай жардамга чакырыңыз, өз алдыңызча кабинанын эшигин ачууга жана сыртка чыгууга аракет кылыңыз. Ал эми лифттин кабинасынан чыгып кетүү мүмкүн болбосо, ызычууга алдырбай, оозду жана мурунду чүпүрөк менен жаап, полго отуруп, жардам күтүңүз.

## КООМДУК ТРАНСПОРТТОГУ ӨРТ.

- Өрт жөнүндө айдоочуга билдириңиз.
- Транспорт каражаты токтоору менен дүрбөлөңсүз жана түртүшпөй салондон коопсуз жайга чыгуу керек. Эшик ачылбай калган учурда атайын жасалган люктар, терезелер аркылуу салондон чыгып кеткиле.
- Балдарга, кары-картаңдарга, жабыркагандарга жардам көрсөтүп, коопсуз жерге алып чыккыла. Өрттү өчүрүүгө аракет кылгыла, өрт өчүрүүчүлөрдү жана куткаруучуларды чакыргыла.
- Жакынкы объектилерге өрттүн жайылышына жол бербегиле.



**ЭЛЕКТР ӨТКӨРГҮЧТӨРҮН ЖАНА ЭЛЕКТР  
ЖАБДЫКТАРЫН, ОШОНДОЙ ЭЛЕ БЕНЗИН  
ЖАНА НЕФТТИ ӨЧҮРҮҮДӨ СУУДАН  
ПАЙДАЛАНБАҢЫЗ**





ТОКОЙДОГУ ӨРТ

# ЭГЕР ӨРТТҮ БАЙКАСАНЫЗ:



- Тезинен жергиликтүү өрт куткаруу кызматына 101 же 112 номуру аркылуу кабар бериңиз, жайгашкан дарегиңизди так билдириңиз жана өрт чыккан жерди так айтып бериңиз;
- Маалыматты толук айтып бүткөнгө чейин трубканы койбоңуз;
- Өрт чыккан үйдөгү адамдарды тез сыртка чыгаруу керек;
- Өрт чыккан бөлмөдөгү эшик терезелерди анча муктаждык болбосо ачпаңыз.



**Токой өртү** - бул ачык жердеги өрт, алар жапыс өсүүчү өсүмдүктөрдө, чөптөрдө, бадалдарда тез тарап чоң аймакты камтыган токой өрттөрүн пайда кылат.

Өрттүн келип чыгуусуна жана тарап кетүүсүнө аба-ырайынын кескин түрдө өзгөрүүсү таасирин тийгизет (күндүн катуу ысып кетүүсү, катуу шамал, кургакчылык).

Табияттын кубулушунан да өрт келип чыгышы мүмкүн, мисалы, чагылгандын түшүүсү (бирок бул түрү аз эле катталат).

- кокусунан чыккан өрт (шаймандардын кызып кетүүсүнөн, электр зымдарынын чукул туташынан, жоопкерсиздиктен, тез от алуучу материалдардан)

- түшүм жыйноо убагында калдыктарды күйгүзүп жиберүү же ачык жерге калтырып кетүүгө тыюу салынат.

## ӨРТТҮ БОЛТУРБОО ҮЧҮН ТӨМӨНКҮ СУНУШТАРДЫ АТКАРЫҢЫЗ:

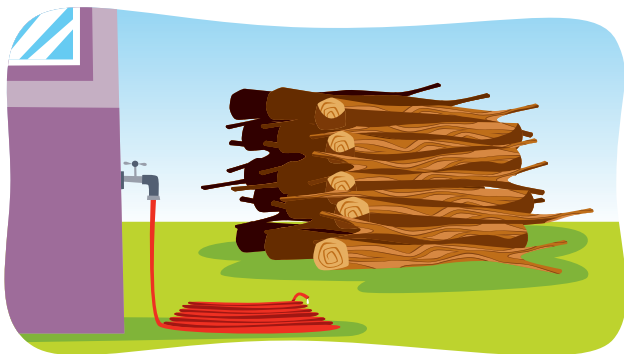
- токойго өчүрүлбөгөн тамекинин калдыгын ыргытпаңыз;
- токойго же шаардык бакчага жакын жайгашкан кургак чөптөрдү күйгүзбөңүз;
- өрттү алып келүүчү жумуштардан оолак болуңуз;
- тез тутанып күйүп кетүүчү калдыктарды токойлорго калтырбаңыз;
- түшүм жыйноо убагында ачык өрттү колдонбоңуз же тамеки тартпаңыз;
- күйүп кетүү деңгээли жогорку аймактардагы атайын белгилерге көңүл буруңуз.



- Тез аранын ичинде 101 жана 112 номуру аркылуу жергиликтүү өрт куткаруу кызматтарына чалыңыз, сиз жайгашкан жана өрт чыккан жер жөнүндө так маалымат бериңиз,
- Күйүп жаткан бак дарактын түрүн сүрөттөп бериңиз.
- Эгер мүмкүн болсо өрттүн жайылуу багытын көрсөтүңүз
- Өрт жөнүндө толук маалымат бермейинче тутканы койбоңуз.

ӨРТТҮ  
БАЙКАСЫҢЫЗ  
**101**  
НОМЕРИНЕ  
ЧАЛГЫЛА

**ЭГЕР СИЗДИН ТУРАК ЖАЙЫҢЫЗ ТОКОЙГО ЖЕ АГА ЖАКЫН ЖАЙГАШКАН ЖАШЫЛДАНДЫРУУ АЙМАГЫНА ЖАКЫН ЖАЙГАШКАН БОЛСО:**



- жапыс өскөн өсүмдүктөрдү кесиңиз, кургак жалбырактарды жана чөптөрдү үйдүн тегерегинде 20м радиуста тазалап алып салыңыз;
- короонуздагы кургак өсүмдүктөрдү, чөптөрдү жана жалбырактарды тазалаңыз;
- күйүүчү майлоочу майларды, тез күйүп кетүүчү материалдарды үйдө сактабаңыз;
- өрт өчүрүүчү каражаттарды камсыздаңыз жана алардын абалын дайыма текшерип туруңуз;
- короонузга суу берүүчү кран орнотуңуз, өзүңүзгө жетишээрлик өлчөмдө шланг камдаңыз, короого суунун запасын кармаңыз.

**ЭГЕРДЕ ӨРТ СИЗ ЖАШАГАН ТУРАК ЖАЙГА БАГЫТ АЛЫП КЕЛЕ ЖАТКАН БОЛСО:**



- тынчтыкты сактаңыз;
- өрттү тутанып тез күйүп кетпөөсү үчүн, тез күйүп кетүүчү материалдарды үйүңүздөн сыртка коопсуз жайга чыгарыңыз;
- үйдүн жанында жайгашкан бардык газ түтүктөрүнүн жапкычтарын жабыңыз;
- өрт өчүрүү кызматынын автоунаасынын өтүү жолдорун камсыздап бошотуңуз;
- Имараттын ичиндеги түтүндү толук көрүү үчүн жарыкты жандырып коюңуз.

**ЭГЕРДЕ ӨРТ СИЗДИН ТУРАК ЖАЙЫҢЫЗГА ЖЕТИП КАЛСА:**



- Анда – сиздин үйүңүз күйбөй турган курулуш материалдар менен курулган болсо сыртка чыкпай койгонуңуз оң, аман калуу мүмкүнчүлүгү жогору болот;
- үй-бүлө мүчөлөрүнүн баарын үйгө киргизиңиз;
- бардык эшик терезелерди жабыңыз жана ачык жерлерине нымдалган материалдар менен кыстартыңыз;
- пардаларды терезеден чечип коюңуз;
- эмеректерди терезеден алыс болгондой кылып ортого жылдырыңыз;
- суунун запасын камсыз кылыңыз;
- үй-бүлө мүчөлөрүн бир жерге чогултуңуз;
- фонарды текшерип коюңуз. Электр жарыгы (свет) өчүп калышы мүмкүн.

**ЭГЕР ӨРТ ЖЕ КАЛЫН ТҮТҮН СИЗ ТАРАПКА БАГЫТ АЛЫП КЕЛЕ ЖАТКАН БОЛСО АНДА АТАЙЫН АДИСТЕРДИН ЭСКЕРТҮҮСҮ МЕНЕН ЭВАКУАЦИЯ ИШТЕРИ ЖҮРГҮЗҮЛӨТ.**

**ӨРТ ӨЧҮРҮЛГӨНДӨН КИЙИН:**



- үйдөн сыртка чыгып жакын жердеги калып кеткен өрттүн калдыктарын өчүрүңүз;
- өрт толугу менен өчүрүлгөнгө чейин нөөмөт уюштуруңуз, болбосо кайталанып күйүп кетүүсү мүмкүн.

**Өчүрүлбөй калтырылган тамекинин калдыктары токой өртүнүн негизги себептери болот. Ошондуктан өчүрүлбөгөн тамекинин калдыгын жүрүп турган автоунаага, көчөгө ыргытпаңыз.**





**СУУ ТАШКЫНЫ**

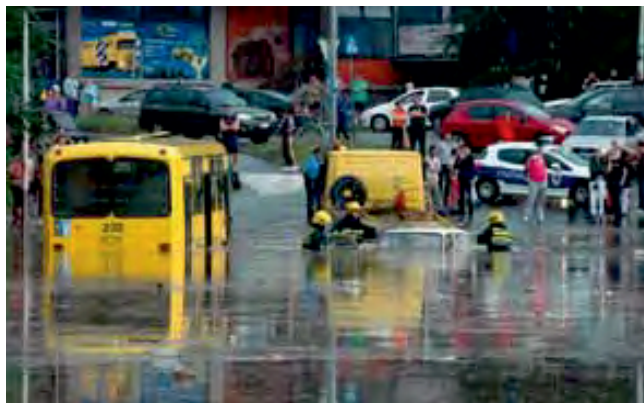
# СУУ КАПТОО КОРКУНУЧУНУН ТОБОКЕЛДИГИ ЖОГОРКУ АЙМАКТАН КАНТИП САКТАНУУ КЕРЕК



**Суу каптоо** - бул, өтө кеңири тараган табигый кырсык. Ал бир айылды же айыл аймакты басышы мүмкүн. Андан да чоң көлөмдө болуп дарыяларды, бассейндерди көптөгөн калктуу конуштарды каптап калышы да мүмкүн.

- суу каптоонун узактыгы анын көлөмүнөн көз каранды, жайык райондордо таралуусу жана кайтып кетүүсү жай болот жана бир канча күнгө созулат. Кокусунан сезилбей катуу келген суу каптоо кыйратуучу толкундарды коштоп келип, курамында ылай, таш, таштандыларды камтыйт.

- жаан - чачын жок мезгилде жоопкерчиликтүү болуңуз: арыктарга, каналдарга, дарыяларга таштандыларды таштабаңыз.
- эгерде таштандылар арыктарга, каналдарга, дарыяларга ташталгандыгына күбө болсоңуз же көрсөңүз анда тийиштүү коммуналдык кызматтарга кабарлаңыз.
- шаарларда жаан чачындан суунун агымы көчөлөрдө көбөйөт. Ага таштандыларды таштабаңыз жана суу кетүүчү түтүктөдү ачып тазалап коюңуз.
- эгер көчөдө суунун агымы көбөйүп баратса, анда корооңузга суу кирип кетүүчү жерлерди кум салынган каптар менен тосуп чыгыңыз.
- суу чыгып кетүүчү түтүктөрдү жаанчыл мезгилде жабып койбоңуз.



-суу каптоо, ошондой эле дарыялардагы суунун деңгээлинин көтөрүлүүсү плотиналардагы суунун ашып кетүүсүнө алып келет. Эгерде суунун агымы жогору болсо, анда дамбаларды да жарып кетиши мүмкүн. Суунун көптүгү плотиналардын жарылып кетүүсүнө алып келет. Андай учурда суунун катуу агымы кыйраткыч күчкө да ээ болот.

## СУУ КАПТОО УЧУРУНДА КАНТИП АРАКЕТТЕНҮҮ КЕРЕК



- радио телеберүүлөрдө жана интернет аркылуу берилген маалыматтардан кабардар болуңуз;
- эсиңизде болсун катуу кыйраткыч авариялар кокусунан болушу мүмкүн, коркунуч пайда болоору байкалса, кимдир бирөө билдирээрин күтпөстөн тезинен жогорку кабатка же бийиктикке көтөрүлүңүз;
- электр чубалгыларынан алыс болуңуз;
- кулап кетүү коркунучу бар жайлардан оолак болуңуз;
- куткаруучулардын иштөөсүнө тоскоол болбоңуз.



## ЭВАКУАЦИЯ УЧУРУНДА КАНТИП АРАКЕТТЕНҮҮ КЕРЕК



- Мурун даярдап коюлган зарыл болгон документтерди, баалуу буюмдарыңызды, кийимдерди жана тамак-ашты мүмкүнчүлүккө жараша алыңыз, уюштурулган тартипте коопсуз жайга чыгуу үчүн үйдөн чыгып кетиңиз.
- Куткаруучу топтор менен биргеликте аракеттенүү үчүн жардам берүүгө даяр болуңуз.
- Эгер сиз плотиналардан ылдый жакта жашаган болсоңуз анда коркунуч белгиси кандай болоорун билишиңиз керек. Плотиналар жарылып кетүүсүнөн канча убакытта сиз жашаган жерге жетип келээрин аныктап, ошого жараша коопсуз жайга чыгып кетүү боюнча аракеттениңиз.
- Кырдаалга жараша аракет кылыңыз жана массалык маалымат каражаттарынан суу каптап кетүү боюнча маалыматтардан кабардар

### ЭГЕР УБАКЫТ БОЛСО, ТӨМӨНКҮЛӨР СУНУШТАЛАТ:

- үйдүн эшиктерин жабып коюу
- электр жабдыктарын өчүрүп коюу
- электр счетчиктен да өчүрүп коюу.

## ЭГЕР СИЗ СЕЛ АГЫМЫ КЕЛГЕНДЕ ҮЙДӨН ЧЫГЫП КЕТҮҮГӨ ДУУШАР БОЛСОҢУЗ КАНТИП АРАКЕТТЕНҮҮ КЕРЕК.



- Келе жаткан селдин добуштарын угуп жана суунун бозомук тартып баштаганын көргөндөн кийин, тез арада төмөн жактардан жогорку тараптарга көтөрүлүшүңүз керек;
- Кооптуу жолдор менен автоунаада жүрбөө керек;
- Чыгарып кетүү маршруттары селдин нугунан жүрбөшү керек.

**ЭШИКТИ  
ЖАПКАНДА  
ЖАНА  
ЭЛЕКТР  
ТОГУН ОЧУРУП  
ЖАТКАН  
УЧУРДА СУУДА  
ТУРУП ЭЛЕКТР  
ЖАБДЫКТАРЫНА  
КОЛ  
ТИЙГИЗБЕҢИЗ**



### СЕЛ АГЫМЫ БОЛУП ӨТКӨНДӨН КИЙИН

- Бир жолку болуп өткөн селдин агымынан кийин күтүп туруу керек, анткени андан кийин экинчиси болушу ыктымал;
- Жабыр тарткандарга жардам көрсөтүүгө селдин агымы аркылуу өтпөңүздөр жана селдин агындыларынан алыс болуңуз;
- Эгер сиз жаракат алган болсоңуз өзүңүзгө дарыгерге чейинки алгачкы жардам көрсөтүңүз, андан кийин дарыгерге кайрылыңыз;
- Кайра үйгө кирээрдөн алдын сырттан карап абайлап кириңиз;
- Электр энергиясын текшербестен туруп аны жандырбаңыз;
- Кооптуу көрүнгөн имараттардан алыс болуңуз.

**ЭСИҢИЗДЕ БОЛСУН!  
СЕЛ АГЫМЫ ТОКТОГОНДОН КИЙИН ДА  
КОРКУНУЧ САКТАЛЫП КАЛА БЕРЕТ.**



**ДАРЫЯДАГЫ ЖАНА КӨЛДӨРДӨГҮ  
СУУДАН КУТКАРУУ КООПСУЗДУГУ**

## СУУДАГЫ КООПСУЗДУК

Жай мезгили – эс алуу үчүн эң сонун учур. Өзүн үчүн, ден соолугуң үчүн сууга түшүү жакшы маанай тартуулайт. Андыктан жакшы сүзүүнү өздөштүрүп, сууда жүрүү эрежелерин жетишээрлик билишиң керек.

Сууга узак убакыт бою түшкөнгө болбойт. Суук тийип калышы мүмкүн. Эгер чыйрыксаң, денендин калчылдаганын сезген болсоң, дароо суудан чыгып, жээкти бойлой кыска убакытка тез чурка.

### ЭГЕР СЕН КАЙЫКТА БОЛСОҢ:

- кароосуз калган жана техникалык жактан бузук кайыктарды пайдаланба;
- мас абалда кемеге түшүп сейилдебе;
- сууда сүзүп бара жатып, бир кайыктан экинчи кайыкка өтүп олтурба;
- караңгы киргенден кийин сүзүүчү каражаттарды (кайык, катер, катамаран) колдонбо.

### ЭГЕР СЕН:

- чарчап турсаң;
- күн өтүп кеткен болсо;
- ач карын болсоң;
- суусап турган болсоң;
- ооруп айыккандан кийинки, ошондой эле спирт ичимдиктерин ичкенден кийинки абалда болсоң сууга түшүүдөн өзүңдү токтотуп койгонуң жакшы болот.

Сууга түшүүнүн узактыгы абанын жана суунун температурасына, нымдуулукка жана шамалдын күчүнө байланыштуу болот. Сууга түшүү үчүн эң жакшы шарт – ачык, шамалы жок 25°C жана андан ашык температурадагы аба ырайы. Ошондой эле сууга түшүүнү 18°Cден баштаса болот.

Суунун температурасы, °C

18

20

20 дан жогору

Сууга түшүү убактысы, мин.

6–8

10–12

15 мүнөткө чейин

## ЧӨГҮП БАРА ЖАТКАН АДАМДЫН ӨЗҮН-ӨЗҮ САКТООГО КЫЛГАН ИШ-АРАКЕТИ



- Кырсыктан оолак болуу үчүн балага сууда жүрүүнүн эрежелерин түшүндүрүп жана оор учурлардан кантип чыгып кетүүнү үйрөтүү керек.
- Сууга чөгө баштаганда өзүн жоготпой, шашпай, тынчтыкты сактоо менен өзүн-өзү сактап калууга мүмкүн. Сууга чөгө баштаганда өпкөгө көбүрөөк дем алып, вертикалдык абалга турууга аракет жасоо керек. Кескин кыймыл жасабоо керек, анткени суу оозго, өпкөгө тез толуп, буттун тарамыштары түйүлүп калат. Терең дем алып, абаны өпкөдө 30 секунда кармоого аракет кылса натыйжалуу болот.

## ЭСИҢЕРДЕ БОЛСУН:

- сууга уруксат кылынган орунда гана чондордун көзөмөлүндө түшүү керек;
- тааныш эмес, балыры көп, алыс жерлерге чейин барууга тыюу салынат;
- кайыктын, катамарандын артынан кубалап, асылууга, жабышууга болбойт;
- күн бүркөктө же катуу шамал башталганда сууга түшүүгө болбойт;
- үйлөмө матрацтарда, жаздыкчаларда, дөңгөлөктүн камерасында сүзүүгө болбойт, ал жарылып кетсе, адам кокусунан терең жерге түшүп кетет, бул сүзгөндү жакшы билгендер үчүн да коркунучтуу;
- көпүрөлөрдөн, тосмолордон, кеме токтоочу жайлардан, кайыктан жана катерлерден сууга секирүүгө болбойт.



Тамактанган соң 1,5 сааттан кийин сууга түшүү сунуш кылынат. Көбүнчө балдардын пляжында болгон оң, анткени ал жер жакшы, талапка ылайык кырсыкты алдын алуучу зарыл каражаттар менен камсыз болот. Эсиңерде болсун, балдар чоң кишилердин көзөмөлүндө гана сууга түшө алышат.

Пляждын территориясында медициналык пункт жана күндөн калкалоочу серелер курулушу керек.

Куткаруу кызматынын өкүлдөрү менен биргеликте түзүлгөн атайын комиссиянын текшерүүсүнөн кийин гана пляжды ачууга уруксат бергиле.

Балдардын сууга түшүү учурундагы коопсуздугунун жоопкерчилиги сууда сүзүү жана куткаруу боюнча инспекторго жүктөлөт.

Балдарды 10дон ашпаган группада, 10 мүнөттөн түшүрүп, суудан чыккан соң линейкага тургузуп, бирден жоктоп чыгуу күзөтчү-тарбиячынын милдети.

Сууда сүзгөндү билбеген балдарга ден соолукту чыңдоо лагеринин же балдар мекемелеринин жетекчилери өзүнчө машыгуу жүргүзүшү керек.

Кырсыкты болтурбоо үчүн, балдарга сууда өзүн алып жүрүү эрежелерин жана оор кырдаалдарда эмне кылуу керек экендигин түшүндүрүү керек.



# ЖЕР КӨЧКҮЛӨР

- Жер көчкү- бул тоо тектеринин массаларынын бузулушунан улам, эңкейиштер боюнча оордук күчү менен сүрүлүп жылышы.
- Жер көчкүнүн көлөмү ар кандай болушу мүмкүн.
- Кыргызстандын көпчүлүк облустарында жер көчкүлөр кездешет. Жер көчкүлөр көбүнчө Ош, Жалал-Абад жана Баткен облустарында көп болот.

## КОРКУНУЧТУН КӨРСӨТКҮЧТӨРҮ

- Жер астындагы суулардын, жаңы булактардын пайда болушу же мурунку булактардын жок болуп кетиши жана алардын чыккан жеринин өзгөрүшү;
- Тоо эңкейиштеринин түбүнөн жердин көтөрүлүшү;
- Жер көчкү башталган жерде топурактын оюлуп түшүшү;
- Тоо жана дөбөлөрдүн этегинде жарака же эрозиялык ачыктардын пайда болушу;
- Жер астынан дүңгүрөгөн добуштун угулушу;
- Үйдөгү эшик терезелердин кыпчылып жабылбай калышы.

## ЖЕР КӨЧКҮ БОЛГОНГО ЧЕЙИНКИ АРАКЕТТЕР

- Жер көчкү кайсыл жерде жана канча өлчөмдө болоору жөнүндө маалыматка ээ болуу;
- Кар эригенден кийин, катуу жаандан кийин мурда жарака пайда болгон жерлерди үйгө жакын эңкейиштерди байкаштырып караңыз;

- Мурда болгон көчкүнүн өзөгүндө же жаңы пайда болгон жаракаларда булактардын пайда болушу же жоголуп кетиши байкалса, жакын арада жашаган адамдардын үй-бүлөлөрүнө тезинен кабарлоо керек, атайын адистер келип жыйынтык чыгарганга чейин коопсуз жерлерге убактылуу көчүп кетиш керек.
- Жер көчкү коркунучу бар эңкейиштин чек арасына билдирүүчү белгилерди коюу керек.

## ЖЕР КӨЧКҮ БОЛУП ЖАТКАН УЧУРДАГЫ АРАКЕТТЕР



- Жер көчкү коркунучунун кабарын укканда газ, электр приборлорун, суу түтүктөрүн бекиткиле, коркунучка жараша тезинен көчүп чыгып кетүүгө даярдангыла;
- Эвакуация убагында мурдатан даярдалган документтерди, баалуу буюмдарды, жылуу кийимдерди, тамак ашты алуу керек;

- Эгер көчкү акырындык менен жыла турган болсо, анда үйдө болгон керектүү буюмдарды алып чыгып кетүүгө мүмкүнчүлүк бар;
- Шашылыш эвакуация болгондон кийин урандылардын астында калгандарды чыгарууга жапа чеккендерге коопсуздукту сактоо менен жардам көрсөтүңүз.

## ЖЕР КӨЧКҮ БОЛУП ӨТКӨНДӨН КИЙИНКИ АРАКЕТТЕР

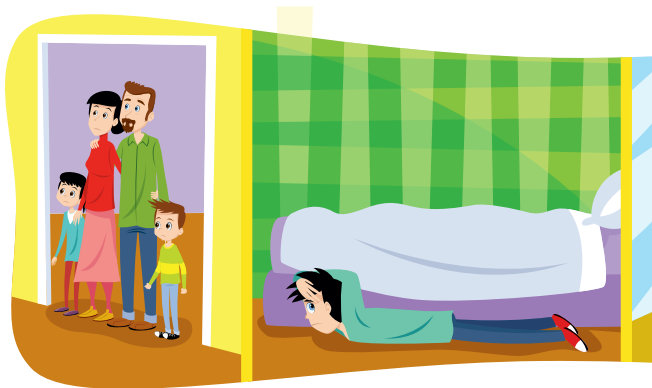


- Бузулбай калган үйлөрдүн, имараттардын дубалдарын, жабдууларын коопсуздук эрежелерин колдонуп кылдаттык менен карап чыккыла;
- Суу түтүктөрүнүн, газ, электр өткөргүчтөрүнүн абалын кылдат карап чыгыш керек;
- Куткаруучулар менен биргеликте жер көчкүдөн жапа чеккендерди урандылардан алып чыгуу, куткаруу иштерин аткаргыла.



ЖЕР ТИТИРӨӨ





**Жер титирөө өзүнүн кыйраткыч күчү менен адамзатка жана айлана-чөйрөгө абдан чоң залал келтирүүчү коркунучтуу табигый кубулуш.**

Эки же андан ашык тектоникалык плиталардын каршылаш кыймылда бири-бирине тирелип-сүрүлүшүнөн келип чыккан чыңалуудан улам топтолгон энергиянын чукул бошонуусу жер астында жарылуу (гипоцентр) жаратып, ал жер кыртышынын үстүнкү бетин толкун сымал кыймылга келтирип, силкинет. Термелүүнүн эң жогорку магнитудасы сейсмикалык толкундун чордонуна (эпицентр) туура келет. Кыргызстан сейсмикалык жактан абдан кооптуу аймакта жайгашкан.

#### **БОЛУП ЖАТКАН УЧУРДА:**

- Дүнгүрөгөн добушту, айнектин сынганын укканда же алгачкы термелүүлөрдү сезгенде, люстралар менен лампалардын, имараттын кыймылдаганын көргөндө, эгер силер көп кабаттуу үйдүн 1-2- кабатында же жер үйдө болсоңор тезинен эшикке чыгып кеткиле;
- Эң керектүү нерселерди (документтер, акча) өзүңөр менен кошо ала чыккыла;
- Эгерде сиз жашаган үйдө лифт болсо, лиффти колдонбой тепкич менен түшкүлө;
- Эгер имараттын ичинде болуп калсаңар, мурдатан тандап алган салыштырмалуу коопсуз орунга (бурчтар, ички дубалдар, имаратты көтөрүп туруучу дубалдардын кесилишкен жерлерине) жашынгыла.
- Термелүүлөрдөн кийинки алгачкы убакытта от жандыргыч, шам, ширенке колдонбогула, себеби газ чыгып жаткан болсо өрт чыгып кетиши мүмкүн.

#### **АЛДЫН АЛУУ ЧАРАЛАРЫ:**

- Курулган имараттардын дубалдарына, көтөрүп туруучу устундарына, тирөөчтөрүнө өз алдынча кайра куруу, бузуу иштерин жүргүзгөнгө тыюу салынат;

- Жер титирөө кайсы жерде, кандай күчтө болоору тууралуу болжолдоолорду биле жүрүү жана пайдалануу;
- Сейсмикалык жактан туруктуу имараттарды куруу жана мурун курулган сейсмикалык туруксуз үйлөрдү, имараттарды бекемдөө;
- Сейсмикалык туруктуу курулуш нормаларын жана эрежелерин сактоо.

#### **САКТАНУУ ЧАРАЛАРЫ:**

- Өзгөчө кырдаалдар боюнча адистердин сейсмикалык коркунуч боюнча талаптарына, кеңештерине дайыма көңүл буруу жана аткаруу;
- Жер титирөө коркунучу бар аймактын жашоочулары ар дайым бир нече күнгө жете турган тамак-аштын, кийим-кечектин жана тез жардам көрсөтүүчү дары-дармектердин запасын сакташы керек;
- Биринчи жана экинчи кабатта жашаган жашоочулардын имараттын ичинен тезирээк коопсуз жерге чыга ала турган, алдын ала даярдалган пландары болуш керек;
- Көп кабаттуу үйлөрдө терезеден алысыраак жайгашкан негизги ички дубалдардын жаны, столдун, керебеттин жана башка бекем буюмдардын асты коопсузураак болгондуктан, алдын ала тактап, кырсык учурунда коргонууга болот.

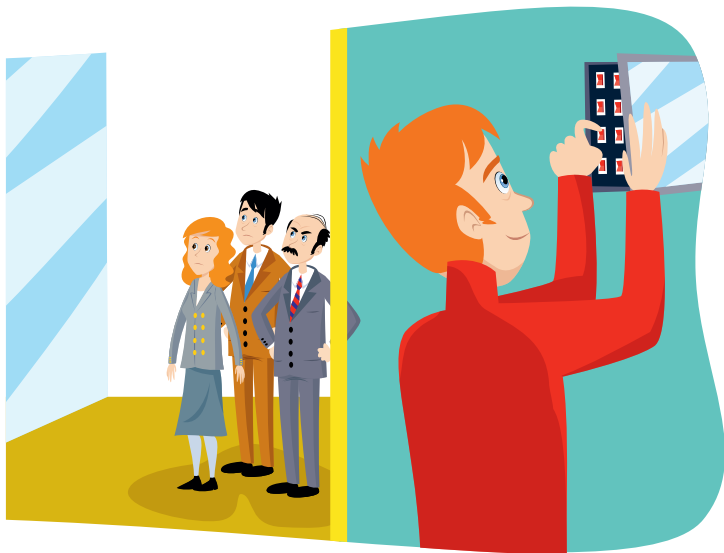
#### **ЖЕР ТИТИРӨӨ БОЛГОНГО ЧЕЙИН ЭМНЕ КЫЛУУ КЕРЕК:**

- Жер титирөө болгон убакта (үйдүн ичинде, унаада, көчөдө, кинотеатрда) кандай аракет кылуу жөнүндө алдын ала план иштеп чыгыңыз;
- Жаракат алган учурда биринчи медициналык жардам көрсөтүүнү үй-бүлө мүчөлөрүнө, кошуналарыңарга үйрөтүңүз;
- Документтерди, акчаңарды, кол чырагын, кошумча батарейкаларды оңой ала турган жерлерде сактаңыз;
- Үйдө таза суунун, консервалардын бир нече күнгө жете турган запасын сакташыңыз керек;
- Уулуу заттарды, тез от ала турган суюктуктарды коопсуз жерде сактаңыз;
- Бардык үй-бүлө мүчөлөрү электрди, газ жана суу менен камсыз кылуучу түйүндөрдү өчүрүп салууну билиши керек.

## **ЖЕР ТИТИРӨӨ УЧУРУНДАГЫ АРАКЕТТЕР**



- ӨЗҮҢҮЗДҮ ДҮРБӨЛӨҢГӨ АЛДЫРБАҢЫЗ ЖАНА ШАШПАҢЫЗ. ЭСИҢИЗДЕ ТУТУҢУЗ, КЭЭ БИР УЧУРЛАРДА АЛГАЧКЫ СИЛКИНҮҮЛӨРДӨН КИЙИН КАТУУ ЖЕР ТИТИРӨӨ БОЛУШУ МҮМКҮН.
- ДҮРБӨЛӨҢ САЛБАҢЫЗ.
- ЧУРКООГО АРАКЕТ КЫЛБАҢЫЗ.
- БАШЫҢЫЗДЫ КОРГОП, СТОЛ АСТЫНА ЖАШЫНЫҢЫЗ.



### **БОЛУП ӨТКӨН СОҢ:**

- Этият болууз, балдардын, оорулуулардын, кары-картандардын коопсуздугу жөнүндө кам көрүнүз, аларды тынчтандырыңыз;
- Жабыр тарткандарга биринчи медициналык жардам көрсөтүнүз;
- Жеңил бошото турган урандылардын астынан жапа чеккендерди бошотуңуз;
- Тепкичтен түшөрдө этият болуңуз: анын бекемдигин сөзсүз түрдө текшерип алыңыз;
- Каттуу силкинүүдөн кийин, өзгөчө алгачкы 2-3 сааттар абдан коркунучтуу – бул убакыттын ичинде жер кайра силкиниши мүмкүн;
- Эгер сиз урандылардын астында калсаңыз, абалды байкаштырыңыз, өзүңүзгө медициналык жардам бериңиз, күчүңүздү сактаңыз;
- Эстей жүргүлө: отту куйгузгөнгө болбойт;
- Жылыткыч батарея менен түтүктөрдү үн берүүчү сигнал катары колдонула.  
Кырсыктын залалдары:
- Үйлөрдүн, коомдук турак-жайлардын, курулуш имараттарынын, инженердик жана коргонуу курулуштарынын бузулуп кетүү коркунучу;
- Электр зымдарынын чукул туташуусунан учкундап өрт чыгуу коркунучу;
- Газ, мунайзат, жылуулук жана суу өткөргүч түтүктөрүнүн бузулуш коркунучу;
- Жер катмарында чоң жаракалардын пайда болуу коркунучу;
- Адамдардын жашоо шарттарынын бузулушу;
- Эл топтолгон жерлерде дүрбөлөңгө түшүү, коркуу адамдарды кооптуу, калпыс жүрүм-турумга мажбурлап, өмүр үчүн коркунуч келтирет.

### **ЭГЕРДЕ ЖЕР ТИТИРӨӨ МЕЗГИЛИНДЕ СИЗ КӨЧӨДӨ БОЛСОҢУЗ ЭМНЕ КЫЛУУ КЕРЕК:**



- Көчөдө көчө жарыктарынан, бийик үйлөрдөн жана электр линияларынан алыс жана ачык жерге кетип калгыла, үзүлгөн өткөргүчтөргө жакындабагыла;
- Көчөдө мештерден, үйлөрдүн чатырларынан жана сынык терезелерден сак болгула;
- Көчөдө имараттардын, тирөөчтөрдүн, көпүрөлөрдүн, электр линияларынын жанына жолобоо керек;
- Колуңар менен же болбосо колунузда сумка болсо аны менен башыңарды тосуш керек;

### **ЭГЕРДЕ СИЗ УНААНЫН ИЧИНДЕ КЕТИП ЖАТКАНДА ЖЕР ТИТИРӨӨ КАТТАЛСА КАНДАЙ ЧАРАЛАРДЫ КОЛДОНУУ КЕРЕК:**



- Автоунаанын ичинде болгон учурда унааны токтотуп, эшикти ачып кабинадан чыкпай күтүп туруу керек.
- Имараттардын, бак-дарактардын, электр чубалгылардын жана эстакадалардын алдына токтоого болбойт;
- Жер титирөөдөн кийин этият болгула;
- Жер титирөөдөн кийин жолдордо, көпүрөлөрдө жүрүүгө тыюу салынат, себеби жер титирөөнүн натыйжасында алар бузулган болушу мүмкүн.





### **ЭГЕР СИЗ УРАНДЫЛАРДЫН АСТЫНДА КАЛСАҢЫЗ ЭМНЕ КЫЛУУ КЕРЕК:**

- Абалды байкаштыргыла;
- Ширенке күйгүзгөнгө болбойт;
- Кыймылдабаганга аракет жасагыла;
- Бет аарчы же болбосо кийим менен оозуңарды жапкыла.
- Өзүңүзгө медициналык жардам бериңиз, күчүңүздү сактаңыз;

### **БИРИНЧИ СИЛКИНҮҮ БОЛУП ӨТКӨНДӨН КИЙИН ЭМНЕ КЫЛУУ КЕРЕК**



- Кийинки силкинүүлөргө даяр болуңуз.
- Эгерде жер титирөдө сиз турган имарат кыйраган болсо, дүрбөлөңгө түшпөй имараттан акырындап чыгып кетиңиздер, биринчи кезекте жаш балдары бар аялдарды, улгайган адамдарды, оорукчандарды жана майыптарды чыгарганга аракеттениңиздер.
- Эгерде кыйраган имаратта газдын жыты сезилсе же үзүлүп кеткен электр чубалгыларын көрсөңүз, анда шам жана ширенке тамызбаңыз, себеби аларды күйгүзсө, өрт же жарылуу чыгып кетиши мүмкүн;
- Эки тарапты караңыз, жаракат алгандар жок бекен;
- Оор жаракат алгандарды жылдырбаңыздар;
- Компетенттүү органдардын көрсөтмөлөрүн так аткаргыла;
- Телефон линиялары бош турушу үчүн, телефонуңузду зарылчылык пайда болгондо гана пайдаланыңыз;
- Куткаруучулар ишине тоскоолдук жаратпаш үчүн автоунааңызды убактылуу пайдаланбай туруңуз;
- Эгерде үйүңүз жер титирөө натыйжасында бузулса үйүңүзгө кирбей туруңуз.

**ЭСКЕРТҮҮ: РЕСПУБЛИКАЛЫК СЕЙСМОЛОГИЯ ИНСТИТУТУ УЛУТТУК МЕКЕМЕ БОЛГОНДУКТАН, АЛ ЖЕРДЕГИ ЖЕР ТИТИРӨӨЛӨР БОЮНЧА МААЛЫМАТТАР ТАК ЖАНА ТЕКШЕРИЛГЕН БОЛОТ.**



ТЕХНОГЕНДИК АВАРИЯЛАР

## КООПТУУ АБАЛ ТҮЗҮЛГӨН МЕЗГИЛДЕ ТӨМӨНКҮ СУНУШТАРДЫ АТКАРУУ ЗАРЫЛ:

- Эгерде сиз авария катталган аймакта турсаңыз шашылыш түрдө ал жерден кетиңиз;
- Жабыр тарткандарга (травма алган) жардам көрсөтүңүз;
- Мүмкүн болсо имаратка кириңиз; Бардык терезелерди жана эшиктерди жабып, кондиционер жана башка болгон вентиляторлорду өчүргүлө;
- Дем алуу органдарын коргогула (бет аарчы, кийим-кече же башка колуңузда бар нымдуу материал менен жабуу менен);
- Үйүңүздү (батыриңизди) герметизациялаңыз (скотч, жууркан, жапкыч жана башка пайдаланууга жарактуу болгон материалдар менен үйүңүздөгү болгон тешиктерди жапкыла);
- Үйүңүздө бар болгон атайын жабдууларды колдонула ( тумшук кап, маскаларды, бет аарчыларды, жоолуктарды колдонула, бирок пайдалануудан мурун аларды суу же тамак-аш соданын суюктугу менен нымдап пайдалануу сунушталат).
- Көз коргоо үчүн көрүүчү жабдууларды колдонуңуз (өндүрүштүк ишканаларда колдонулган коргоочу көз айнектерин)
- Тез арада эвакуация зарыл болсо анда плащ, ветровка жана башка суу өткөрбөөчү синтетикалык материалдардан жасалган кийимдерди, кол кап жана бут кийимдерди дароо даярданыз.



**ТЕХНОГЕНДИК АВАРИЯЛАР –  
АЛДЫН АЛА БИЛБЕЙ ТУРГАН  
ЖАНА КӨЗӨМӨЛДӨЙ АЛБАЙ  
ТУРГАН АБАЛ. КООПТУУ  
ЗАТТАРДЫ КАМТЫГАН  
МАТЕРИАЛДАРДЫ  
ИШТЕТҮҮДӨ ЖАНА  
ТЕРРОРИСТИК АКТАРДА АЛАР  
ӨРТТҮ, ЖАРДЫРУУЛАРДЫ,  
УУЛУУ ЗАТТАРДЫН ТАРАП  
КЕТҮҮСҮН ПАЙДА КЫЛАТ.**

### Техногендик авариялар төмөнкүлөр менен мүнөздөлөт:

- Адамдарда симптомдордун төмөнкү көрүнүштөрү байкалат жүрөк айлануу, кусуу, тынчсыздануу, дем алуунун кыйындашы, калтыроо, көздүн сезгениши, теринин кызарышы, ыйлаакчалар. Ал эми жаныбарларда үй жана жапайы малдардын, куштардын, балыктардын жана курт-кумурскалардын көптөгөн санда өлүүсү;
- көрүнгөн белгилер менен ( түтүн, от, үн, түстүү жаан, куруп калган жалбырактар жана жагымсыз жыт менен белгилүү болот);
- мөөнөтү боюнча кыска же узун мөөнөтүү менен (ядролук же радиациялык аварияларда);
- ядролук же радиациялык аварияларда, түзүлгөн абалдын кесепеттерин жоюу жана алардан коргоо боюнча иш-чараларын иштеп чыгуу жана аткаруу менен.

## ЭГЕРДЕ СИЗ ЖЕҢИЛ ЖАРАКАТ АЛСАҢЫЗ (УУЛАНСАҢЫЗ, КУЙСӨНҮЗ ЖЕ ЖАРАКАТ АЛСАҢЫЗ):



- Колунузду жууңуз;
- Тез арада чечинип, кийимиңизди бүктөп полиэтилен пакетке түйүп алып салыңыз;
- Денеңизди бир нече жолу самындап жууп, таза сууга чайканыңыз;
- Тамак-аш соданын 2%уу суюктугун даярдап (бир литр сууга 20 гр. сода кошуу жолу менен), аны менен көздөрүңүздү, оозуңузду, кулак-мурундарыңызды, дем алуу органдарын жууп салуу керек).
- Эгерде уулуу заттардын таасирине дуушар болсоңуз анда тез арада медициналык жардамга кайрылыңыз.
- Кылдаттык менен жараатты текшерипиз (денеңиздин жаракат болгон же күйгөн жерин).
- Денеңиздин күйгөн же жаракат болгон жерин таза (стерилдүү) марля менен тез арада тазалаңыз;
- Жабыркаганга тез арада туз кошулган суу берүү зарыл, уулануунун натыйжасында жоготулган суу жана туздун ордун толтуруу үчүн.
- Дем алуунузду көзөмөлдөнүз;
- Жабыркаганга тез жардам чакырыңыз, ал эми тез жардам сизге кандайдыр бир себептерден келе албаса, анда жабыркаганды тез арада медициналык мекемеге жеткириңиз;

## АВТОУУНААДА БАРА ЖАТКАН УЧУРДА:



- Тынчтаныңыз;
- Унаанын терезелерин жабып, иштеп жаткан кондиционер жана башка болгон вентиляторлорду өчүрүңүз
- Жакынкы айланада унааны коюучу жай жана сиз өзүңүз жашына турган имарат карап табууга аракет жасаңыз, ал эми андай мүмкүнчүлүк жок болсо унаанын ичинде калыңыз.
- Радиону (үналгыны) коюп, радио аркылуу берилип жаткан компетенттүү органдардын көрсөтмөлөрүн аткарыңыз.

## ЭГЕРДЕ СИЗ АВАРИЯ БОЛГОН АЙМАКТА ЖАКЫН АРАЛЫКТА БОЛСОҢУЗ:



- Тынчтыкты сактаңыз (дүрбөлөңгө түшпөнүз) жана өзүңүздү коргоого аракет жасаңыз. Эгерде сиз өзүңүздү коргоо боюнча ыкмаларды билсеңиз, ошондо гана башкаларга жардам бериңиз.
- Авария аймагынан тез арада чыгып кетүүгө аракеттениңиз.
- Коркунучтуу химиялык заттар жайылган зона аркылуу эмес, башка жолдор менен чыгып кетүүгө аракет жасаңыз;
- Авария болуп өткөн зонада тамеки тартпаңыз;
- Кылдаттык менен денеңизди жабыңыз, ошондой эле жайылган коркунучтуу газ жана чаңдан дем алуу органдарын коргоо максатында сүлгү же башка бет аарчы менен оозду жана мурунду жабып, жай дем алыңыз.

## ТЫНЧТАНЫҢЫЗ, ДУРБӨЛӨҢГӨ ТҮШПӨҢҮЗ!

- Тиешелүү органдардын көрсөтмөлөрүн так аткарыңыз жана массалык-маалымат каражаттарынын билдирүүлөрүн эске алыңыз.
- Коркунуч болуп өткөндөн кийин:
- Медицина мекемесине кайрылып бир сыйра текшерилиңиз;
- Эгерде сиз турган жер булганган болуп калса (ууланган), кийимиңизди жана башка буюмдарыңызды компетенттүү органдардын көрсөтмөлөрү боюнча нымдуу чүпөрөк менен тез арада аарчып тазалаңыз;

**ЭСКЕРТҮҮ: КОРКУНУЧТУУ  
ЧЫГЫНДЫЛАРДЫ ТУУРА ЖОК  
КЫЛЫҢЫЗ (КИЙИМ-КЕЧЕ, БУТ КИЙИМ,  
ТАЗАЛОО МАТЕРИАЛДАРДЫ ЖАНА  
БАШКА БУЛГАНГАН БУЮМДАРДЫ).  
МЫНДАН АРЫ БУЛГАНУУСУНА ЖОЛ  
БЕРБӨӨ МАКСАТЫНДА (МЫНДАН АРКЫ  
БУЛГАНУУНУ АЛДЫН АЛУУ ҮЧҮН)  
КАЛДЫКТАРДЫ ПЛАСТИК ПАКЕТТЕРГЕ  
САЛЫП, ТИЕШЕЛҮҮ КЫЗМАТТАР  
БЕГИЛЕГЕН ЖЕРЛЕРГЕ АЛЫП БАРЫП  
ЖОК КЫЛЫҢЫЗДАР.**



РАДИАЦИЈАЛЫК АВАРИЯЛАР



Жарылуу – чектелген көлөмдөгү катуу же суюк жарылма заттардын молекулаларынын кыска убакыт ичинде өтө тездик менен жүрүүчү экзотермиялык ажыроо процесси, бул учурда көп сандагы энергия бөлүнүп чыгуу менен молекулалар жарылма газдардын молекулаларына айланат, жогорку басымдын жана жарылуунун сокку уруучу толкунунун очогу пайда болот.

Жарылуу – күркүрөгөн добуш, жалын, түтүн, жарака кеткен, талкаланган курулуштар. Адамдардын жан дүйнөсүнүн сыздоосу, азап-тозогу, өлүмү, жарылуу дагы болушу мүмкүн деген коркунуч жана айласыз оор абал.

Жарылуулар адам баласынын, биздин планетанын жашоосунун катышуучусу болуп келген жана сөзсүз катышуучусу болуп кала берет. Жарылуулар жаңы галактикалардын, жылдыздардын, планеталардын жаралышынын булагы болуп саналат. Окумуштуулардын айтуусу боюнча аалам «Чоң жарылуунун» натыйжасында пайда болгон. Жаратылышта жарылуулар – жер титирөө, вулкандардын атылышы, табигый газдардын жарылуусу дайыма болуп турат. Азыркы заманбап жашоодо адамдын окдарыны (порох) жана атайын жарылма заттарды (ЖЗ) ойлоп табышынын натыйжасында адам баласынын колунан жаралган жарылууларга өзгөчө орун таандык.

Жарылгыч заттар – бул катуу ысыган, чоң басымга жана ылдамдыкка ээ болгон газдарды пайда кылуу менен өзүнөн өзү тез таралуучу химиялык айланууга жөндөмдүү химиялык бирикмелер жана аралашмалар. ЖЗ адегенде согуштук максаттарда колдонулса, кийинчерээк тынчтык максаттарда да колдонулуп калды.

Имарат ичинде тиричилик газынын жарылуусу үйдүн же анын бөлүктөрүнүн урашына, өрттүн чыгышына, адамдардын жараат алышына жана набыт болушуна алып келиши мүмкүн.

Тиричилик газынын жарылуусу  
Тиричилик газынын жарылуусу турмушта өтө көп кездешет. Мындай жарылуулардын негизги себеби газ приборлорун колдонууда коопсуздуктун талаптарын сактабагандык болуп саналат. Тиричилик газынын жарылуусуна жол бербөө үчүн:

- коопсуздук техникасы боюнча атайын окуп, инструктаждан өтүп, газ приборлорун колдонууга укук берүүчү документ алуу зарыл;
- газ приборлорун орнотууну, жөндөөнү, оңдоону адистер жүргүзүүгө тийиш;
- бузук эмес газ приборлорун гана колдонуу керек;
- имарат ичинде газ приборунан газдын чыгышына жол бербөө;
- балдардын газ приборлоруна барышына жол бербөө;
- газ приборлорун күйгүзүүнүн ырааттуулугун сактоо: адегенде ширеккени чагып, андан кийин газды ачуу;
- газдын жытын сезгенде токтоосуз эшик-терезелерди ачып, имарат ичин желдетүү, ачык отту колдонууга, электр жарыгын күйгүзгөнгө, электр приборлорун иштеткенге болбойт;
- эгерде кырдаал көзөмөлдөн чыгып кетсе тез аранын ичинде газ кызматынын кызматкерлерин, «101» телефону боюнча өрт өчүрүүчүлөрдү, куткаруучуларды чакыруу;
- зарыл учурда тезинен имараттын ичинен чыгып кетүү жана болгон окуя тууралуу кошуналарды кабардар кылуу.



# ТЕРРОРЧУЛУК

Бүгүнкү күндө бардыгыбызга тааныш «terror» сөзү дүйнөнүн көптөгөн тилдеринде орун алган. Ал латынчадан которгондо коркунуч, өтө оор дегенди билдирет. Дал ушул коркунуч жана өтө оор абал адамдарда террористтик иш-аракетти чакырат. Терроризм жалпы адамзаттык көйгөйлөрдүн катарына кирет жана эң эле көп тараган, фантастикалык каардуу жаны бек, алдын-ала айтууга оор, дайыма социалдык мүнөздөгү өзгөчө кырдаалды (ӨК) түзүү болуп эсептелет. Ал адамдарда туруктуу коркуу сезимин, кооптонууну, ӨКдын башка түрүнө караганда абдан эле корголбогондукту жана зордук-зомбулуктун формаларын калыптандырат. Террордук актылар адамдардын массалык өлүмүнө, материалдык жана жан дүйнө баалуулуктарын жок кылууга алып келет, душмандык, ишенбөөчүлүк, коркуу, дүрбөлөңгө түшүүнү таратат, чыр-чатакты жана согушту баштоого түрткү берет.

Террорчулук – бул айрым адамдардын максаттары же адамдар тобунун саясий, диний, улуттук, финансы, криминалдык, коммерциялык жеке жана башка көйгөйлөрдү чечүүчү ыкмалардын бири. Террорчулар жардырышат, өрттөшөт, самолётторго кол салышат, массалык ууланууларды жүргүзүшөт, адамды барымтага алышат, өлтүрүшөт. Өздөрүнүн катаал, таш боор иш-аракеттерин эскертүүсүз ишке ашырышат. Террордун курмандыктары көбүнчө бейкүнөө жарандар болушат. Террорчулар өз иштерине илим менен техниканын жаңы иштелмелерин колдонушат. Алар заманбап компьютерлер,

байланыш системалары, полиграфиялык жабдуулар, курал-жарактар, транспорттор менен куралданышат. Террорчуларга массалык жок кылуучу куралдарды колдонуу реалдуу мүмкүнчүлүк. Террорчу-өлүмгө баруучулар да алардан кем калышпайт – алар «идея үчүн» өз өмүрүн курмандыкка чалганга даяр болушат.



Бүгүнкү күндө террорчулук көп жактуу, көп түрдүү жана көп улуттуу. Ал дүйнөнүн көп мамлекетин камтып турат. Террорчулардын иш-аракеттери дүйнөлүк коомчулуктун, массалык маалымат каражаттарынын көңүл борборунда болгондуктан, адамдарда террордун бет алдындагы алсыздык корголбогондук, коркуу сезимдери күч алууда.



XIX кылымдын ортосунан тартып бүгүнкү күнгө чейин террорчулук өзүнчө, сейрек, эпизоддук учурлардан массалык, туруктуу, реалдуу коркунучтун баскычына өттү. Бүгүнкү заман ар түрдүү көп сандаган террордук топторго, секталарга, фанаттарга, жалгыз-террорчуларга толгон. Террордук актыларды көбүнчө дүйнөлүк террор системасынын алкагында, белгилүү террордук уюмдарга кирген: «Аль-кайда», «Кызыл кхмерлер», «Ирланд республикалык армиясы», «Тамил Эламдык бошотуучу жолборстор», «Аум Синрике», «Кызыл бригадалар» ж. б. уюштурат, башкарат, жүргүзөт. XX кылымдын аягы XXI кылымдын башында алар тарабынан жасалган террордук актылардан бүтүндөй планетанын жана дүйнөлүк коомчулуктун үрөйүн учурду.

Террорчулардын негизги куралы болуп жеке адамга зомбулук көрсөтүү эсептелет. Алар өз максаттарына: киши өлтүрүү, зордук-зомбулук, шантаж кылуу, барымтага алуу, жардыруу, өрттөө ж. б. жетпейинче тынчышпайт. Террордук актылар көбүнчө тынч жаткан элге каршы жасалат, мындан улам балдар, кары-картаңдар, аялдар жапа чегишет. Террор үчүн эң сүйүктүү зона болуп эл көп чогулган жайлар, транспорт каражаттары, имараттар эсептелет.

Террорчулуктан арылуу жана күрөшүү боюнча биздин планетанын бардык өлкөсү иш алып барат. Бул үчүн атайын эл аралык уюмдар түзүлгөн. Бүткүл дүйнө террорчулук менен күрөшүү үчүн биригүүдө. АКШ гана жыл сайын террордук актылардын алдын алууга 5 миллиард долларга жакын акча сарптайт.

Террорчулукка каршы уюшкан күрөш менен катар эле ар бир мектеп окуучусу төмөнкүдөй алдын ала эскертүү эрежелерин жана террордук акт же коркунуч пайда болгон учурда жүрүм-турум эрежелерин аткарганды билүүгө тийиш.

**КӨЧҮРҮҮ: ЭГЕР ЫЙГАРЫМ УКУКТУУ КЫЗМАТТАР СИЗДИ ТЕЗ АРАНЫН ИЧИНДЕ ҮЙДҮ БОШОТУУНУ СУРАНСА ДЕМЕК, АЛАРДА БУЛ ҮЧҮН НЕГИЗ БАР. ОШОЛ СЕБЕПТЕН СИЗ ТЕЗ АРАНЫН ИЧИНДЕ АЛАРДЫН КЕҢЕШИ БОЮНЧА ИШ АРАКЕТ ЖАСАШЫҢЫЗ КЕРЕК. ОШОНДОЙ ЭЛЕ ҮНАЛГЫ ЖАНА СЫНАЛГЫ БЕРҮҮЛӨРДӨГҮ МААЛЫМАТТАРДЫ УГУҢУЗ ЖАНА БАРДЫК КӨРСӨТМӨЛӨРДҮ АТКАРЫҢЫЗ.**



## ПИРОТЕХНИКАЛЫК ТҮЗҮЛҮШТӨРДҮН ЖАРЫЛУУЛАРЫ

Көп учурларда окуучулар колго ар кандай жасалма жарылуучу буюмдарды: хлопушка, петарда, жарылуучу пакет, кичинекей бомба, миналарды жасоого аракеттенишет. Мунун эң коркунучтуусу мындай пиротехникалык «оюнчуктарды» жасоого балдардын билими жана тажрыйбасы жок. Алар көрүнгөн жарылуучу заттарды колдонушат. Мындай эксперименттер жарылууга алып келип, балдардын жаракат алышына жана өмүрүнө зыян келтирет.

Өзгөчө майрам күндөрүндө, жаңы жылга карата окуучулардын пиротехникалык түзүлүштөрдү жасоо, сатып алуу, пайдалануусу жогорулайт. Жарылуулардын натыйжасында көздөрү, манжалары, жумшак ткандары, сөөктөрү жараланып, кол-буттары үзүлүп, термикалык күйүк алышат. Жарылуучу түзүлүштөрдүн сыныктары ткандарга терең кириши, ички органдарды зыянга учуратышы, өмүргө коркунуч туудурган травма алып келиши мүмкүн.

### ЭСИҢЕРДЕ БОЛСУН!

Ар кандай жарылуучу заттар туура эмес колдонуунун, сактоонун, механикалык урунуунун, термикалык таасирдин негизинде жарылып кетиши мүмкүн. Эч качан гранатага, бомбага, снаряд, миналарга жакындабагыла, колуңарга албагыла. Көрөр замат ата-энеңерге, мугалимдерге, куткаруучуларга, милицияга маалымдагыла.

Жарылуучу заттарды өз алдыңарча жардырбагыла. Бул жумушту адистер – саперлор аткарышы керек.

Жардыруучу заттарды колдо жасабагыла. Аларды жасоо үчүн компоненттерди үйдүн ичинде, кампаларда сактабагыла.

Чөнтөгүңөрдө жарылуучу заттарды же аларды жасоо үчүн компоненттерди салып жүрбөгүлө.

Булар механикалык (урунуу, согулуу) же жылуулуктун таасиринен жарылып кетиши ыктымал.

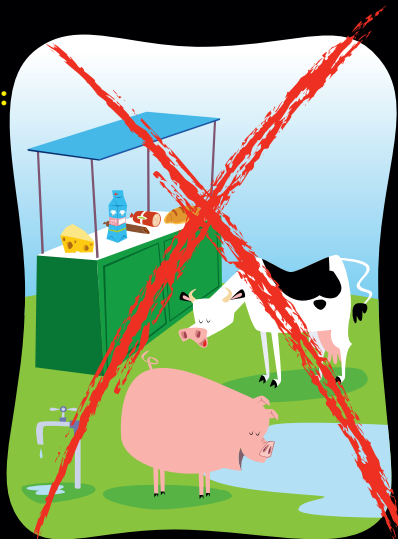


### УШУНДАЙ ӨЗГӨЧӨ КЫРДААЛДАР КЕЛИП ЧЫКПАШЫШ ҮЧҮН ЧОҢ КИШИЛЕР:

- ➔ Жарылуучу заттарды окуучулардын колуна тийишине жол бербөөгө тийиш;
- ➔ Бул заттардын коркунучтуу экендигин окуучуларга жеткиликтүү түшүндүрүү иш-чараларын өткөрүп, маек куруу зарыл;
- ➔ Мындай жарылуучу заттарды окуучулардын колдорунан көрүп калган учурда, колунан тез алып, абайлап коопсуз жерге коюп, кароол уюштуруп милицияга дароо кабарлоо зарыл;
- ➔ Аскердик жарылуучу ок-дарыларды көрүп калсаңар же алар тууралуу маалымат алсаңар дароо милицияга же куткаруучуларга кабарлоо керек.

### ЖАРЫЛУУЧУ ЗАТТАРДЫ КӨРҮП КАЛГАН УЧУРДАГЫ ОКУУЧУЛАРДЫН МИЛДЕТТЕРИ:

- ➔ Шектүү буюмдарга тийбөө, ордунан жылдырбоо, ачпоо, ыргытпоо;
- ➔ Шектүү буюмдардын жанына турбоо, жок дегенде 100 м аралыкка алыс туруу;
- ➔ Шектүү буюмдар тууралуу мугалимдерге, милицияга, куткаруучуларга маалымдоо;
- ➔ Адистер келгиче күтүп туруп, кайсы убакытта, кайсы жерден таап алганыңарды айтып, көргөзүп бергиле.



Жарылуу мезгилинде адам баласы жарылуу энергиясынан, чачыраган предметтерден, отгон жаракат алышы мүмкүн. Бул учурда негизги коркунучтуу травмалар контузия, жарылуудан болгон жаракаттар, мээнин чайкалышы, кансыроо, кол-буттун үзүлүшү жана ар кандай жаракат алуулары, ички органдардын функцияларынын бузулушу, жарааттан инфекция кирип, кабылдоолор, теринин өтө күйүшү, жабык травмалар менен жарааттар, өпкө менен кулактын баротравмасы, дем алуу жолдорунун термикалык-химиялык жаракаттары, ис газына уулануу, организмдин жалпы ашкере ысышы, стресс, көздүн көрбөй калуусу, психикалык бузулуулар.



## ПАЙДАЛУУ КЕҢЕШТЕР

- Дайыма айланадагы болуп жаткан кырдаалга сергек мамиле жасап, көзөмөл кылгыла. Шектүү кырдаал жаралган учурда: айрым жарандын адаттан тышкары жүрүш-турушу, шектүү буюм, түздөн-түз коркунуч байкалса бул тууралуу дароо ата-энеңерге, мугалимдерге, укук коргоо органдарынын кызматкерлерине билдиргиле;
- Эч качан ээси жок, шектүү сумканы, портфелди, пакет, чемодан, кейстерди колуңарга албагыла, ачпагыла. Аларды соккулап, муштагылап көрбөгүлө;
- Шектүү буюмга жакын турган радиоприборду пайдаланбагыла;
- Шектүү буюмду өз алдыңарча зыянсыздандырууга же аны милиция бөлүмүнө жеткирүүгө аракет кылбагыла.
- Тосулган, курчалган, кайтарылган аймакка кирүүгө аракет жасабагыла;
- Кооптуу аймактан тезинен жолдошуңарды ээрчитип чыгып кеткиле;
- Атайын кызматтар ок атуучу куралдарды колдонуп операция жүргүзгөн учурда тезинен жерге жата калгыла, тосмого, имараттардын дубалына, бакка, бордюрга далдалангыла;
- Эгерде силерде террордук акт жасоого даярдануу боюнча маалымат бар болсо, тезинен ата-энеңерге, мугалимдерге, милицияга, куткаруучуларга билдиргиле;
- Эгерде силердин колуңарда фотоаппарат, кино жана видео камера бар болсо, мүмкүн болгон маалыматтын бардыгын тасмага тартып, жазып калууга аракеттенгиле;
- Террордук акт пайда болгон учурда тезинен жабырлануучуларга врачка чейинки жардам көрсөтүп, тез жардамды, милицияны, куткаруучуларды чакыргыла.

## БАРЫМТАГА АЛЫНГАНДАРДЫН ЖҮРҮМ-ТУРУМ ЭРЕЖЕЛЕРИ ЖӨНҮНДӨ ПАЙДАЛУУ КЕҢЕШТЕР:

1. Террорчулардын буйруктарын аткаргыла, турганга жана өз ордуңардан кетип калганга аракет кылбагыла.
2. Катуу кыймылдабагыла, чөнтөгүңөрдү, сумкаңарды ж. б. аңтарбагыла.
3. Дүрбөлөңдөбөгүлө, кыйкырбагыла, ыйлабагыла.
4. Канча террорчу экенин, кимиси башчы экенин эске сактаганга аракеттенгиле.
5. Сени куткарып алышарына ишенгиле.



ТИРИЧИЛИКТЕГИ КООПСУЗДУК

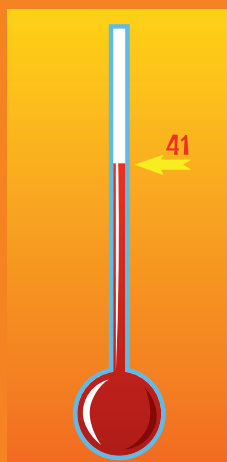


## КҮН ӨТҮҮ ЖАНА ЫСЫК УРУУ

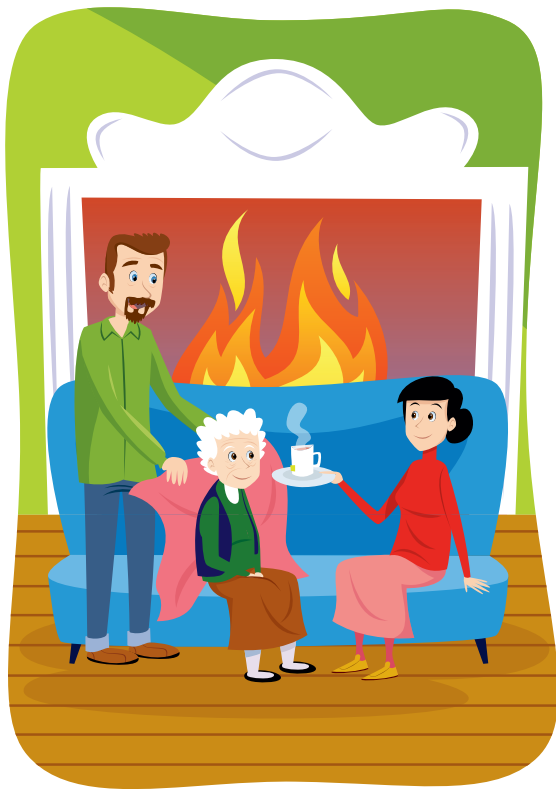
**КҮНДӨ ЖҮРГӨНДӨ БАШТЫН ЫСЫП КЕТИШИ КҮН ӨТҮҮГӨ АЛЫП КЕЛЕТ. КҮН ӨТҮҮНҮН АЛГАЧКЫ БЕЛГИЛЕРИ: БЕТТИН КЫЗАРЫШЫ ЖАНА БАШТЫН КАТУУ ООРУШУ. АНДАН КИЙИН ЖҮРӨК АЙЛАНЫП, БАШ ТЕГЕРЕНЕТ, КӨЗ КАРАҢГЫЛАЙТ ДА АКЫРЫНДА КУСАТ. АДАМ ӨЗҮН СЕЗБЕЙ КАЛГАН АБАЛГА ТҮШӨТ, ЭНТИГИП КЫЙЫНДЫК МЕНЕН ДЕМ АЛЫП КАЛАТ, ЖҮРӨКТҮН ИШТЕШИ НАЧАРЛАЙТ.**

Ысык уруу – бүткүл дененин ысышынан улам келип чыккан оорулуу абал. Адамдын мындай ысышынын себептери: сыртта күндүн ысышы, теринин буулануусуна жолтоо болгон жел өткөрбөгөн кийимдер жана күч жумшап катуу иштөө. Ысык уруу күн ысыкта эле болбойт. Ал ысык цехтерде, мончолордо, коргоочу комбинезон кийип алып абасы желдетилбеген өтө тар жайларда иштегенде да орун алат. Дене ысып чыкканда адам шалдырап, чарчайт, башы айланат, жана ооруйт, уйкусу келет. Бети кызарып, дем алуусу кыйындайт, дененин температурасы  $40^{\circ}\text{C}$ ге чейин көтөрүлөт. Ысып кетүүнүн себептери четтетилбесе, анда адамды ысык урат. Адам эс-акылын жоготуп кулайт, өңү кубарып, териси муздап тер басат. Мындай абалда жабырлануучу жашоо менен кош айтып калышы мүмкүн.

**ЭКСТРЕМАЛДУУ  
ЫСЫК -  
КҮНДҮН  
СОГУУСУ**



**КҮНДҮН СОГУУСУ ЖОГОРКУ  
ТЕМПЕРАТУРАНЫН ЖАНА АЙЛАНА  
ЧӨЙРӨНҮН НЫМДУУЛУГУНУН ШАРТЫНДА,  
ОШОНДОЙ ЭЛЕ ЖОГОРКУ БАСЫМДАГЫ  
ЭМГЕКТИН НАТЫЙЖАСЫНДА ПАЙДА БОЛОТ.  
ЫСЫКТЫН ИНТЕНСИВДҮҮ АРАКЕТИ КЫСКА  
УБАКЫТТА ДЕНЕНИН ТЕМПЕРАТУРАСЫН ТЕЗ  
АРАДА  $41^{\circ}\text{C}$  ЧЕЙИН ЖОГОРУЛАШЫНА АЛЫП  
КЕЛЕТ.**



Бут кийимди буттан үшүк алган салааларга тийгизбей өтө кылдаттык менен чечүү зарыл. Эгерде жөнөкөй ыкма менен чечилбесе, анда бут кийимдин тигиштерин таманга чейин кесип анан буттан чечип алуу зарыл. Жабырлануучуну сүртүү менен бирге эле ага ысык чай же кофе берүү керек.

## ҮШҮК АЛУУ

Үшүк курчап турган айлананын өтө төмөнкү температурасынын таасиринин астында, дененин муздак металлга тийүүсүнөн, суюк жана кысылган абанын же кургак көмүр кычкылынан улам келип чыгат. Бирок үшүк бир гана аязда гана болбойт. Эгерде адамда ным кийим же бут кийим болсо абанын  $0^{\circ}\text{C}$  температурасынын жогорку нымдуулугунда же болбосо катуу шамалда үшүк алган учурлар белгилүү. Үшүккө организмдин чарчашы, алсыздыгы, ачка болуусу жана алкогольго мас болуусу да жөндөмдүү. Көп учурда үшүккө буттун, колдун салаалары, кулактын учтары, мурун жана жаактар дуушар болот. Үшүк алган жерлерди мүмкүн болушунча сүртүү, жылытуу жолу менен кан айланууну калыбына келтирүү керек. Жабырлануучуну мүмкүн болушунча жылуу жайга жана бөлмөнүн температурасындагыдай жылуулукка алып кирип, үшүк алган жерлерди сүртүү керек. Эгерде жаак, мурун, кулактар кубарып кетсе таза кол менен ал жерлерди кызарып жана тызылдап чыккычакты сүртүү керек. Баарынан жакшысы үшүк алган жерлерди арак, спирт, одеколон, жүн кездемелер, жумшак мээлейлер менен сүртүү керек. Кар менен сүртүүгө эч качан болбойт, себеби кар үшүк алган жерлерди андан ары да муздатып териге зыянын тийгизет.



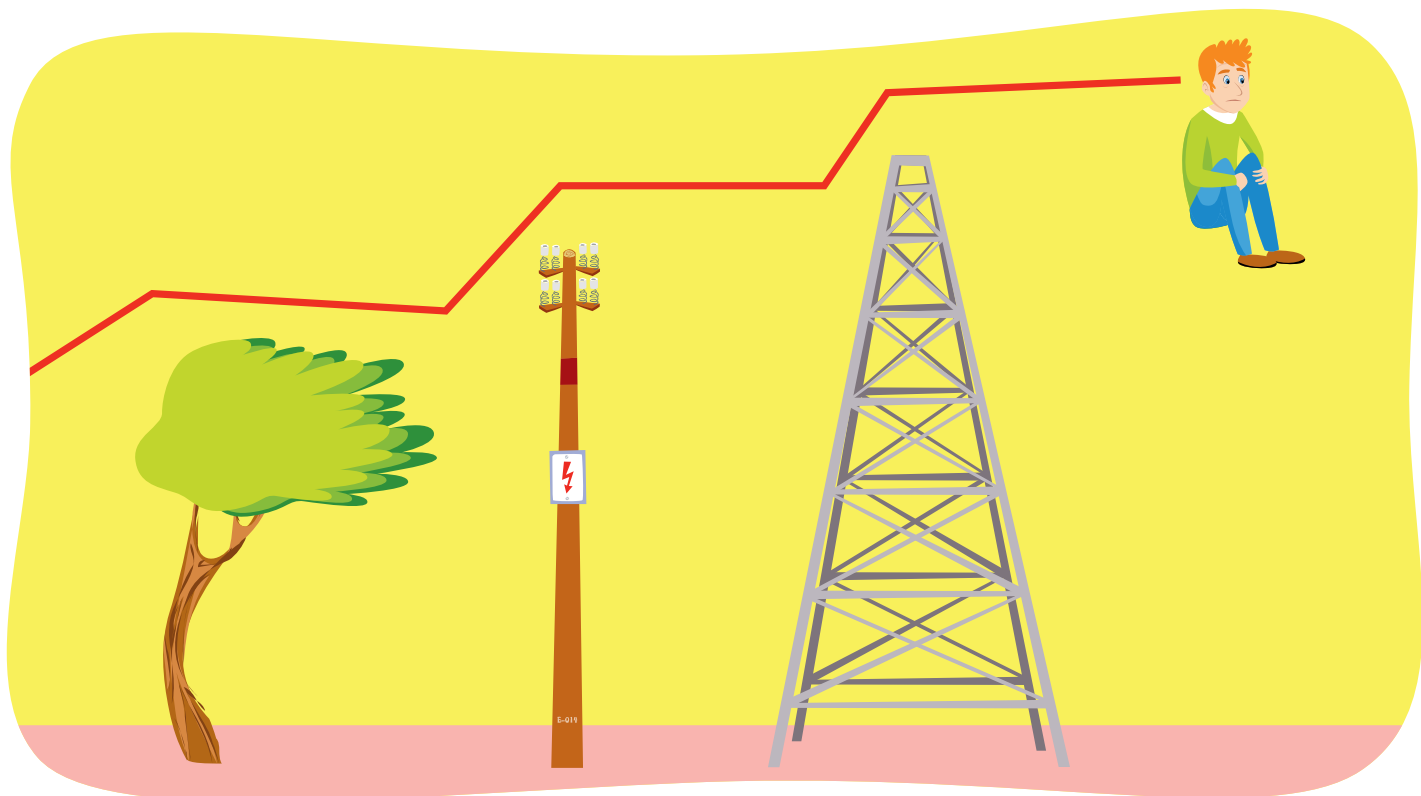
Үшүк алган жерлер кызарып чыккандан кийин аны кургап чыккычакты спирт, же арак менен сүртүү керек жана таза кургак таңууну (байлоочту) байлап анын учтарын жылуулоо керек. Эгерде кан айлануу кеч жүрүп тери көгүш тартып калса, тез арада жабырлануучуну ооруканага жеткирүү керек.

**ЭКСТРЕМАЛДУУ  
СУУК ЖАНА  
ҮШҮК АЛУУ**



**КАРДЫН КАТУУ ТҮШҮҮСҮ, ЭКСТРЕМАЛДУУ СУУК  
ЖАНА ТӨМӨН ТЕМПЕРАТУРАНЫН УЗАК  
МӨӨНӨТТӨГҮ ТААСИРИ АДАМДАРДА  
ГИПОТЕРМИЯНЫ ЖАНА КАЛКТЫН ЖАШООСУН  
ЖАНА ИШМЕРДҮҮЛҮГҮН ТОКТОТУП КОЮСУНА  
АЛЫП КЕЛЕТ.**

# ЭЛЕКТР ТОГУНАН ЖАБЫРКОО



Изоляцияланбаган электр зымдарына тийген учурда адам электр тогунан жабыркайт. Бул учурда кыска убакытка же узак убакытка эстен танат, дем алуусу токтошу жана жүрөгүнүн иштеши бузулушу мүмкүн. Ток кирген жана чыккан жерде күйүк пайда болот. Кээде токтон жабыркоо күтүүсүз өлүмгө да дуушар кылат.

Жабырлануучуга алгачкы жардам көрсөтүүдө биринчи ирет ага ток тийүүнүн андан аркы таасирин токтогуу үчүн ток өчүргүчтү өчүрүп, ток өткөргүчтү кургак таяк менен алыс ыргытып же жабырлануучунун өзүн ал жерден алып чыгуу зарыл. Бул учурда жылаңач колдор менен өткөргүчтү да, жабырлануучуну да кармабаш керек. Эгерде резина кол кап (мээлей) жок болсо, жардам көрсөткөн адам кургак кийимди, чүпүрөктү колуна ороп, эгер мүмкүн болсо кургак тактайга чыгып турушу кажет. Жабырлануучунун денесинен кармабай, кийиминен кармап чыгаруу керек. Эгерде жабырлануучу эсин жоготкон абалда болуп, бирок өз алдынча дем алып жаткан болсо, эстен танган учурда кандай жардам көрсөтүлсө мында да ошондой жардам көрсөтүү керек. Ток тийген жерде пайда болгон күйүктүн үстүнө стерилденген таңууну таңат. Эгер жабырлануучу дем албай калса, тез аранын ичинде жасалма дем алдыруу керек.





## **ЖАРЫЛБАГАН ОК-ДАРЫЛАР**

Жарылбаган ок-дарылардын негизги себептери болуп – болуп откон согуштук аракеттерден, ар кандай машыгуулардан калып кеткен жана аскерлердин өз милдеттерине болгон кайдигер мамилелеринен болот. Мындан сырткары колдонууда техникалык жана технологиялык дефекттер, жардыргычтардын бузулуп иштен чыгуусу жана башка себептер болушу мумкун. Коркунуч – жарылбаган ок-дарылардын ысып кетүүсүнөн жана ондогон жылдардан кийин детонацияга учуроосунан келип чыгат. Мындай жарылуулар өтө коркунучтуу болуп эсептелип, табылган жарылбаган ок-дарыларга тийбөө, аларды казып албоо, жылдырбоо, ыргытпоо (чукурларга, көлмөлөргө, дарыяларга, кудуктарга ж.б.у.с.), чукулабоо, күйгүзүп-ысытпоо керек. Жогорудагы көрсөтмөлөрдү сактоо менен сиз өз өмүрүңүздү, ден-соолугуңузду жана башка сиз менен иштеген, бирге жашаган жарандардын коркунуч тобокелчилдигин азайткан, жана коопсуздугун сактаган болуп эсептелесиз.

**ТЕЗИНЕН ӨЗУҢУЗДУ  
ТААНЫШТЫРЫП,  
102-МИЛИЦИЯГА ЖЕ  
112 БИРДИКТҮҮ  
ТЕЛЕФОНУНА  
ЧАЛЫҢЫЗ, СИЗ  
КАЙДАН ЧАЛЫП  
ЖАТАСЫЗ,  
ТАБЫЛГАН ЗАТ  
КАНДАЙ  
ЭЖЕНДИГИН,  
ЖАКЫН АРАДА  
КАЛКТУУ КОНУШ  
БАРБЫ ЖАНА  
ЖАРАНДАР КАНДАЙ  
КОРКУНУЧКА  
ДУУШАР БОЛООРУН  
КАБАРЛАГЫЛА.**

### **ЭГЕРДЕ СИЗ ЖАРЫЛБАГАН ОК-ДААРЫЛАРДЫ ТАПСАҢЫЗ:**

- Ага тийишпеңиз !
- Жылдырбаңыз !
- Ургулабаңыз!
- Силкилебеңиз!
- Ыргытпаңыз!
- Отко ыргытпаңыз!
- Чукулабаңыз!
- Табылган жерди белгилеп койуңуз!
- Керектүү жерге кабарлаңыз!
- Кайтарып туруңуз!



# ШААР ТРАНСПОРТУНДАГЫ АВАРИЯЛЫК МҮНӨЗДӨГҮ ӨЗГӨЧӨ КЫРДААЛДАР

Шаар ичинде тынымсыз транспорт каттамдары, айдоочулардын жетишсиз деңгээлде даярдыгы, жол кыймылынын катышуучуларынын тартипсиздиги жана көптөгөн башка себептер авария мүнөзүндөгү өзгөчө кырдаалдарды пайда кылат.

Шаардык транспорт өтө көп санда жана өтө кооптуу. Магистралдарда жана шаар көчөлөрүндө тынымсыз жүк ташуу, элдерди ташуу жүргүзүлөт. Бул агымда жеңил транспорттор ар кандай билими бар айдоочулар, тажырыйбалуу жана өз ишине жоопкечиликти ден соолугу, психикалык абалы ар түрдүү автомобиль айдаганды сүйүүчүлөр менен башкарылат жана алардын арасында техникалык жактан талапка жооп берген жана жооп бербеген унаалар да кездешет.

Көп учурларда жогорку ылдамдыкта жарышуу, жол кыймылынын эрежелерин одоно бузуу жана мас абалда транспортту башкаруу кездешет. Ошондой эле жолдун абалын да эске алуу керек.

Автотранспорт азыркы учурда өтө кооптуу болуп саналат. Эгер темир жолдо ар бир 1 млрд. километрге эки адам өлүмү катталса, аба каттамында 6, ал эми автотранспортто 20 киши катталат.

Автокырсык учурунда айдоочу, жүргүнчү жана жөө адамдар да жабыркайт. Статистикалык маалыматтарга таянсак 65% га чейин жабыркагандар окуя болгон жерде эле жан беришет, 2/3 ден көбү транспорт ичинде.

Көп учурларда мектеп окуучулары жөө жүрүшөт. Жол кырсыгын жана травматизмди кыскартыш үчүн төмөнкү эрежелерди сактоо керек.

## БОЛБОЙТ!

- Жолдун тыюу салынган бөлүгүнөн өтүүгө;
- Жол чырактын тыюу салынган белгиси күйгөндө өтүүгө;
- Жолду кесип өтүп баратып токтоп калууга;
- Уруксат кылынбаган жерде транспорт күтүүгө;
- Жолдо ойноого.
- Жол чырактын кызыл белгиси өтүүгө **ТЫЮУ САЛАТ**
- Жол чырактын сары белгиси өтүүнү **ЭСКЕРТЕТ**
- Жол чырактын жашыл белгиси өтүүгө **УРУКСАТ БЕРЕТ**



## МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫ ЖОЛ ТРАНСПОРТ КЫРСЫГЫНА АВТОТРАНСПОРТ КАРАЖАТТАРЫНА ТҮШҮҮДӨН КАБЫЛЫШАТ. МЫНДАЙ КЫРДААЛДАРДА ЖАШООНУ УЛАНТУУ ҮЧҮН ТӨМӨНКҮ ЭРЕЖЕЛЕРДИ САКТАГЫЛА.

- Жолдон өтөөр алдында жолду карагыла. Биринчи солго анан оң жакка карагыла. Жакын жерде транспорт жок кезде гана жолдон өткүлө.
- Жол чырактын кызыл белгиси күйгөндө эч качан жолдон өтпөгүлө.
- Капыстан жолго чуркап чыгууга болбойт. Чуркап бара жатканда жолдо келаткан транспорттор көрүнбөй калат.
- Жолдон өтүп бара жатканда сүйлөөгө, артын кылчактап кароого болбойт. Өтө этият болуу керек.
- Эгер бир нерсени колуңардан түшүрүп алсаңар дагы, жолдон өтүп бара жатып токтоого болбойт.
- Жолду кыска жолдон эмес атайын ыңгайлаштырылган жерден гана кесип өтүү керек.
- Транспорт өтө жакын келген учурда, чуркап өтүп кетем деп шашпаш керек.
- Жолго чыгаардан мурда абалды көзөмөлдөө керек.
- Аба ырайынын шарттарына жараша жолдон абайлап өткүлө.
- Жолдон топтошуп өткөнгө аракет кылгыла.
- Жолдон өтүүдө жер үстүндөгү жана жер астындагы өткөөлдөрдү пайдалангыла.



**АЛГАЧКЫ ЖАРДАМ КӨРСӨТҮҮ**



## ШОК ЖАНА ЭСТЕН ТАНУУ

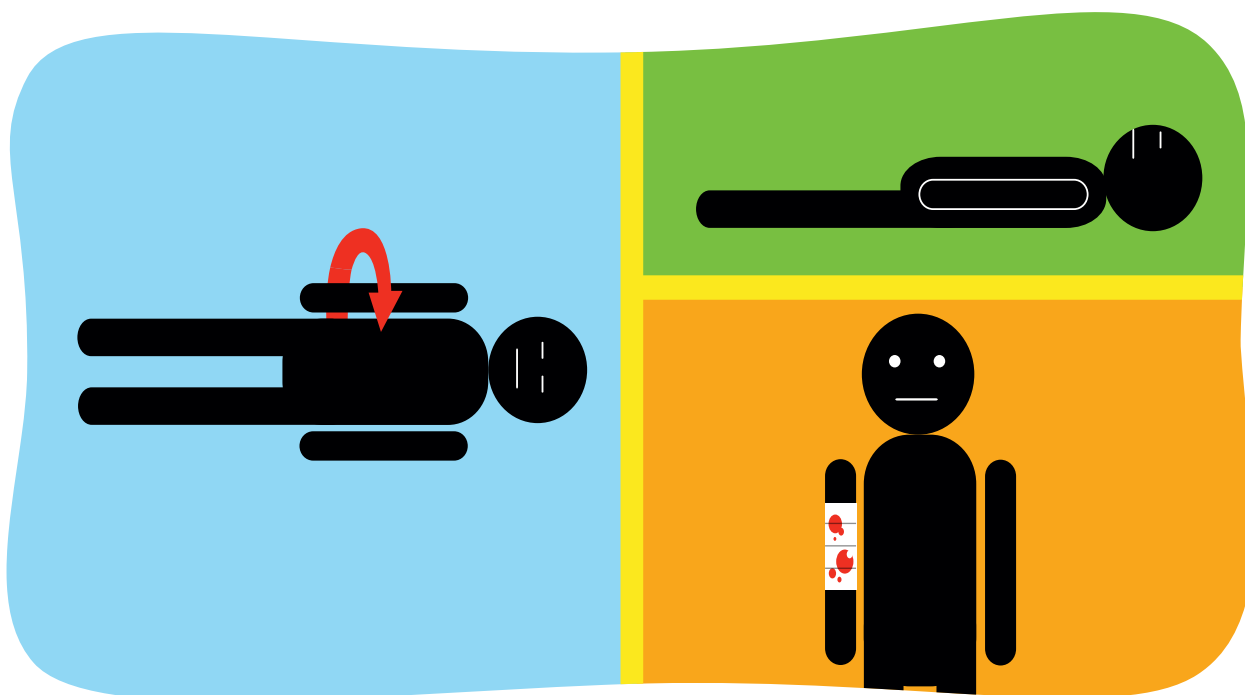
Катуу жаракат алганда, сынганда, күйүктөн жабыркаганда, б. а. организмдин бүткүл жашоо функциялары кыйналып, абдан күчү кетип начарлаганда **шок** пайда болот. Оорудан абдан азап чеккенге, кан жоготууга жана башка себептерге байланыштуу нерв системасынын өтө чарчашынан улам шок келип чыгат. Шок жүрөктүн иштешинин аябай төмөндөшү менен коштолуп, жыйынтыгында пульс алсырап, ал эми кээ бир учурда таптакыр угулбай калат. Адамдын бети бозоруп, муздак тер басат. Жабырлануучунун туюму сакталып калса да, айланасындагыларды айырмалай албай калат. Ал сырттагы кыжырданууларга, а түгүл жараатка тийген кезде да эч нерсени сезбеген абалда болот.

Шок абалдагы жабырлануучуга мүмкүн болушунча тез жардам керек. Барынан мурда оорууну басаңдатуу зарыл. Эгерде мүмкүнчүлүк болсо, оорууну баса турган каражаттарды (промедол, морфин, пантопон), жүрөк камфорасын жана кофеин ичиш керек. Жабырлануучуну жылуу жаап, грелка коюп кызыл чай, вино берип жылытуу керек, ал эми суук мезгилде аны жылуу жайга киргизүү керек.

Эстен тануу – мээнин кан менен камсыз болушу бузулгандын натыйжасында акыл-эстин кыска убакыт ичинде күтүүсүздөн жоголушу. Мунун себеби болуп кан жоготуу, нервдин козголушу (чочуу, коркуу), ашкере чарчоо эсептелет. Эстен тануу теринин сырткы катмарынын, эриндин кубарышы, буту-колдун муздашы менен мүнөздөлөт. Жүрөктүн иштеши алсыз болуп, тамыр араң согуп калат. Эстен тануу абалы айрым учурда өтө кыска, болгону бир нече секундага гана созулат. Башка бир учурларда эстен тануу 5–10 мүнөттө жана андан көп убакытта да өтүп кетпейт. Узакка созулган эстен тануу абалы адам өмүрүнө коркунучтуу болот.

Жабырлануучуга жардам берүүдө аны таза абасы бар ачык жерге алып чыгып, горизонталдык абалга келтирип, мээге кан жүгүрүү үчүн буттарын башынан жогору көтөрүү зарыл. Дем алуусун жеңилдетүү үчүн жабырлануучунун кыска кийимдерин, жакасын, кемер курун, эмчек тарткычын ж. б. чечүү керек.

Жабырлануучуну шок абалдан чыгаруу үчүн бетине муздак суу чачып же кебезди же жүз аарчынын учун нашатырь спирти менен нымдап алып акырындык менен мурунга жыттатуу зарыл. Нашатырь спирти менен ошондой эле чыкыйларын (чекесин) да сүртүү керек.





### ТЕЗ ЖАРДАМ ЧАКЫРУУ

103 телефон номери аркылуу тез жардам бөлүмүнө кабарлагыла. Эгерде кимдир бирөө кабарлаган болсо чакырууну дагы бир ирет тастыктагыла.

Тез жардам чакырууда өзүңүздү тааныштырыңыз жана сиз кырсык болгон жерде алгачкы жардам көрсөтүп жатканыңызды билдириңиз, диспетчерге өз телефон номериңизди берип төмөндөгү маалыматты бериңиз:

Кырсык кайсыл жерде болду

→ Эмне болду - кырсыктын түрүн жана оордук даражасын, өрт чыгуу тобокелчилигин, суунун, газдын, уулу заттын чыгуусун жана аба-ырайынын өзгөчөлүгүн сүрөттөңүз.

→ Жаракаттын түрү оорунун мүнөзү жана жабырлануучунун абалы тууралуу өз оюңузду билдириңиз.

Андан аркы көрсөтмөлөрдү жана суроолорду күтүңүз. Нускаманы түшүнгөнүңүздү тастыктаңыз. Тез жардам диспетчери гана сүйлөшүүнү аяктайт. Эгерде тез жардам келиши мүмкүн болбосо анда жабырлануучуну жакын арадагы медициналык мекемеге жеткирүүнү уюштуруңуз.

**АЛГАЧКЫ МЕДИЦИНАЛЫК ЖАРДАМ КӨРСӨТҮҮНҮН МАКСАТЫ ЖАРАКАТТЫ ФИЗИКАЛЫК ЖАКТАН ТААНУУ ГАНА ЭМЕС, ЖАБЫРЛАНУУЧУНУН АЛЫНГАН ЖАРАКАТЫНЫН МҮНӨЗҮНӨ ЖАРАША МОРАЛДЫК ЖАНА ЭМОЦИОНАЛДЫК ЖАКТАН КӨМӨК КӨРСӨТҮҮГӨ АРАКЕТ КЫЛЫҢЫЗ. ЖАБЫРЛАНУУЧУНУН КӨҢҮЛҮН МУМКУН БОЛУШУНЧА КӨТӨРҮҮГӨ КӨҢҮЛ БУРУҢУЗ.**

**ТЕЗ ЖАРДАМ КҮТҮП ЖАТКАНДА ЖАБЫРЛАНУУЧУНУН АБАЛЫНА ТАКАЙ КӨЗ САЛЫҢЫЗ ЖАНА АЛГАЧКЫ ЖАРДАМ КӨРСӨТҮҮДӨН СЫРТКАРЫ ТӨМӨНДӨГҮ ЭРЕЖЕЛЕРДИ САКТАҢЫЗ:**

- биринчи кезекте жабырлануучунун көңүлүн калтырбаныз
- өзүңүздүн билгениңизден ашыкча нерселерди жасабаңыз.

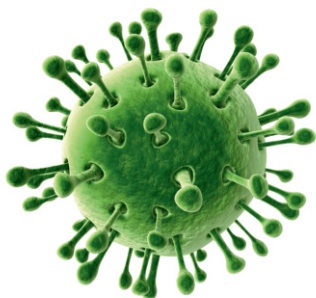


**103  
112  
НОМЕРИНЕ  
ЧАЛГЫЛА**

## ӨЗГӨЧӨ КОРКУНУЧТУУ ЖУГУШТУУ ООРУЛАР

Акыркы жылдары жугуштуу оорулардын үзгүлтүксүз жайылып көбөйүшү байкалууда.

Кургак учук – бул жугуштуу оору жана оорунун «ачык» түрү менен ооруган адамдан аба аркылуу жугат. Оорунун козгоочусу – кургак учук таякчасы жана ал оорулуунун каакырыгынын өтө майда тамчыларында камтылган. Оорулуу адам сүйлөп жатканда, чүчкүргөндө, жөтөлгөндө кургак учук таякчалары дени сак адамдын өпкөсүнө булганган абадан дем алуу аркылуу жугуп калат. Бардык эле адам кургак учук менен оорубайт, анкени адамдын иммундук системасы анын организмдин коргоп калат. Эгерде иммунитетти начарлаган болсо, мисалы бирдей эле тамакты иче берүүдөн, муздап калуудан, нерви стресске кабылса, алкоголь ичимдиктерин, баңгизатты колдонсо, анда мындай адам кургак учук менен ооруп калышы ыктымал. Бул оору менен ооруган учурда ар кайсы органдар жана организмдин системалары, көбүнчө өпкө жабыркайт. Өпкөнүн кургак учук оорусунун «ачык» түрү менен ооруган адам айланасындагы адамдарга да бул ооруну жугузат.



### Кишинин иммуно-дефицит вирусу (КИДВ) үч жол аркылуу жугат:

1. Коргонучу жок (презервативсиз) сексуалдык катнаш аркылуу: эркектен аялга, аялдан эркекке, эркектен эркекке.
  2. Кан аркылуу:
    - стерилденбеген шприц жана ийнелерди же инъекциялык жабдыктарды кайталап же биргелешип колдонгондо;
    - стерилденбеген жабдыктарды татуировка жана пирсинг жасатууда (көзөгөндө) колдонгондо;
    - башка адамдын сакал алгычын, тиш щеткасын колдонгондо канынын калып калышы мүмкүн;
    - КИДВна текшербей туруп донордук кан куюуда.
  3. КИДВ менен ооруган энеден балага: боюнда бар кезинде, төрөгөн жана эмизүү учурунда.
- КИДВ турмуш-тиричиликте жөнөкөй карым-катнаштан жукпайт. КИДВ инфекциясын жугузуп алуу жана жугузуп албоо адамдын өзүнө

### КУРГАК УЧУК ООРУСУНУН НЕГИЗГИ БЕЛГИЛЕРИ:

- 3 жумадан ашык жөтөлүү;
- тамакка болгон табиттин жана салмактын төмөндөшү;
- тердөө, өзгөчө түн ичинде, алсыроо, тез чарчоо;
- дене температурасынын көтөрүлүшү;
- көкүрөктүн оорушу, кээде кан түкүрүү (кан аралашкан каакырык).

Ушул белгилер байкалган кезде врачка кайрылуу керек.

КИДВ / Кабылданган иммундук жетишсиздик синдрому (КИЖС) – бул зор масштабда дүйнөгө жайылып бара жаткан, адамзаттын коопсуздугуна олуттуу шек келтирүүчү жугуштуу оору.

КИДВ/КИЖС дүйнө жүзүнүн социалдык-экономикалык өнүгүүсүнө терс таасирин тийгизип, коомдун баардык катмарын – улутту, коомчону, үй-бүлөнү жана ар бир адамды мүшкүлгө салып келет.

«Ооруну дарылагандан көрө алдын алуу жеңил» деген сөз барыдан мурда мына ушул КИЖСна тиешелүү. Ошондуктан КИДВ/КИЖСнун алдын алуу иштерин жогорку класстын окуучулары арасында жүргүзүү, КИДВ/КИЖСнун алдын алуунун негизи болуп эсептелет.

**КИДВ** – адамдын иммун жетишсиздигинин вирусу (вирус иммунодефицита человека), оорунун козгоочу.

**КИДВ инфекция** – оппортунисттик инфекция жана генетиканын бузулушунун натыйжасында клеткалардын тынымсыз бөлүнүүсүн пайда кылган, иммундук системаны талкалаган, өнөкөт ооруга айланып, күчөй берүүчү айыкпас оору.

**КИЖС** – иммун жетишсиздигинин кабылданган синдрому (синдром приобретенного иммунодефицита), оорунун эң акыркы баскычы.



## КОРУТУНДУ

Өзгөчө кырдаалдарга даярдыкты камсыздоо боюнча, бул үй - бүлөлүк колдонмо сизге экстремалдык кырдаал учурунда сиздин үй – бүлөнүз үчүн жүрүм – турум эрежелерин иштеп чыгууну мерчемдөөгө жардам берет. Көңүл бургула бул көрсөтмөдөгү маалыматтар ушул тегеректеги изилдөөлөрдүн жыйынтыгында, дүйнө жүзүндөгү илимий билимдерге гана негизделбестен ошондой эле биздин өлкөбүздө болуп жаткан табигый кырсыктардын кесепеттери эске алынды.

Биз өзгөчө кырдаалдар тууралуу маалыматтарды Сизге пайдалуу болушун көрсөткөнгө аракет кылдык жана андан да баалуурак маалыматтарды кырдаал түзүлгөнгө чейин тааныштырууну туура көрдүк.

Биз бул колдонмодо биздин өлкөбүздө мүмкүн болуучу кооптуу кырсыктарды киргизүүгө аракет кылдык. Кээ бир көрсөтүлгөн өзгөчө кырдаалдар жана кырсыктар өтө коркунучтуу болбосо да Сиз алар тууралуу билишиңиз зарыл. Биз ишенебиз Сиз негизги концепцияны түшүндүңүз – ар бир жаран биздин коргоо тутумунда жана өзгөчө кырдаалдардан куткарууда субъект болуп саналат. Ар бир жаран ар кандай кырсыктарда кандай аракет жасоону билип өзүнүн жеке коопсуздугун жана өзүнүн үй-бүлөсүнүн коопсуздук тобокелчилигин камсыз кылуу менен бирге куткаруучулардын жумушун жеңилдетет. Ишенебиз, бул колдонмо Сизди ар кандай күтүлбөгөн өзгөчө кырдаалдардын кесепеттерин төмөндөтүүгө даярдык көрүү жана аракеттенүү мерчемин түзүүгө көмөк көрсөтөт.





## **Китепти басып чыгаруудагы өнөктөштөр**

ЕККУнун Кыргыз Республикасындагы  
программдык кеңсеси

**Бишкек шаары, Рыскулов көчөсү 6.**

Кыргыз Республикасынын  
Өзгөчө кырдаалдар министрлигинин  
алдындагы Жарандык коргонуу  
адистерин даярдоо жана кайра даярдоо  
борбору

**Ош шаары, Муминов көчөсү,11**

Ош шаарындагы Орхус Маалымат  
Борбору

**Ош шаары,  
Курманжан-Датка көчөсү, 224А, 5-этаж**  
[www.aarhus.kg](http://www.aarhus.kg)

**Кайра түзүп чыккандар:**

Д.Т.Садиков, Т.Р.Чекиров,  
А.М.Көккөзов, А.М.Айтибаева,  
Э.Э.Токурова, Ч.Р.Суранова, К.Исабаев.

## **ПАЙДАЛУУ ТЕЛЕФОН НОМУРЛАР**

**ТЕЗ ЖАРДАМ  
КЫЗМАТЫ 103**

**МИЛИЦИЯ 102**

**ӨРТ ӨЧҮРҮҮ  
КЫЗМАТЫ 101**

**БИРДИКТҮҮ  
ДИСПЕТЧЕРЛЕРДИН  
ТЕЛЕФОНУ 112**