

Вопросы к теме 12.

1. Что такое гражданская оборона?

(Гражданская оборона – система мероприятий по подготовке к защите и защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.).

2. Что такое гражданские организации ГО?

(Формирования, создаваемые на базе организаций по территориально-производственному принципу, не входящие в состав вооруженных сил РФ, владеющие специальной техникой и имуществом подготовленные для защиты населения и организаций от опасности, возникающих при ведении военных действий или в следствии этих действий).

3. Основные задачи в области гражданской обороны?

- (- Обучение населения способам защиты;
- Оповещение населения об опасностях;
- Эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
- Предоставление населению убежищ и средств индивидуальной защиты;
- Проведение мероприятий по маскировке;
- Проведение аварийно-спасательных работ;
- Борьба с пожарами, возникшими при ведении военных действий;
- Обнаружение и обозначение районов подвергшихся радиоактивному, химическому, биологическому и иному заражениям;
- Обеззараживание населения, техники, зданий, территорий и проведение других оперативных мероприятий;
- Срочное восстановления функционирования необходимых коммунальных служб в военное время;
- Срочное захоронение трупов в военное время;
- Обеспечение постоянной готовности сил и средств ГО).

4. Полномочия организаций в области гражданской обороны?

- (- планировать и организовывать проведение мероприятий по ГО;
- проводить мероприятия по поддержанию своего устойчивого функционирования в военное время;
- осуществлять обучение своих работников способам защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий;
- сдавать и поддерживать в состоянии постоянной готовности к использованию локальные системы оповещения;
- создавать и содержать в целях ГО запасы материально-технических, продовольственных, медицинских и других средств).

5. Кто осуществляет руководство гражданской обороной ?

(руководство гражданской обороной в Российской Федерации осуществляет Правительство Российской Федерации. Руководство ГО в федеральных органах исполнительной власти и организациях осуществляют их руководители, являющиеся по должности начальниками ГО указанных органов и организаций. На территориях субъектов РФ и муниципальных образований – соответственно главы органов власти, являющиеся по должности начальниками ГО.)

6. Какие Вы знаете силы гражданской обороны ?

(Силы ГО – воинские формирования, специально предназначенные для решения задач в области ГО, организационно объединенные в войска ГО, а также гражданские организации ГО к которым относятся аварийно-спасательные службы и аварийно-спасательные формирования.)

[ФЗ-28]

Дополнительные ситуационные задачи

1. Что бы вас не обокрали на улице:

- стараться избегать мест скопления людей, где карманники встречаются чаще всего;
- в местах скопления людей избегать заторов и других «толкучек»;
- собираясь за покупками, брать с собой столько денег, сколько вам необходимо для покупок;
- носить деньги во внутренних, застегивающихся карманах;
- предпочтительней брать только деньги без кошелька. Деньги менее заметны, и вытащить их из карманов труднее.
- Рассортировать деньги по достоинству, что бы, покупая дешевые вещи не вытаскивать крупные купюры;
- Хранить кошелек в среднем отделе сумочки;
- Перевесить сумочку вперед, что бы видеть ее;
- Предпочитать сумки с защитным (сплетенным из металлической проволоки) слоем;
- Настораживаться и защищать деньги, если вас вдруг стали толкать и наступать на ноги;
- Помнить, что воры часто разыгрывают спектакли, что бы отвлечь ваше внимание от кошелька. Будьте внимательны, когда вас о чем –то спрашивают, что-нибудь просят или что-то предлагают.

Нельзя:

- Брать с собой все деньги;
- Засовывать кошелек в задний (на воровском жаргоне – «чужой») карман и карманы верхней одежды;
- Проверять наличие денег постоянно трогая себя за карман
- Укладывать кошелек в сумки, предназначенные для продуктов. Особенно опасны прозрачные полиэтиленовые пакеты.

2. Что бы избежать уличных «приключений»:

- Избегать ночных путешествий;
- Надевать не привлекающую внимания, удобную для бега одежду и обувь;
- Снять и спрятать в «тайники» на одежде все деньги, украшения, дорогие часы и прочие;
- Взять средства защиты;
- Попросить проводить вас хозяев квартиры; где вы задержались;
- На улице стараться находить попутчиков, идущих с вами в одну сторону;
- Не ходить по потенциально опасным районам: вблизи вокзалов, рынков, парков, «молодежных районах»...
- Не ходить по темным улицам, проходным дворам, пустырям, новостройкам, скверам и парам, пытаюсь срезать путь;
- В чужом городе необходимо узнать о безопасных маршрутах заранее
- Ночью, перед тем как выйти на улицу, наметить наиболее безопасный путь, по «островкам безопасности» - рай. отделы милиции, постами ГИБДД, охраняемым зданиям.
- Передвигаться не по тротуару, а по проезжей части, лицом навстречу движения;
- При этом держаться уверенно, но не вызывающе;
- При виде потенциально опасной компании, заранее переходить на другую сторону улицы.

Нельзя:

- Одевать дорогую одежду;
- Злоупотреблять ювелирными и прочими изделиями, привлекающими внимание преступников.
- Носить военную или полувоенную форму, которая может быть воспринята как вызов;
- Выходить на улицу в нетрезвом виде, который привлекает потенциальных грабителей;
- Подсаживаться в попутные машины, где за рулем мужчина.

3. Куда спрятать деньги и ценности:

- Распорите подкладку пиджака или жилете, засуньте туда деньги зашейте, только не стопкой;
- Надежней использовать не пиджак, а штанины брюк или подол юбки;
- Засуньте деньги под стельку ботинок;
- Зашейте деньги в недорогой головной убор;
- Затолкайте по одной купюре в галстук и прижмите зажимом;
- Следуя рецепту бриллиантовых контрабандистов, примотайте бинтами к ноге или руке. И, что бы убедительнее выглядело, по бинтам мазните красным;
- Налепите деньги на спину лейкопластырем;
- Ювелирные украшения можно засунуть в тот же башмак, но теперь уже пробив подошву, в пустотелый каблук;
- По рецепту киношных каторжан – в булку хлеба или батон с изюмом;
- Утопить кольца и деньги в полиэтиленовых мешках с крупой, в банке со сметаной, стаканчике с йогуртом.

4. Школьные «разборки»:

- Любое резкое изменение в поведении подростков, должно насторожить родителей;
- Предпочтение одной одежды другой, какие-то особенные нашивки, детали гардероба, подавленное или наоборот чрезмерного возбужденного настроения, пропажа денег, домашних вещей, или жизнь не по средствам – это повод для размышления;
- Противостоять хорошо отработанной системе психологического закабаления (через запугивания, лжеромантику и лжегеройство) подростку самостоятельно чрезмерно трудно, а в жестко действующих, курируемых взрослыми преступниками группировках – почти невозможно.
- Придайте особую значимость информационному контролю, вплоть до слежки за своим ребенком. Если вы не хотите обращаться за помощью в правоохранительные органы или собирать ватагу обиженных родителей, вам необходимо будет на силу обидевшую вашего ребенка найти большую силу.

5. Толпа:

При приближении уличной толпы:

- Быстро уйти в боковые улицы и переулки, в том числе, через проходные дворы, зайти в подъезды, подняться на верхние этажи;
- В крайнем случае забраться на козырьки капитальных строений, другие устойчивые возвышения;

Нельзя:

- Убегать от толпы в сторону ее движения.
- Уходить в тупиковые, сужающиеся и перекопанные улицы.

В движущейся толпе:

- Избегать мест соприкосновения толпы со строениями. Особенно опасны витрины, ограждения, водосточные трубы.
- Плыть в общем направлении, стараясь устоять на ногах.
- Снять шарфы,галстуки, цепочки, очки.
- Затянуть пояса, темни, намертво завязать шнурки.

Нельзя:

- Пытаться оказывать сопротивление.
 - Хвататься за неподвижные предметы, тем более прижиматься к ним.
 - Нагибаться, поправлять обувь, поднимать потерянные вещи.
- Падение в толпе равно смерти.

В спрессованной толпе:

- Избавиться от объемных вещей и предметов.
- Защитить грудную клетку руками.
- Поднять детей над толпой.

Нельзя:

- Поднимать руки над головой, так как можно погибнуть от сдавливания грудной клетки.
- Опускать руки вниз, так как их будет невозможно вытащить.

6. Мошенничество с недвижимостью:

- Ничему не верить на слово. Верить исключительно документам! Даже документам не верить, если вы не проверили, где и при каких обстоятельствах их заверили и под каким номером зарегистрировали.
- Проще всего и наименее хлопотно продавать квартиру ч/з маклерские конторы. Но пусть вас не вводит в заблуждение вид и обаятельность маклера. Попросите у маклера паспорт и запишите его данные, документы на право заниматься ему этим видом деятельности и адреса людей, которые с его помощью приобрели жилье, чтобы поговорить с ними.
- Лучше всего выходить на квартирных маклеров ч/з своих знакомых.
- От услуг сомнительных лиц лучше откажитесь сразу, какие бы выгоды они вам не сулили.
- Не вздумайте при выборе вариантов отдавать оригиналы документов маклеру, обратно их получите только за вознаграждение.
- Особую осторожность проявляйте, если вы являетесь единственным жителем этой квартиры.
- При покупке – продаже недвижимости с помощью объявлений в газетах, не наводите на свой телефон потенциальных вымогателей и воров, указывайте, что он контактный. И в том же стиле отвечайте на телефонные звонки. Обязательно читайте чужие объявления. Телефонные номера, которые часто повторяются, маклерские. Все прочие – частных лиц.
- Все условия сделки необходимо записать в договор, с указанием сроков, сумм, ответственности за нарушение и т. д.; желательно договор нотариально заверить.
- Деньги на сделку переводить через сберкассу, это удостоверяет переход их из рук в руки.

- Требуйте документы: фирмы-посредника, продавца, лица сдающего квартиру, документы на квартиру; при всех видах сделок, требуйте личной встречи с хозяином квартиры и поинтересуйтесь у соседей, он ли хозяин.
- Не совершайте быстрых сделок, особенно, если вас торопят, тяните время – это затруднит мошенничество.
- Деньги за покупку квартиры выплачивайте не у нотариуса, а только после регистрации.
- Читайте все документы сами, не допускайте составления доверенности от вашего имени на право распоряжения квартирой или обмена квартирой.
- Убедитесь в ЖЭУ, что в квартире никто не прописан.
- Не заверяйте документы купли-продажи у нотариуса, которого вам предложили продавцы, идите в государственные нотариальные конторы.
- Возьмите расписку о получении денег.

7. Товарное мошенничество.

- Никогда не стремитесь покупать дешевый товар. Чем товар дешевле, тем больше шансов, что он «левый».
- Старайтесь покупать продукцию наших производителей, наш товар проходит более тщательную проверку на качество.
- При покупке большой партии товара, заключайте с продавцом договор, в котором предусмотрена ответственность сторон, сроки и штрафные санкции.

8. Аварии в общественном транспорте.

- Что бы не пострадать в аварии надо:
 - держаться за поручни,
 - стоять лицом в сторону движения транспорта, что бы вовремя заметить опасность,
 - при столкновении сгруппироваться. Закрыть голову руками.
 - Быстро покинуть транспорт. Электротранспорт покидать спрыгивая с подножки на землю, на две ноги.

Нельзя:

- ходить по салону.
- Загромождать проход вещами
- Дремать.

9. Если в переполненном автобусе, кому-то рядом с вами стало плохо.

- Отнеситесь к этому серьезно. Приложите все силы для освобождения человека от давки.
- Посадите его.
- Обеспечьте к нему доступ свежего воздуха, открыв окно.

- Попробуйте отыскать среди пассажиров медицинского работника, попросите аптечку у водителя, окажите первую медицинскую помощь.
- Выведите на улицу на первой же остановке.
- Вызовите скорую медицинскую помощь по тел. 03 или 112.

10. Метро. Избежать несчастья на эскалаторе.

- Давки у эскалатора можно избежать, подходя к движущейся толпе сбоку. Находясь сбоку, можно притормозить, отойти в сторону, переждать основной поток.
- Не надо пытаться приподнимать, движущиеся поручни эскалатора и просовывать туда пальцы.
- Не следует садиться на эскалатор, что бы полы вашей одежды не защемились между ступеньками.
- Не стоит вставать на металлическую «гребенку», узкими каблучками ваших новомодных туфель.
- Маленьких детей на эскалаторе следует держать за руку, т. к. они могут замешкаться и упасть.
- Опасно ставить на поручень тяжелые предметы.
- В ситуации, когда сорвавшийся с тормозов эскалатор начинает саморазгоняться вниз следует ч/з разграничивающую лестницы балюстраду перебраться на соседнюю лестницу.
-

11. Метро. Избежать несчастья на платформе.

- Не старайтесь занимать место у края платформы.
- Если на платформе набралась толпа народа, лучше попробуйте протиснуться к центру и пропустить один поезд тем самым сберечь свою жизнь.
- Не допускайте детских игр на краю платформы.
- Если не хотите стать свидетелем кровавой трагедии, отесните пьяного человека вглубь платформы.
- Никогда не сорите в метро, поскользнувшись на кокой-либо корке можно «заехать» прямо на рельсы.
- Никогда, ни при каких обстоятельствах не спрыгивайте на рельсы, за какой – либо вещью.
- Если попали на рельсы не пытайтесь самостоятельно взобраться на платформу, хотя бы потому, что питающая состав 800 – вольтная контактная шина проходит как раз под ней. Что есть сил бегите в начало платформы, туда где останавливаются первые вагоны. Но если вы услышали гул приближающегося поезда и гудок, сразу же ложитесь в глубокий лоток – желоб, расположенный между рельсами, прижмитесь как можно плотнее к дну, прижмите к телу верхнюю одежду.

12. Чтобы не пострадать в автокатастрофе:

- Содержать автомобиль в технически исправном состоянии.
- Застегивать ремни безопасности.
- Иметь в салоне тяжелый предмет для выбивания стекол.
- Иметь свежую аптечку первой медицинской помощи.
- При угрозе аварии перевести лобовой удар в скользкий.
- В момент аварии пассажирам прикрыть голову руками и упасть на сиденье, упершись локтями и коленями в спинку расположенного впереди кресла.
- Водителю упереться ногами в пол, а руками в баранку руля, голову прижать к рукам и, напрягая все мышцы, переждать удар. Или упасть вбок на пассажирское место.
- После «остановки» машины немедленно покинуть салон. Если дверь заклинило, разбить стекло.
- Убедиться, что нет угрозы пожара.
- Зафиксировать автомобиль, если он находится в неустойчивом положении.
- Людей, зажатых в обломках машины, не следует вытаскивать применяя силу.

13. Чтобы вашу машину не захватили преступники.

- На стоянках, в том числе в пробках, поднимать стекла на дверцах.
- Подходя к машине приготовить ключи заранее.
- Остановившись, голосующим на дороге людям, проезжать на 50-100м дальше и внимательно осмотреться.
- Одиноким пассажиров усаживать на переднее сиденье, что бы их видеть.
- Остановившись, разговаривать через приоткрытое стекло правой дверцы. Ногу держать на педали газа.
- Так же поступать в случаях ДТП. Если есть мобильный телефон, связаться с ГИБДД. Чтобы не пускать в салон неизвестных и не выходить из машины, предложить поместить пострадавшего в багажник.
- Если дорогу перегородила толпа людей – напугайте их резкими поворотами. Перегородившие дорогу автомобили надо сбивать с дороги скользкими ударами в первую треть передней либо задней части корпуса.

При захвате машины.

- Не останавливайтесь! Пока Вы за рулем - Вас не тронут.
- Нарушайте правила дорожного движения, привлекая к себе внимание инспекторов ГИБДД.
- «Помните» чужую машину.
- Разбейте бампером витрину магазина, поставленного на сигнализацию.
- Выпрыгните из машины на ходу, усыпив бдительность преступника.

- При угрозе жизни – въезжайте в столб, предварительно приготовившись к удару.
- После удара постарайтесь завладеть оружием нападающих или скрыться.

14. Безопасность в поезде.

- В целях безопасности, находясь в поезде необходимо укладывать детей в поезде на самые безопасные места - на нижние полки, в сторону движения поезда.
- На боковых полках ложиться ногами в сторону движения, чтобы при экстренном торможении не сломать шейные позвонки.
- Запомнить, где располагаются и как действуют аварийные выходы.
- Не держать на столиках острые и другие опасные вещи.
- Полностью, до фиксации, открыть или закрыть дверь купе.
- Не перегружать верхние багажные полки.
- Не высовывать голову из открытых окон.

15. Пожар в поезде.

- При малейшем запахе дыма вызывайте проводника, нет его – ищите в соседнем вагоне, заставьте его остановить состав с помощью стоп-крана. Материалы отделки вагонов, при пожаре, выделяют очень токсичные вещества – защитите органы дыхания мокрой тканью.
- Не бойтесь потревожить ночной покой людей, разбудите соседей, помогите старикам и детям покинуть вагон.
- Используйте для тушения пожара подручные средства: огнетушители, воду из туалетов, из бака для кипячения воды.
- При очевидности безуспешности попыток самостоятельного тушения пожара, немедленно покиньте вагон через тамбурные двери и аварийные выходы. В крайнем случае вышибайте оконные стекла подручными предметами. Не прыгайте на ходу.
- Не тянитесь за чемоданами, бросьте их, у вас для спасения очень мало времени. Возьмите с собой деньги, документы, одеяло, обувь, одежду.
- После эвакуации из вагона не разбредайтесь далеко от вагона т. к. вас будут искать для оказания помощи.

16. Лесной пожар.

- Малые очаги пожара тушить, забрасывая песком, землей, заливая водой, затаптывая ногами.
- При косвенных признаках пожара с возвышенной точки оглядеть местность, установить очаг и направление распространения пожара.
- Отыскать на карте безопасное место; большие водоемы, скалы, крупные реки и пр.
- Уходить от пожара только в наветренную сторону, обходя очаг сбоку.

- Укрываться от пожара на островах, отмелях, оголенных участках болот и т.д.
- При приближении пожара лечь в воду на мелководье, защитить дыхательные пути с помощью мокрой ткани, одежды.
- Избавиться от синтетической одежды.

17. Заходя в квартиру вы почувствовали запах газа.

- При входе в помещение выбросить все спички, зажигалки (чтобы машинально не зажечь их).
- Перекрыть газопровод.
- Вызвать аварийную службу газа, тел. 04; 112.
- Отключить электричество, на электрическом щите, который находится на лестничной площадке.
- Попросить диспетчера отключить лифт.
- Предупредить, а возможно и эвакуировать соседей до приезда «газовой аварийки».

18. Вы попали в «тело лавины»

- Принять позу наименьшего сопротивления снегу.
- Сбросить рюкзак, лыжи.
- Закрыть лицо шарфом или воротником свитера.
- Защитить лицо и нос ладонями.
- При остановке лавины максимально расширить пространство возле лица и груди
- Принять наиболее безопасную позу – ноги подтянуть к груди, руки прикрывают лицо
- Постоянно разрушать образующуюся от дыхания ледяную корку
- Определить, где верх, где низ, например выпустив из рта слюну.
- Прислушаться к звукам на поверхности, чтобы подать сигнал в нужный момент
- При отсутствии помощи откапываться самостоятельно, сразу же утрамбовывая вынутый снег
- Ни в коем случае не поддаваться панике.

[SOS/Выживание в городе...]

19. Передвигаясь по тонкому льду озера, вы внезапно попали в холодную воду.

- Немедленно лечь на снег и некоторое время покататься. Снег впитывает воду так же хорошо, как и губка.
- Не снимайте одежду при низкой температуре, если ее нечем заменить. Если у вас есть сухая одежда, то немедленно переоденьтесь.
- В мокрой одежде не стойте на месте, как можно быстрее передвигайтесь к ближайшему населенному пункту.

20. Во время снежной метели вы укрылись в оборудованной вами снежной пещере. Имеющаяся горелка освещает и согревает пещеру. Какой цвет пламени горелки станет вас беспокоить?

- Пламя горелки желтого цвета говорит о том, что в закрытой, снежной, невентилируемой пещере скопился углекислый газ. В этом случае следует открыть входное отверстие.
- При появлении пламени красного цвета (признак скопления в укрытии угарного газа) вам необходимо покинуть пещеру и проветрить ее до появления пламени синего цвета.
- Горение пламенем синего цвета не предвещает никакой беды.

21. Вы подошли к реке, покрытой тонким льдом. В каком месте можно переходить ее по льду?

- Перед спуском на лед реки убедитесь в его прочности.
- Для переправы следует искать наиболее пологий берег, где зависание льда будет минимальным.
- Ни в коем случае не приближайтесь к устьевым участкам притоков. Здесь, как правило, в течении всей зимы лед тонкий, могут быть промоины, которые иногда, особенно в ночное время, трудно заметить.
- В районах порожистых участков рек, лед также слабый и тонкий.
- Темные, бурые пятна льду, указывают на наличие в этом месте промоины или полыньи со слабым, снежным льдом.

22. При движении по пустыне вы попали в зыбучие пески.

- Песок становится зыбучим, тогда, когда он перенасыщен, поднимающейся снизу водой. Он ведет себя, почти также, как жидкость.
- Если песок «слабый» и погружение в него происходит быстро, то нужно упасть навзничь, при этом надо избавиться от лишнего груза.
- Не следует поднимать руки вверх – они должны лежать спокойно.
- Следует ползти на твердую почву или катиться по песку.
- Резкие панические движения ухудшат положение, так как песок будет разбрасываться, образуя ямки и человека начнет постепенно, а иногда и очень быстро засасывать.
- Переходя через участки зыбучих песков, необходимо запастись длинной жердью или доской.

23. Защита ног при движении по песчаной местности, является жизненно важным вопросом.

- Вытряхивайте песок из обуви, даже если для этого придется делать частые остановки.

- Если у вас нет сапог, сделайте обмотки из любого подручного материала, оберните ими «спирально» ноги по верх имеющейся у вас обуви.
- При отдыхе снимайте обувь и носки, делайте это осторожно, поскольку ноги могут отекают, что затруднит последующее одевание обуви.
- Для снятия усталости ног на отдыхе, нужно лечь на спину, положить их на какой-нибудь предмет, таким образом, что бы ступни были выше головы, при этом ноги держите прямыми, что увеличит отток крови от ног и уменьшит их отекаемость.
- Не пытайтесь идти босиком, песок может натереть ноги, а при движении по солончакам может вызвать щелочные ожоги.
- Защищайте ноги от воздействия солнца.

24. Вы находитесь дома. Внезапно в вашей квартире оказались злоумышленники.

- Один из самых простых и надежных способов обезопасить себя – быстрее покинуть помещение, выбежать на лестничную площадку, к соседям.
- Если это сделать невозможно, поднимите шум, тревогу: заваливая мебелью проход, отступите на балкон, разбейте оконное стекло, привлечете криком соседей и прохожих.
- Постарайтесь запереться в другой комнате, в крайнем случае можно закрыться в ванной и пустить воду на пол (ваша безопасность важнее мелких неприятностей с соседями).
- Защищайтесь любым способом, применяя для защиты находящиеся под рукой.

25. Внезапно погас свет в вашей квартире.

- Прежде чем выйти на лестничную клетку, проверьте через глазок наличие освещения на лестничной площадке и посторонних.
- Если на лестничной площадке темно, то свяжитесь с соседями по этажу, позвоните на другие этажи и выясните о наличии света в подъезде.
- Если свет есть на других этажах, то попросите соседей с других этажей удостовериться в отсутствии на вашей площадке посторонних. При необходимости соседи вызовут милицию.
- Удостоверившись, что посторонних нет, выйдите вместе с соседями по этажу на площадку и проверьте работу автоматов электрического щитка.

[В.К.Емельянчик «Ваши шансы избежать беды»]

26.Выход из голодания

Первые сутки при выходе из голодания следует употреблять воду, чай жидкий с глюкозой.

В последующем можно перейти на прием отваров из съедобных и лекарственных растений.

Затем можно перейти на нежирные бульоны, потом на мелкоразмельченную пищу. Не размельченную пищу в первые несколько дней употреблять не рекомендуется.

Пить и есть следует небольшими порциями, маленькими глотками.

Переход к приему крупной пищи должен проходить очень осторожно, при контроле состояния своего организма.

Ни в коем случае не следует допускать полного насыщения, сытости. Особенно это опасно на первом, начальном этапе выхода из голодания, когда происходят процессы восстановления нормального функционирования организма. Несоблюдение этого требования, ослабление волевых усилий по преодолению желания насытиться чревато трагическими последствиями. Немало примеров, когда люди погибали не в период голодания, а при выходе из него вследствие несоблюдения элементарных условий постепенности восстановления жизнедеятельности, оказавшись рабом желания наесться досыта сразу

27. При аварийных ситуациях в зонах с жарким климатом.

- Уже в первые минуты аварии необходимо растянуть солнцезащитный тент из светлого материала. Каждая лишняя минута на солнце лишает человека нескольких грамм воды.
- Палатки не могут служить в качестве теневого убежища, поскольку воздух внутри них сильно нагревается.
- Находясь под тентом, одежду лучше не снимать. Можно расстегнуть воротник, ослабить манжеты, снять ремень и обувь.
- В дневное время всякую активную деятельность свести к минимуму.
- Физическая нагрузка, разговоры, дыхание через рот, активная умственная деятельность, любое возбуждение ведут к усилению потерь воды в организме.
- При малых запасах воды воздержитесь от еды и особенно курения, недопустим и алкоголь он лишь усугубляет положение, увеличивает водопотери.
- Работы проводить только ранним утром или в ночное время.
- Запасы пищи – рассортировать и скоропортящиеся употребить в пищу в первую очередь.
- При малых запасах продуктов, первые 2-3 суток от употребления пищи лучше воздержаться.
- Следует сохранять все изделия из кожи (ремни, сумки, обувь...). В случае крайней необходимости, кожу размачивают, а еще лучше разваривают в воде и употребляют, как пищу.

. 28. Обстоятельства заставляют вас быть на улице. Зима, вы мерзните.

- Голые руки соприкаснулись со снегом. Немедленно сожмите пальцы в кулак и засуньте руку под одежду. И лишь после того как руки высохнут и согреются, наденьте рукавицы.
- Замерзли руки в рукавицах. Совершайте махообразные движения. Не следует сжимать руки в кулак.
- Замерзли ноги. Согреть качанием с пятки на носок и обратно. Если замерзшие пальцы начинают ломить, надо перетерпеть боль и продолжать движение.
- Замерзло лицо. Пройти некоторое расстояние, сильно нагнувшись вперед, или сделать 10-20 глубоких наклонов, соорудить страшные гримасы.

29. В холодном зимнем лесу вы обнаружили человека жалующегося на сильный холод. Как определить какую степень переохлаждения он достиг?

- Легкая степень. Человек ощущает слабость, головную боль, головокружение. Отмечается « гусиная кожа», цианоз губ, ушных раковин, пальцев рук, мелкое дрожание губ и нижней челюсти, отмечается снижение ощущения реальной обстановки, судороги икроножных мышц, но при этом сохраняется способность к самостоятельному передвижению.
- Средняя степень. У человека происходит снижение температуры, человек жалуется на боли в мышцах и суставах, утрачивается способность к самостоятельному передвижению, пульс редкий, дыхание ослаблено и замедлено, возникают расстройства мышления, памяти, речи, возможна потеря сознания.
- Тяжелая степень. Температура тела падает ниже 34°C . Характерны потеря сознания и наступление коматозного состояния, резкий цианоз кожи и слизистых оболочек, своеобразный плотный отек кистей рук, стоп и лица. Дыхание ослаблено и резко замедлено, давление понижено, пульс редкий.

30. Вы заблудились в зимнем лесу.

- Прежде чем отправляться в лес сообщите родственникам, в какой район и на какой срок вы отправитесь.
- Посмотрите на карту или запомните ориентиры отправной точки.
- Сохраняйте спокойствие и избегайте паники. Если вы охвачены паникой, думать логически невозможно.

- Немедленно остановитесь и присядьте. И не делайте больше ни единого шага, не подумав. Думать нужно лишь об одном, как добраться до того места, откуда начинается знакомый путь.
- Вспомните последнюю приметку на знакомом отрезке пути и постарайтесь отследить к ней дорогу. Если это не получится, попробуйте вспомнить знакомые ориентиры, лучше всего – железную дорогу, речку, шоссе. Прислушайтесь. Найти людей помогают звуки. Трактор слышно за 3-4 км., лай собаки за 2-3 км., шум поезда за 10 км.
- Если ориентиров нет, взберитесь на самое высокое дерево – взгляд с высоты позволяет лучше сориентироваться. Свет фар виден за 10 км., зарево большого города за 50-60 км., отдельные дома за 5 км.
- Съезд автомобильного и гужевого транспорта с полей и лесных делянок обычно направлен к поселку.
- Выйдя на лесовозную дорогу – обратите внимание на то как лежат на ней потерянные бревна. Как, правило, они валяются на обочинах широким основанием в сторону населенного пункта.
- Выйдя на лыжный след ни в коем случае не сходите с него – это та ниточка которая связывает вас с населенным пунктом. Вечером надо идти по ходу движения лыжника, а утром против движения.

[Осень.Зима. Беседы по правилам безопасности в осенне-зимний период,ГУ МЧС России по Тюменской области. Тюмень, 2007 ООО «Сити – пресс» 88с]

31. Во время возвращения с экскурсии в другой город, ваш микроавтобус в пути застала метель.

- Если продолжаете движение, то только по главной дороге.
- В случае резкого усиления ветра в непогоду желательно переждать в населенном пункте или вблизи его.
- Если есть возможность, автомобиль необходимо развернуть двигателем в наветренную сторону. Укройте двигатель со стороны радиатора.
- Периодически выходить из автомобиля и разгрести снег.
- Двигатель – следует периодически прогревать во избежание его «размораживания»
- Следить, чтобы выхлопную трубу не занесло снегом т.к. выхлопные газы пойдут в салон.
- При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Подавайте прерывистые сигналы тревоги звуковыми или световыми приборами (в зависимости от времени суток). Ждите помощи в автомобиле.

32. При сообщении о радиационной опасности.

- Укрыться в жилом доме или служебном помещении.

- Принять меры от проникновения в помещение (дом) радиоактивных веществ с воздухом, для чего закрыть форточки, вентиляционные люки, отдушины, уплотнить оконные и дверные рамы.
- Создать запас питьевой воды и закрыть краны. Накрыть колодцы пленкой или крышкой.
- Провести профилактический прием препаратов стабильного йода : таблетка йодистого калия или водно-спиртового йода. Йодистый калий следует принимать после еды вместе с чаем или водой 1 раз в день в течении 7 суток, по 1 таблетке (0,125) на один прием. Водно-спиртовый раствор йода нужно принимать после еды 3 раза в день в течении 7 суток. Важно знать, что прием стабильного йода за 6 часов до подхода радиоактивного облака или выпадания радиоактивных веществ обеспечивают полную защиту. Если принимать его в начале облучения, то эффективность несколько уменьшается, а если с опозданием на 6 часов – снижается наполовину.
- Подготовиться к возможной эвакуации.

33. Вы попали в зону радиоактивного заражения. Эвакомероприятия несколько задерживаются.

- Необходимо соблюдать следующие правила радиационной безопасности и личной гигиены :
 - использовать в пищу, только консервированные продукты (молоко и др.);
 - не пить молоко от коров, которые продолжают пастись на загрязненных полях, не употреблять овощи, которые росли в открытом грунте и были сорваны после поступления радиоактивных веществ в окружающую среду;
 - не пить воду из открытых источников и водопровода ;
 - принимать пищу только в закрытых помещениях, при этом тщательно мыть руки с мылом, тщательно полоскать рот 0,5 % раствором питьевой соды ;
 - входя в помещение оставлять «грязную» обувь на лестничной площадке или на крыльце ;
 - при передвижении по открытой местности защитить органы дыхания ;
 - при эвакуации, после прибытия в безопасный район, необходимо пройти полную санитарную обработку и дозиметрический контроль ;
 - продовольствие и вода подлежат дезактивации.

[В.Ю. Микрюков. «Безопасность жизнедеятельности». М., 2005г. УДК 685.328 (07)

34. Чтобы не быть заживо погребенным в здании, на что надо обращать внимание ?

- Появление посторонних звуков (потрескивание, щелчки, и т.п.), которые слышны ночью, когда стихает шум на улицах.

- Появление трещин, выпадение штукатурки из стыков плит, зимой «сквозит» из стыков стен.
 - Лопаются трубы водо – и теплоснажения, канализационные трубы, реже газовые, выходит из строя электропроводка из-за обрывов проводов.
 - Перестают плотно закрываться двери вследствие перекоса панелей дома.
 - Лопаются оконные стекла.
 - Сама по себе смещается со своих мест мебель (даже на сантиметр – другой), падают предметы, стоящие в шкафах.
 - Более серьезные признаки : обрушение балконов, козырьков, заметное на глаз расхождение (перекос) панелей.
- [ЗКС]

35. Как выявить террориста ?

- Обращайте внимание на подозрительных лиц, иногда нарочито неприметных, не выделяющихся, но чем –либо странных;
- Будьте особенно бдительны и остерегайтесь людей, одетых не по сезону. Под плащом, курткой , одетыми в жару, может быть бомба;
- Не большие группы людей, собравшихся с определенной целью, возможно агрессивно настроенных, необходимо обращать особое внимание;
- Остерегайтесь людей с большими сумками, баулами и чемоданами, особенно если они находятся в непривычном месте (в кинотеатре, на торжестве и т.д.);
- Вас должна насторожить странная активность вокруг сдаваемой или снимаемой квартиры, подвала, склада,подсобного помещения;
- Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испугано, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже;
- Специалисты сообщают, что смертник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читают молитву.

36. Отравление ацетоном.

- Бесцветная жидкость с характерным запахом. Растворима в воде. Пары тяжелее воздуха, скапливаются в низких участках поверхности, тоннелях, подвалах. Легко воспламеняются от искр, пламени. Разлитая жидкость выделяет воспламеняющиеся пары. Пары образуют с воздухом взрывоопасные смеси.
- Наркотик поражающий все отделы центральной нервной системы. Накапливается в организме, выделяется медленно.
- При воздействии паров: резь в глазах, слезотечение, светобоязнь, раздражение слизистой носа и горла, кислородная недостаточность (гипоксия), головная боль, тошнота, рвота, потеря ориентации, спутанная речь, обмороки, судороги.
- При попадании в желудочно – кишечный тракт: боли и жжение по ходу пищеварительного тракта, повторная рвота.

- В загазованной атмосфере: включить пострадавшего в изолирующий дыхательный аппарат, закрепить на носилках положение на боку.
- На свежем воздухе: глаза и слизистые промыть проточной водой (не менее 15 мин); ингаляция увлажненным кислородом; при рвоте держать положение на боку.
- При обморочном состоянии: кратковременное вдыхание с ватки нашатырного спирта.
- При наличии сознания: прием во внутрь сладкого крепкого чая или кофе.
- При проглатывании: принимать яичный белок или белковую воду.
- При обливании: снять одежду, обмыть тело проточной водой.
- При учащенном дыхании (30-35 мин): проводить вспомогательное дыхание, при необходимости приступить к искусственной вентиляции легких.
- Покой. Оберегать от охлаждения. Госпитализация.

Примечание: аналогичную неотложную помощь оказывают при воздействии метилэтилкетона, пинаколина, циклогексанона и ряда других кетонов.

37. Отравление неорганическими кислотами.

- **Азотная кислота:** бесцветная жидкость, пары в два раза тяжелее воздуха, при концентрации более 70% дымит на воздухе, коррозионна для большинства металлов. Сильный окислитель- пористые органические материалы (солома, опилки и др) при соприкосновении загораются, минеральные растительные масла, спирт и скипидар при контакте с кислотой взрываются.
- **Серная кислота:** маслянистая бесцветная жидкость, на воздухе испаряется медленно, коррозионна для большинства металлов, сильный окислитель, с водой реагирует с выделением брызг и тепла. Воспламеняет органические растворители и масла.
- **Соляная кислота:** бесцветная жидкость, легко испаряется и дымит на воздухе, коррозионна для большинства металлов.
- Особенности воздействия: раздражают и прижигают слизистые дыхательных путей, глаз, могут вызвать тяжелые ожоги кожи.
- При вдыхании поров:
 1. Кашель, затрудненное дыхание, першение в горле, раздражение слизистой носа, одышка.
 2. При тяжелых отравлениях, спазм и отек гортани, отек легких.
 3. Кислородная недостаточность (цианоз губ, лица, пальцев рук, одышка).
- Глаза- пары вызывают раздражение слизистой поражение (помутнение) роговицы, при попадании брызг- ожог, слепота.
- При проглатывании- ожог губ, кожи подбородка, слизистой рта, пищевода, желудка; резкие боли за грудиной и в области желудка, мучительная рвота с кровью, охриплый голос.
- В загазованной атмосфере: включить в изолирующий дыхательный аппарат; закрепить на носилках в положении на боку.
- На свежем воздухе: выключить из аппарата, промыть глаза 2% раствора соды или проточной водой, промыть нос и полоскать рот.

- Тепло на поверхность шеи.
- Снять загрязненную одежду.
- Смывать кислоту с кожи большим количеством воды (струей), затем 2% раствором соды, наложить стерильные салфетки на места ожогов.
- Госпитализация.

38. Отравление органическими кислотами (муравьиная кислота HCOOH , пдк- 1мг/м^3 ; уксусная кислота CH_3COOH , пдк -5мг/м^3)

- Бесцветные жидкости с резким запахом. Пары тяжелее воздуха. Легко воспламеняются от искр, пламени и при нагревании. Пары образуют с воздухом взрывоопасные смеси.
- Особенности воздействия: при вдыхании паров- першение в горле, затрудненное дыхание, одышка, чувство удушья, сухой кашель, кислородная недостаточность (гипоксия); при проглатывании – ожоги губ, кожи подбородка, слизистой ротовой полости, пищевода, желудка, мучительная рвота с кровью, охриплость голоса, отек гортани.
- Проводится ингаляция кислорода увлажненного 2% раствором соды, уложить пострадавшего на бок.
- При угрозе отека гортани, легких – ингаляция паров 30-40% этилового спирта
- Прием во внутрь молока с содой или щелочной минеральной воды.
- Оберегаться от охлаждения. Покой.
- При проглатывании противопоказано вызывать рвоту.
- Срочная госпитализация.

39. Отравление сероводородом. (H_2S)

- Бесцветный газ с характерным запахом тухлых яиц, который при высоких токсичных концентрациях может не ощущаться. Тяжелее воздуха. Взрывоопасные концентрации в смеси с воздухом 4,3-46%.
- Сильный нервный яд. Кислородная недостаточность тканей. Раздражение слизистых оболочек, жжение в глазах, светобоязнь, слезотечение, насморк, боли в груди, кашель Одышка. Отек легких. Тошнота рвота, металлический вкус во рту, колики, понос, боли при мочеиспускании. Головные боли. Слабость. Обморок или возбуждение с помрачением сознания.
- Вынести из зоны заражения. Снять загрязненную одежду.
- Ингаляция увлажненным кислородом с 2% раствором соды, через 15 мин. ингаляция кислородом совместно с парами 30-40% этилового спирта.
- Промыть глаза, нос. рот 2% раствором соды или теплой водой.
- Периодически давать вдыхать хлор с платка смоченного в растворе хлорной извести (амилнитрит).
- Прием во внутрь теплого молока с содой или щелочной минеральной воды.

- Покой. Беречь от яркого света и переохлаждения.
- Госпитализация.
-

40. Вас застала гроза придвигании на своем автомобиле.

- . Остановитесь на обочине т.к. ливень ограничивает видимость, а вспышки молнии могут ослепить Вас «в неподходящий момент».
- . Включите аварийную сигнализацию и противотуманные фонари.
- . Выключите радиоприемник и уберите антенну.
- . Двигатель периодически выключайте, а машину проветривайте.
- . Постарайтесь отключить мобильные телефоны.
- . Помните, что опасность поражения молнией витает в воздухе до тех пор пока слышны раскаты грома. Не забывайте народную мудрость «Как гром среди ясного неба».

Собираясь в поход необходимо взять с собой аптечку.

В первую группу рекомендуется включать следующие препараты:

1. Для обработки мелких ран и ожогов: раствор бриллиантовый зеленый (зеленка), фурапласт, жидкость Новикова, бактерицидный лейкопластырь, марганцовка. Последнюю хранят в виде 2—3-процентного раствора, который предназначен для обработки кожи. Для лечения слизистых оболочек этот раствор разводят в 10 раз, для промывания желудка — в 100 раз.

2. Для промывания нагноившихся ран и отмачивания присохших повязок (при любых ранах на голове и лице обязательно требуется врач): растворы перекиси водорода, хлоргексидина, таблетки фурацилина (одна таблетка 0,02 г растворяется в стакане кипятка). Для лечения мелких нагноений — этониевая, тетрациклиновая и им подобные мази, мазь «Фастин», мазь Вишневского. Для промывания глаз — цинковые капли.

3. Для лечения воспалений и ускорения заживления не гнойных ран: цинковая паста, бутадионовая мазь, метилурациловая мазь, мазь «Пропоцеум». Мази, содержащие гормонопрепараты коры надпочечников, типа фторокорта, синалара, флуцинара, используют с большой осторожностью.

4. Для лечения растяжек связок, ушибов, воспалений мышц, нервов, сухожилий и суставов: мази, предназначенные для втирания с получением феномена кожного раздражения, мази «Эвкамон», «Гевкамэн», скипидарная, бальзам «Золотая звезда», а также растворы — меновазин, капсин и тому подобные кожнораздражающие. Мази, содержащие яды животных, — апизартрон, випросал. Обязательно нужны горчичники или перцовый пластырь. Внутрь для устранения болей — ибупрофен (он же бруфен).

5. При обмороке: нашатырный спирт (осторожно на ватке дают понюхать). При острой гипертонии — кордиамин в каплях (по 30—40 капель на прием).

6. Болеутоляющие средства (они же могут быть использованы как жаропонижающие): парацетамол, фенацетин и содержащие его таблетки (феналгин, седалгин). Анальгин и его препараты, кроме того, имеют умеренное противовоспалительное действие (весьма эффективен препарат беналгин). Наиболее сильно выражено противовоспалительное действие у препаратов, содержащих ацетилсалициловую кислоту (аспирин, седалгин). Для лечения головной боли предназначены аскофен, анкофен, новоцефалгин, цитрамон. Болезненные спазмы устраняют баралгин и темпалгин.

7. Для оказания первой помощи при острых отравлениях: активированный уголь (карболен), сульфат натрия (горькая слабительная соль, глауберова соль) — одна столовая ложка на полстакана теплой воды, гидрокарбонат натрия (пищевая сода).

Вторую группу средств, применяемых для оказания первой помощи при внезапных заболеваниях или обострении хронических болезней, должны составлять следующие препараты:

1. При сильном возбуждении и неприятных переживаниях, сопровождающихся болями в области сердца: корвалол, валокордин, валокормид, настойка валерианы, капли Морозова. Эти же препараты могут быть использованы как снотворные.

2. При острых болях за грудиной и ишемической болезни: валидол, нитроглицерин, тринитролонг (первые два кладутся под язык до полного рассасывания, последний приклеивается к десне).

3. При ослаблении сердечной деятельности: кардиовален и адонизид в каплях.

4. При гипертоническом кризе: коринфар (адалат, фенигидин, нефедипин — все названия одного препарата) по 0,5—1 таблетке под язык.

5. При спазмах мускулатуры кишечника, желудка, желчного пузыря и мочеточников: ависан, холагол, эуфиллин, папаверин, дибазол, папазол, но-шпа. Эти лекарства подбираются по конкретным показателям.

6. При остром гастрите или обострении язвенной болезни: гастрофарм, вакалин, вакаир, алмагель А, кальмагин, белластезин, беллалгин, павестезин, плоды черники.

7. При запорах: бисакодил в таблетках и свечах, изоман, препараты листьев сенны и александрийского листа (глаксенна, сеннаде, антрасенил, сеннадексин), препараты ревеня и крушины.

8. При остром насморке: галазолин, санорин, нафтизин (одно из средств), мазь бороментол. При гриппе и ОРЗ (они же ОРВИ) — интерферон.

9. При воспалении слизистой оболочки рта и глотки: для полоскания применяются Перекись водорода, настойка календулы, иодиол, настойки ромашки, шалфея, отвар коры дуба, бикарбинт.

10. При бронхите с кашлем: отхаркивающие средства — нашатырно-анисовые капли, пертуссин, бронхолитин. При сухом

кашле — противокашлевые средства — тусупрлекс, либексин, фалиминт, глауцин. Очень широко применяются фитопрепараты.

Кроме того, естественно, в набор аптечки должны входить термометр медицинский, стерильные бинты, салфетки, глазные пипетки, грелка, пузырь для льда и мерные мензурки.

Данный вариант формирования индивидуальной медицинской аптечки предлагается известным фармакологом, доктором медицинских наук, лауреатом Государственной премии СССР Валентином Борисовичем Прозоровским.

Таким образом, для формирования индивидуальной аптечки есть выбор. При этом надо исходить из цели, длительности и рискованности предполагаемого путешествия, возможных клинических состояний.

[Е.А Лукьянов «Материалы к курсу «ОБЖ»,СПб государственный университет педагогического мастерства, изд.»Симпозиум» 1996г. 141с]