

Министерство образования и науки РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**ИРКУТСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Отдел по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям



**ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ**

по гражданской обороне с вновь принятыми  
работниками университета

ИЗДАТЕЛЬСТВО

Иркутского национального исследовательского технического университета  
2022г.

**Вводный инструктаж по гражданской обороне с вновь принятыми работниками университета. Памятка для самоподготовки при аттестации сотрудника.**

Составитель: Быченко И.И., начальник отдела по делам ГО и ЧС университета – Иркутск: Издательство ИРНИТУ, 2022

В данной Памятке рассмотрены основные способы защиты населения в чрезвычайных ситуациях, при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, приемы оказания первой помощи пострадавшим.

Вводный инструктаж составлен в соответствие с рекомендованной МЧС РФ Программой подготовки для вновь принятых работников университета.



**Иркутская область** - субъект Российской Федерации, расположен в юго-восточной части Сибирского федерального округа.

В состав области входят 33 муниципальных района, 9 городских округов, 67 городских поселений, 365 сельских поселений. Основная часть населения области (79%) проживает в городской местности

**Население** — 2 375 640 чел. (по состоянию на 2021г.) Плотность населения: 3,07 чел./км<sup>2</sup>. Удельный

вес городского населения: 78,58 % (2020г.).

**Общая площадь территории области** - 774,8 тыс. кв. км. От 160 до 180 дней в году держится устойчивая температура ниже 0С. Зима холодная (температура января по области от -17С до -33С).

Иркутская область богата промышленными предприятиями, транспортной инфраструктурой. На её территории действуют 4 гидроэлектростанции: Иркутская ГЭС, Братская, ГЭС, Усть-Илимская ГЭС, Мамаканская ГЭС, Иркутская ГЭС. Также между Иркутском и Шелеховом находится Ново-Иркутская ТЭЦ.

**Источниками чрезвычайных ситуаций являются:**

**Аварии (катастрофы)** Как правило, авиакатастрофы вероятны на подходе (при наборе высоты) к аэродромам. Особенно опасны аварийные ситуации с воздушными судами в зоне Иркутского аэропорта, находящегося в черте города Иркутска.

Износ парка подвижного состава, особенно ведомственной принадлежности, рельсовых путей, а также возникновение повреждений железнодорожного полотна в результате природного воздействия, могут привести к возможным сходам и крушениям железнодорожных составов практически на любых участках ВСЖД.

**Аварии на объектах, имеющих аварийно-химические опасные вещества.**

Наибольшую опасность для населения и территорий представляют производственные аварии с АХОВ на ОАО "АНХК" (г.Ангарск), ОАО "Усолъе-Сибирский химфармзавод" (г.Усолъе-Сибирское), ОАО "Саянскхимпласт" (Зиминский район), хлорных заводах ЛПК (г.г. Братск, Усть-Илимск), а также аварии на железнодорожном транспорте.

При авариях с наивысшими показателями поражающих факторов и при наихудших погодных и метеоусловиях поражающее воздействие ядовитых паров распространяется практически на всю территорию или большую ее часть в городах: Ангарск, Усолъе-Сибирское. Братск, Усть-Илимск.

Вследствие расположения указанных объектов (за исключением ОАО "Саянскхимпласт") в черте городов, даже незначительные аварии с АХОВ на этих объектах представляют опасность для населения.

**При взрывах и пожарах:**

Расположение ряда взрывоопасных объектов практически в черте населенных пунктов или в непосредственной к ним близости обуславливает возникновение зон поражения в городах Иркутск (ст. Батарейная), Зима, Нижнеудинск. Высокая горимость лесов в таких районах, как Усольский, Черемховский, Зиминский, Куйтунский, Тайшетский, Бодайбинский, Катангский, Киренский, Мамско-Чуйский, Усть-Кутский, Братский, Усть-Илимский, создает предпосылки для возникновения угрозы населенным пунктам, как непосредственно пожаром, так и сильной задымленностью.

**Наводнения.**

Опасность вызывают систематические подтопления населенных пунктов в период весенне-летнего паводка. В зону подтопления могут попасть более 57 населенных пунктов (более 4000 жилых домов, около 16000 человек), отдельные участки автомобильных дорог и линий электропередач, пешеходные и автомобильные мосты, сельскохозяйственные угодья и дачные участки.

**При радиационном и химическом загрязнении:**

Локальные зоны радиоактивного загрязнения в рамках производственной территории возможны в г. Ангарске в случае соответствующих производственных аварий. Вертикальная устойчивость АХОВ в возможных зонах химического загрязнения может достигать от нескольких минут до 2-3 часов (до конца естественной локализации). При этом в единичном очаге химического поражения может находиться до 4-5 тыс. человек.

**При землетрясении:**

Значительная часть территории области располагается в Саяно-Байкальской сейсмически опасной зоне. Очаги сильных и слабых землетрясений формируются в районах Южного и Центрального Байкала и Тункинской долины, где возможны наиболее мощные очаги землетрясений с интенсивностью в эпицентре 9-10 баллов. Среднесрочный прогноз сейсмообстановки на территории области свидетельствует о возможном возникновении очагов землетрясения, прежде всего в южной и средней частях оз. Байкал, с интенсивностью колебаний в эпицентре до 10 баллов (по шкале MSK-64). Сейсмическая активность в регионе предполагает поражающий фактор - землетрясение на юге, востоке и северо-востоке области. При этом в зону сильного землетрясения с разрушительными последствиями могут войти города Иркутск, Ангарск, Байкальск, Слюдянка, Шелехов, Усолье-Сибирское; населенные пункты Ангарского, Иркутского, Ольхонского, Слюдянского, Шелеховского районов

# ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ В ОБЛАСТИ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"

## Статья 1. Основные понятия

**Гражданская оборона** - система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

**Подготовка населения в области гражданской обороны** - система мероприятий по обучению населения действиям в случае угрозы возникновения и возникновения опасностей при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;

**нештатные формирования по обеспечению выполнения мероприятий по гражданской обороне** - формирования, создаваемые организациями из числа своих работников в целях участия в обеспечении выполнения мероприятий по гражданской обороне и проведения не связанных с угрозой жизни и здоровью людей неотложных работ при ликвидации чрезвычайных ситуаций.

## Статья 2. Задачи в области гражданской обороны

Основными задачами в области гражданской обороны являются:

- подготовка населения в области гражданской обороны;
- оповещение населения об опасностях, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
- предоставление населению средств индивидуальной и коллективной защиты;
- проведение мероприятий по световой маскировке и другим видам маскировки;
- проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в случае возникновения опасностей для населения при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- первоочередное жизнеобеспечение населения, пострадавшего при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;

- борьба с пожарами, возникшими при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов;
- обнаружение и обозначение районов, подвергшихся радиоактивному, химическому, биологическому или иному заражению;
- санитарная обработка населения, обеззараживание зданий и сооружений, специальная обработка техники и территорий;
- восстановление и поддержание порядка в районах, пострадавших при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- срочное восстановление функционирования необходимых коммунальных служб в военное время;
- срочное захоронение трупов в военное время;
- обеспечение устойчивости функционирования организаций, необходимых для выживания населения при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- обеспечение постоянной готовности сил и средств гражданской обороны.

#### **Статья 9. Полномочия организаций в области гражданской обороны**

1. Организации в пределах своих полномочий и в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации:

планируют и организуют проведение мероприятий по гражданской обороне; проводят мероприятия по поддержанию своего устойчивого функционирования в военное время; осуществляют подготовку своих работников в области гражданской обороны; создают и содержат в целях гражданской обороны запасы материально-технических, продовольственных, медицинских и иных средств.

2. Организации, отнесенные в установленном порядке к категориям по гражданской обороне, создают и поддерживают в состоянии готовности нештатные формирования по обеспечению выполнения мероприятий по гражданской обороне.

#### **Статья 10. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны**

Граждане Российской Федерации в соответствии с федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации:

- проходят подготовку в области гражданской обороны;
- принимают участие в проведении других мероприятий по гражданской обороне;

- оказывают содействие органам государственной власти и организациям в решении задач в области гражданской обороны.

### **Статья 11. Руководство гражданской обороной**

1. Руководство гражданской обороной в Российской Федерации осуществляет Правительство Российской Федерации.

4. Руководители федеральных органов исполнительной власти, высшие должностные лица субъектов Российской Федерации (руководители высших исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации), должностные лица местного самоуправления, возглавляющие местные администрации (исполнительно-распорядительные органы муниципальных образований), **и руководители организаций несут персональную ответственность за организацию и проведение мероприятий по гражданской обороне и защите населения.**

### **Статья 12. Органы, осуществляющие управление гражданской обороной**

4) структурные подразделения (работники) организаций, уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны, создаваемые (назначаемые) в порядке, установленном Правительством Российской Федерации.

### **Статья 18. Финансирование мероприятий по гражданской обороне и защите населения**

4. Обеспечение мероприятий по гражданской обороне, проводимых организациями, осуществляется за счет средств организаций.

### **Статья 19. Ответственность за нарушение законодательства Российской Федерации в области гражданской обороны**

Неисполнение должностными лицами и гражданами Российской Федерации обязанностей в области гражданской обороны влечет ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

### **Федеральный закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера"**

**Чрезвычайная ситуация** - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, распространения заболевания, представляющего опасность для окружающих, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей

#### **Статья 4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций функционирует на федеральном, межрегиональном, региональном, муниципальном и объектовом уровнях.

##### **Основными задачами единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций являются:**

- разработка и реализация правовых и экономических норм по обеспечению защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в том числе по обеспечению безопасности людей на водных объектах;
- обеспечение готовности к действиям органов управления, сил и средств, предназначенных и выделяемых для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- сбор, обработка, обмен и выдача информации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях, в том числе организация разъяснительной и профилактической работы среди населения в целях предупреждения возникновения чрезвычайных ситуаций на водных объектах;
- организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях и информирования населения о чрезвычайных ситуациях, в том числе экстренного оповещения населения;
- прогнозирование угрозы возникновения чрезвычайных ситуаций, оценка социально-экономических последствий чрезвычайных ситуаций;
- создание резервов финансовых и материальных ресурсов для ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- осуществление государственной экспертизы, государственного надзора в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- ликвидация чрезвычайных ситуаций;
- осуществление мероприятий по социальной защите населения, пострадавшего от чрезвычайных ситуаций, проведение гуманитарных акций;
- реализация прав и обязанностей населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций, а также лиц, непосредственно участвующих в их ликвидации;
- международное сотрудничество в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в том числе обеспечения безопасности людей на водных объектах.

##### **Статья 4.1. Функционирование органов управления и сил единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций**

б. Органы управления и силы единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций функционируют в режиме:

- а) повседневной деятельности - при отсутствии угрозы возникновения чрезвычайной ситуации;
- б) повышенной готовности - при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;
- в) чрезвычайной ситуации - при возникновении и ликвидации чрезвычайной ситуации.

#### **Статья 14. Обязанности организаций в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций**

Организации обязаны:

- а) планировать и осуществлять необходимые меры в области защиты работников организаций и подведомственных объектов производственного и социального назначения от чрезвычайных ситуаций;
- б) планировать и проводить мероприятия по повышению устойчивости функционирования организаций и обеспечению жизнедеятельности работников организаций в чрезвычайных ситуациях;
- в) обеспечивать создание, подготовку и поддержание в готовности к применению сил и средств предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, осуществлять подготовку работников организаций в области защиты от чрезвычайных ситуаций;
- г) создавать и поддерживать в постоянной готовности локальные системы оповещения о чрезвычайных ситуациях в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
- д) обеспечивать организацию и проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ на подведомственных объектах производственного и социального назначения и на прилегающих к ним территориях в соответствии с планами действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- е) финансировать мероприятия по защите работников организаций и подведомственных объектов производственного и социального назначения от чрезвычайных ситуаций;
- ж) создавать резервы финансовых и материальных ресурсов для ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- з) оповещать работников организаций об угрозе возникновения или о возникновении чрезвычайных ситуаций;
- и) предоставлять в установленном порядке федеральному органу исполнительной власти, уполномоченному на решение задач в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, участки для установки специализированных технических средств оповещения и информирования населения в местах массового пребывания людей,

осуществлять в установленном порядке распространение информации в целях своевременного оповещения и информирования населения о чрезвычайных ситуациях, подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций путем предоставления и (или) использования имеющихся у организаций технических устройств для распространения продукции средств массовой информации, а также каналов связи, выделения эфирного времени и иными способами.

**Руководитель организации, на территории которой может возникнуть или возникла чрезвычайная ситуация,** вводит режим повышенной готовности или чрезвычайной ситуации для органов управления и сил единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций и принимает решение об установлении уровня реагирования и о введении дополнительных мер по защите от чрезвычайной ситуации работников данной организации и иных граждан, находящихся на ее территории, а также о проведении эвакуационных мероприятий.

Руководитель организации, на территории которой может возникнуть или возникла чрезвычайная ситуация, и назначенный им руководитель ликвидации чрезвычайной ситуации несут ответственность за проведение работ по предотвращению и ликвидации чрезвычайной ситуации на территории данной организации в соответствии с законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации.

## **Статья 18. Права граждан Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций**

1. Граждане Российской Федерации имеют право:

- на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- в соответствии с планами действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций использовать средства коллективной и индивидуальной защиты и другое имущество органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления и организаций, предназначенное для защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны, и о мерах необходимой безопасности;
- обращаться лично, а также направлять в государственные органы и органы местного самоуправления индивидуальные и коллективные обращения по вопросам защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в том числе обеспечения безопасности людей на водных объектах;

- участвовать в установленном порядке в мероприятиях по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- на возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие чрезвычайных ситуаций;
- на медицинское обслуживание, компенсации и социальные гарантии за проживание и работу в зонах чрезвычайных ситуаций;
- на получение компенсаций и социальных гарантий за ущерб, причиненный их здоровью при выполнении обязанностей в ходе ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- на пенсионное обеспечение в случае потери трудоспособности в связи с увечьем или заболеванием, полученным при выполнении обязанностей по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в порядке, установленном для работников, инвалидность которых наступила вследствие трудового увечья;
- на пенсионное обеспечение по случаю потери кормильца, погибшего или умершего от увечья или заболевания, полученного при выполнении обязанностей по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в порядке, установленном для семей граждан, погибших или умерших от увечья, полученного при выполнении гражданского долга по спасению человеческой жизни, охране собственности и правопорядка;
- на получение бесплатной юридической помощи в соответствии с законодательством Российской Федерации.

2. Порядок и условия, виды и размеры компенсаций и социальных гарантий, предоставляемых гражданам Российской Федерации в соответствии с пунктом 1 настоящей статьи, устанавливаются законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации.

## **Статья 19. Обязанности граждан Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций**

Граждане Российской Федерации обязаны:

- соблюдать законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации, законы и иные нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и технологической дисциплины, требований экологической безопасности, которые могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций;
- изучать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, приемы оказания первой помощи пострадавшим, правила охраны жизни людей на водных объектах, правила пользования

коллективными и индивидуальными средствами защиты, постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в указанной области;

- выполнять установленные в соответствии с настоящим Федеральным законом правила поведения при введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации;
- при необходимости оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ;
- эвакуироваться с территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или из зоны чрезвычайной ситуации при получении информации о проведении эвакуационных мероприятий.

#### **Статья 20. Подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций**

Порядок подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций определяется Правительством Российской Федерации.

- Постановление Правительства РФ от 02.11.2000 N 841 (ред. от 11.09.2021) "Об утверждении Положения о подготовке населения в области гражданской обороны"
- Постановление Правительства РФ от 18.09.2020 N 1485 "Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера"

#### **4. Подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций предусматривает:**

- а) для физических лиц, состоящих в трудовых отношениях с работодателем, - инструктаж по действиям в чрезвычайных ситуациях не реже одного раза в год и при приеме на работу в течение первого месяца работы, самостоятельное изучение порядка действий в чрезвычайных ситуациях, участие в учениях и тренировках;
- б) для физических лиц, не состоящих в трудовых отношениях с работодателем, - проведение бесед, лекций, просмотр учебных фильмов, привлечение на учения и тренировки по месту жительства, самостоятельное изучение пособий, памяток, листовок и буклетов, прослушивание радиопередач и просмотр телепрограмм по вопросам защиты от чрезвычайных ситуаций.

#### **Федеральный закон от 21 ноября 2011 года N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»**

##### **Статья 31. Первая помощь**

Первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами,

обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом и имеющими соответствующую подготовку, в том числе сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб

### **Административная ответственность в области обеспечения мероприятий по гражданской обороне и защите от чрезвычайных ситуаций:**

#### **Статья 20.5. Нарушение требований режима чрезвычайного положения**

Нарушение требований режима чрезвычайного положения (за исключением нарушения правил комендантского часа) - влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от пятисот до одной тысячи рублей или административный арест на срок до тридцати суток; на должностных лиц - от одной тысячи до двух тысяч рублей или административный арест на срок до тридцати суток.

#### **Статья 20.6. Невыполнение требований норм и правил по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций**

1. Невыполнение предусмотренных законодательством обязанностей по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера, а равно невыполнение требований норм и правил по предупреждению аварий и катастроф на объектах производственного или социального назначения, за исключением случаев, предусмотренных статьей 8.50 настоящего Кодекса, - влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей; на юридических лиц - от ста тысяч до двухсот тысяч рублей.

2. Непринятие мер по обеспечению готовности сил и средств, предназначенных для ликвидации чрезвычайных ситуаций, за исключением случаев, предусмотренных статьей 8.50 административного Кодекса, а равно несвоевременное направление в зону чрезвычайной ситуации сил и средств, предусмотренных утвержденным в установленном порядке планом ликвидации чрезвычайных ситуаций, - влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей.

#### **Статья 20.6.1. Невыполнение правил поведения при чрезвычайной ситуации или угрозе ее возникновения**

1. Невыполнение правил поведения при введении режима повышенной готовности на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации, за исключением случаев, предусмотренных частью 2 статьи 6.3 административного Кодекса, - влечет предупреждение или наложение административного штрафа на

граждан в размере от одной тысячи до тридцати тысяч рублей; на должностных лиц - от десяти тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от тридцати тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на юридических лиц - от ста тысяч до трехсот тысяч рублей.

2. Действия (бездействие), предусмотренные частью 1 настоящей статьи, повлекшие причинение вреда здоровью человека или имуществу, за исключением случаев, предусмотренных частью 3 статьи 6.3 административного Кодекса, если эти действия (бездействие) не содержат уголовно наказуемого деяния, либо повторное совершение административного правонарушения, предусмотренного частью 1 настоящей статьи, - влекут наложение административного штрафа на граждан в размере от пятнадцати тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на должностных лиц - от трехсот тысяч до пятисот тысяч рублей или дисквалификацию на срок от одного года до трех лет; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от пятисот тысяч до одного миллиона рублей или административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток; на юридических лиц - от пятисот тысяч до одного миллиона рублей или административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток.

#### **Статья 20.7. Невыполнение требований и мероприятий в области гражданской обороны**

1. Невыполнение установленных федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации специальных условий (правил) эксплуатации технических систем управления гражданской обороны и объектов гражданской обороны, использования и содержания систем оповещения, средств индивидуальной защиты, другой специальной техники и имущества гражданской обороны - влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от пяти тысяч до десяти тысяч рублей; на юридических лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей.

2. Невыполнение мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, - влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей; на юридических лиц - от ста тысяч до двухсот тысяч рублей.

## **ПОРЯДОК ОПОВЕЩЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

В настоящее время существует один условный сигнал оповещения населения - сигнал «**ВНИМАНИЕ ВСЕМ!**» который передаётся завывающим звуком электрических и электронных сирен. Подача звукового сигнала оповещения населения «**ВНИМАНИЕ ВСЕМ!**» продолжается 3-4 минуты.

**По этому сигналу необходимо:**

включить радиоприемники, телевизоры, абонентские точки проводного вещания для прослушивания соответствующей информации о возникшей опасности и порядке действий.

Поскольку сигнал может не дойти до каждого человека, получив информацию, граждане должны проинформировать членов своей семьи, соседей, коллег и действовать в соответствии с ранее приобретенными знаниями и навыками.

**Если сигнал застал вас в университете, то следует отключить всё электрооборудование, в лаборатории принять меры к снижению давления воздуха, пара, воды, газа и др., в аудитории закрыть плотно окна, при возможности зашторить.**

**Спокойно и без паники ожидать сообщения отдела по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям университета в той аудитории, в которой на момент сигнала вы находитесь, не предпринимайте личных действий по выяснению причин о чрезвычайной ситуации.**

### **ЭВАКУАЦИЯ.**

**Общее понятие и порядок осуществления. Особенности проведения эвакуационных мероприятий в университете.**

*Основным из способов защиты личного состава университета при чрезвычайных, кризисных ситуациях и военного времени является ЭВАКУАЦИЯ.*

**Экстренная эвакуация** из учебных корпусов осуществляется в зависимости от обстановки по решению ректора, председателя комиссии по чрезвычайным ситуациям и обеспечению пожарной безопасности и начальника отдела по делам ГО и ЧС университета. **Маршрут движения** указывают сотрудники управления безопасности, бойцы нештатного формирования ГО охраны общественного порядка, а также диктор через громкоговорящую связь.

**Заблаговременная эвакуация. Узнав о предстоящей эвакуации Вам необходимо:**

- в квартире (доме) снимают гардины и занавеси с окон, убирают в теневые места легковоспламеняющиеся предметы, выключают электроприборы и газ, перекрывают водоснабжение, закрывают форточки, окна и двери;

**СОБРАТЬ:**

- из вещей самое необходимое – одежду, обувь, белье, туалетные принадлежности. Желательно иметь плащ и спортивный костюм, обувь на резиновой подошве;

- средства индивидуальной защиты и аптечку. Промышленные средства индивидуальной защиты выдаются сотрудникам по распоряжению ректора;

- не скоропортящиеся продукты питания и питьевую воду на 2-3 суток;

- документы: паспорт, военный билет, дипломы, аттестаты, свидетельства о браке и рождении детей, трудовая книжка или пенсионное удостоверение.

*Количество вещей и продуктов питания должно быть рассчитано, что человеку придется нести самому, если транспортом, то не более 50 кг.*

Все должно быть упаковано в рюкзак или чемодан. К ним прикрепляют бирку с обозначением на ней: ФИО, адреса постоянного места жительства и конечного пункта эвакуации. Необходимо позаботиться о том, чтобы на одежде детей были надписи с фамилиями, именами и адресами, а также детский противогаз.

**В назначенное время обязаны прибыть на место сбора своего подразделения и зарегистрироваться у старших в колонне.**

**ОБЩАЯ СВОДКА  
по колоннам**

Номер колонн	Место сбора эваконаселение	Подразделения
1	2	3
1	Игошина, 9 ФОК	<p>Ректорат                      Второй отдел                      Режимно-секретный отдел                      Отдел по делам ГО и ЧС                      Лаборатория экологического мониторинга природных и техногенных сред                      Пресс-служба                      Отдел контрольно-ревизионной деятельности и профилактики правонарушений                      Юридическая служба                      Военный учебный центр                      Дирекция международной деятельности                      Управление планирования, бухгалтерского учета и аудита                      Управление научной деятельности                      Службы административно-хозяйственной деятельности                      Учебно-методическое управление, библиотека</p>
2	Игошина, 9 ФОК	<p>Управление по работе с персоналом и обучающимися                      Управление маркетинга образовательных услуг и реализации общеобразовательных программ                      Управление безопасности                      Управление по спортивным сооружениям                      Институт Заочно - вечернего обучения                      Технопарк ИРНТУ - Бизнес-инкубатор                      Управление по дополнительному образованию и социальной работе                      Управление по молодежной политике                      Учебно-тренажерный центр нефтегазового дела УТЦ НГД</p>

		Управление кампусом Комбинат питания
<b>3</b>		
<b>4</b>	Общежитие №2, Лермонтова, 87	Институт недропользования
<b>5</b>		
<b>6</b>	Общежитие №9, Курчатова, 12	Институт экономики управления и права
<b>7</b>		
<b>8</b>	Общежитие №9, Курчатова, 12	Институт лингвистики и межкультурной коммуникации  Институт информационных технологий и анализа данных
<b>9</b>	Игошина 5/2 Общежитие 13	Институт информационных технологий и анализа данных
<b>10</b>	Игошина 5/2 Общежитие 13	Институт высоких технологий
<b>11</b>		
<b>12</b>	Общежитие №7, Игошина, 6	Институт архитектуры, строительства и дизайна
<b>13</b>		
<b>14</b>	Общежитие № 12, Игошина, 1	Институт авиамашиностроения и транспорта
<b>15</b>		
<b>16</b>	Общежитие № 12, Игошина, 1	Байкальский институт "БРИКС" – 400 Управление информатизации Управление-информационно технологического обеспечения

<b>17</b>	Общежитие №5, Игошина, 2	Институт энергетики КУИЦ"ЕвроСибЭнерго-ИРНИТУ" Институт «Сибирская школа геонаук (Siberian School of Geosciences)» Научно-исследовательская часть
<b>18</b>	Общежитие №5, Игошина, 2	Институт архитектуры, строительства и дизайна
<b>19</b>	Лермонтова, 104	Геологоразведочный техникум
<b>20</b>		
<b>21</b>	Общежитие № 15, Баррикад, 153	Машиностроительный колледж
<b>22</b>	г. Усолье-Сибирское, ул. Менделеева, 65.	Филиал ИРНИТУ в г. Усолье – Сибирское

## **ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА**

### **ВОЗГОРАНИЕ в КВАРТИРЕ (аудитории).**

Сообщите о пожаре в пожарную охрану – по телефону на номер 01, 112. Отправьте на улицу престарелых и детей. Отключите автомат в щитке вашей квартиры. Если нет опасности поражения электротоком, приступайте к тушению пожара водой, используйте плотную мокрую ткань. Струю воды направляйте на очаги наиболее сильного горения. Время от времени меняйте направление струи, чтобы предупредить распространение огня. Не следует лить воду по дыму или верхнюю часть пламени. При тушении горячей мебели распределяйте воду по возможности большей поверхности, охваченной огнем. Горящие занавески, гардины, шторы сорвите и тушите на полу, так же на полу тушите горящую одежду. Горючие жидкости тушить водой нельзя. Тушите землей, песком, огнетушителем, а если нет – накройте горящее пятно смоченной в воде плотной тяжелой тканью. *Горящую электропроводку под током забрасывайте землей, песком или тушите углекислотным огнетушителем.*

**При пожаре не в коем случае не открывайте окна и двери, так как поток воздуха способствует распространению огня.**

Если Вам не удастся собственными силами ликвидировать пожар, выйдите из квартиры, закрыв за собой дверь. Немедленно сообщите об обстановке соседям и жильцам, выше-ниже находящихся квартир. Обязательно встретьте пожарных.

Если из-за высокой температуры невозможно выйти из квартиры через лестничную площадку, попытайтесь проделать путь до двери ползком, так как температура у пола значительно ниже, чем во всей квартире. При неудаче пробуйте покинуть квартиру, используя балконную пожарную лестницу, а при ее отсутствии выйдите на балкон или лоджию, закрыв за собой дверь и зовите на помощь прохожих.

### **ЗАПАХ ДЫМА (ГАРИ) на ЛЕСТНИЧНОЙ ПЛОЩАДКЕ.**

Постарайтесь выяснить место горения (мусоросборник, почтовый ящик, соседняя квартира), что именно горит (бытовой мусор, газеты, вата, бумага, горючие жидкости, резина).

Если возгорание серьезное, вызовите пожарную охрану. Начинайте тушить очаг возгорания подручными средствами. При необходимости позовите на помощь соседей. Если из горящей квартиры раздаются крики о помощи, а дверь заперта, вскрывайте ее.

Если пожар охватил соседние квартиры и подъезд, а воспользоваться пожарной лестницей для выхода невозможно, то оставайтесь у себя в квартире и плотно закройте входную дверь. Это предотвратит доступ в вашу квартиру дыма и едких продуктов горения.

Для прекращения доступа в квартиру едких продуктов горения, которые могут вызвать отравление, закройте вентиляционные отверстия и двери мокрыми одеялами и простынями, щели в дверных коробах заделайте увлажненными тряпками и ватой. Укрыться в подобных случаях можно также на лоджии (балконе), закрыв при этом плотно дверь на лоджию или балкон. При приезде пожарных дайте им знать о себе и попросите помощи.

Если дверь вашей квартиры загорелась снаружи, то не открывайте ее, а поливайте ее, поливайте водой изнутри, попросите соседей начать тушение снаружи. При пожаре в подъезде ни в коем случае не пользуйтесь лифтом.

**ЗАГОРЕЛАСЬ ОДЕЖДА на ЧЕЛОВЕКЕ. При загорании одежды ни в коем случае не бегайте – это способствует усилению пламени.**

Сбросьте с себя горящую одежду или помогите сделать это тому, на ком загорелась одежда. Если сбросить одежду не удастся, накиньте на горящего человека пальто, одеяло и т.д., оставив голову открытой, чтобы человек не задохнулся от продуктов горения. Если ни пальто, ни другой плотной ткани нет, надо просто кататься по земле.

Окажите первую помощь пострадавшему: при легких и средних ожогах наложите на них стерильную повязку. Не смазывайте пораженные участки

кожи мазями и жирами; при тяжелых ожогах заверните пострадавшего в чистую простыню, укройте потеплее; дайте 1-2 таблетки анальгина или другого болеутоляющего средства, напоите теплым чаем и создайте покой до прибытия врача; при шоке дайте пострадавшему, успокоительное средство.

**ЗАПАХ АММИАКА в КВАРТИРЕ, на БАЛКОНЕ, ВИДЕН ЗАТУМАНЕННЫЙ ВОЗДУХ (авария на химически опасном объекте).** **Помните! Аммиак легче воздуха, бесцветный газ, с резким запахом, его пары поднимаются вверх и передвигаются ветром.** Хорошо растворим в воде, опасен при вдыхании. Ваши действия – наложите на лицо ватно-марлевую повязку, смоченную в 2% растворе лимонной или уксусной кислоты или водой. Закройте окна, форточки, двери. Включите радио, телевизор и прослушайте сообщение органов МЧС. Сообщите об опасности соседям. Произведите герметизацию квартиры. Не пользуйтесь открытым огнем, в помещении при смешивании аммиака с воздухом может образоваться взрывоопасная смесь. Если облако не исчезает и запах не уменьшается, выходите из зоны заражения перпендикулярно направлению ветра. Выходить надо обязательно в ватно-марлевой повязке. Верхнюю одежду плотно застегните, поднимите воротник, наденьте головной убор.

**ЕСЛИ ПРОИЗОШЛО ОТРАВЛЕНИЕ АММИАКОМ (ощущение удушья, кашель, раздражение кожи, слезотечение, рези в глазах, насморк, боли в желудке).** Вынесите пострадавшего на свежий воздух, обеспечьте покой. Давайте пить только теплое молоко с боржомом или питьевой содой. При наличии принимайте кодеин по 1 таблетке 2 раза в день. При спазмах горла положите теплую грелку на область шеи. Принимайте теплые водные ингаляции. В домашних условиях дышите воздухом над нагретой кастрюлей с водой. При поражении кожи обильно промойте ее не менее 15 минут водой или 2% раствором борной кислоты. В глаза закапать 30% раствор альбумида, в нос – теплое оливковое масло. **Делать искусственное дыхание запрещается.**

**ЗАПАХ ХЛОРА в КВАРТИРЕ, на БАЛКОНЕ, ВИДЕН ЗАТУМАНЕННЫЙ ВОЗДУХ (авария на химически опасном объекте, утечка или разлив хлора).** **Помните! Хлор тяжелее воздуха, его пары распространяются по поверхности земли, зеленовато-желтого цвета с резким запахом, мало растворим в воде.** Наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, смоченную в 2% растворе питьевой соды. Закройте все окна и двери. Включите радио, телевизор и прослушайте сообщения органов МЧС. Сообщите об опасности соседям. Если облако не исчезает, выходите из зоны заражения перпендикулярно направлению ветра, обходя низкие участки, подвалы, тоннели, обязательно в средствах индивидуальной защиты органов

дыхания и кожи (табельных и подручных). **При невозможности выйти из зоны заражения поднимитесь на верхние этажи здания.**

**ОТРАВЛЕНИЕ ХЛОРОМ (возникновение сухого кашля, одышки, рези в глазах, слезотечение, резкая загрудинная боль, как при сердечном приступе)**

Вынесите пострадавшего на свежий воздух, обеспечьте полный покой. При остановке дыхания сделайте искусственное дыхание. Дайте вдыхать нашатырный спирт. Кожные покровы, рот, нос промойте 2% раствором питьевой соды. Давайте пить теплое молоко с боржомом или содой, кофе. При продолжении удушья обратитесь к медицинским работникам.

### **УГАРНЫЙ ГАЗ.**

Обнаружив пострадавшего, выводите (выносите) его в безопасное место, обернув его голову плотной мокрой тканью, укрыть одеялом, накидкой. Опасную зону следует преодолевать быстро и осторожно, места открытого огня — бегом. Травмы и гибель людей при пожарах происходят от удушья, отравления токсичными продуктами горения, теплового поражения, падения на землю при самостоятельном оставлении зоны пожара, при взрыве и падении предметов, во время давки при панике.

При

#### **Симптомы:**

**при лёгком отравлении:** концентрация 0,08 % CO во вдыхаемом воздухе у человека появляются головная боль, удушье, стук в висках, головокружение, боли в груди, сухой кашель, слезотечение, тошнота, рвота, возможны зрительные и слуховые галлюцинации, покраснение кожных покровов, карминнокрасная окраска слизистых оболочек, тахикардия, повышение артериального давления;

**при отравлении средней тяжести:** концентрация CO до 0,32 % человек чувствует сонливость, возможен двигательный паралич, потеря сознания (смерть наступает через 30 минут);

#### **при тяжёлом отравлении:**

концентрация выше 1,2 % коматозное состояние, сознание теряется после 2-3 вдохов, человек умирает менее чем через 3 минут, судороги, непроизвольное отхождение мочи и кала, нарушение дыхания, которое становится непрерывным, иногда типа Чейна-Стокса, расширение зрачков с ослабленной реакцией на свет, резкий цианоз (посинение) слизистых оболочек и кожи лица. Смерть обычно наступает на месте происшествия в результате остановки дыхания и падения сердечной деятельности.

### **ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ**

Вынести пострадавшего из помещения с высоким содержанием угарного газа. Если отравление произошло при использовании дыхательного аппарата, его следует заменить.

При слабом поверхностном дыхании или его остановке начать искусственное дыхание.

**Способствуют ликвидации последствий отравления:** растирание тела, прикладывание грелки к ногам, кратковременное вдыхание нашатырного спирта (тампон со спиртом должен находиться не ближе, чем 1 см, тампоном нужно помахивать перед носом что очень важно, так как при прикосновении тампона к носу из-за мощного воздействия нашатырного спирта на дыхательный центр может наступить его паралич). Больные с тяжёлым отравлением подлежат госпитализации, так как возможны осложнения со стороны лёгких и нервной системы в более поздние сроки.

**РТУТЬ и ее соединения ЯДОВИТЫ.** Она легко испаряется даже при низкой температуре. Ее пары имеют свойства не накапливаться в нижних очагах: при разливе они равномерно распространяются по всему объему, сорбируясь тканями, деревянными изделиями, материалами различной конструкции. При температуре свыше +25 °С, +28°С снова попадают в воздух. Пары ртути обладают ярко выраженной нейротоксичностью.

**Если произошла утечка ртути.** Ртуть собрать с помощью кисточки из медной (латунной) проволоки или обыкновенной медицинской «груши», а также листками бумаги, свернутыми в конусную трубку. Все собранные шарики опасного вещества поместить в стеклянную тару с водой и герметично закрыть. После сбора серебристого вещества зараженная поверхность обрабатывается химическим способом – содовым раствором, 20% раствором хлористого железа или перманганата калия (марганцовка). Выполнять работу только в средствах индивидуальной защиты (респираторы, резиновые перчатки).

**ОТРАВЛЕНИЕ ПАРАМИ РТУТИ.** Симптомы: появляются через 8-24 часа, общая слабость головная боль, боли при глотании, повышение температуры. Несколько позже – болезненность десен, боли в животе, желудочные расстройства, иногда воспаление легких. В тяжелых случаях дрожание рук, век, ног.

**Помощь.** Немедленно через рот обильно промойте желудок водой, используя активированный уголь 20-30 грамм на стакан воды. Затем выпить молока и слабительного (вместо молока годится сбитый с водой яичный белок). Обратитесь к врачу.

## **ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА**

**ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ.** Ощувив колебания здания, увидев качание светильников, падение предметов, услышав нарастающий гул и звон бьющегося стекла, не поддавайтесь панике (*от момента, когда Вы*

*почувствовали первые толчки до опасных для здания колебаний у Вас есть 15-20 секунд).* Быстро выйдите из здания. Покидая помещение спускайтесь по лестнице, а не на лифте. Оказавшись на улице – оставайтесь там, но не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.

Сохраняйте спокойствие и постарайтесь успокоить других! Если Вы вынужденно остались в помещении, то встаньте в безопасном месте: у внутренней стены, в углу, во внутреннем стенном проеме или у несущей опоры. Если возможно, спрячьтесь под стол – он защитит вас от падающих предметов и обломков. Держитесь подальше от окон и тяжелой мебели. Если с Вами дети – укройте их собой. Не пользуйтесь свечами, спичками, зажигалками – при утечке газа возможен пожар. Держитесь в стороне от нависающих балконов, карнизов, парапетов, опасайтесь оборванных проводов. Если находитесь в автомобиле – не покидайте его, пока толчки не прекратятся.

По окончании толчков. Отключите электричество в квартире. Помните, что при сильном землетрясении электричество в городе отключается автоматически. Не пользуйтесь открытым огнем. Спускаясь по лестнице, будьте осторожны, убедитесь в ее прочности. Не подходите к явно поврежденным зданиям, не входите в них. Будьте готовы к сильным повторным толчкам, так как наиболее опасны первые 2-3 часа после землетрясения. Не выдумывайте и не передавайте никаких слухов о возможных повторных толчках. Пользуйтесь официальными сведениями. Если вы оказались в завале, спокойно оцените обстановку, по возможности окажите себе медицинскую помощь. Постарайтесь установить связь с людьми, находящимися вне завала (голосом, **стуком**). Воду из бачка можно пить, а трубы и батареи использовать для подачи сигнала. Экономьте силы. Человек может обходиться без пищи более полумесяца.

**БУРЯ, УРАГАН, СМЕРЧ.** Если ураган (буря, смерч) застал Вас в здании, отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ваннных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, закройте краны на газовых сетях. В темное время суток используйте фонари; включите радиоприемник для получения информации управления ГО; по возможности, находитесь в заглубленном укрытии, погребках и т.п.. Если ураган, буря, смерч застали Вас на улицах населенного пункта, держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства. Не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

При снежной буре укрывайтесь в зданиях. Если оказались в поле или на проселочной дороге, выходите на магистральные дороги, которые периодически очищаются и где большая вероятность оказания Вам помощи.

При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, куском ткани, а глаза очками. При поступлении сигнала о приближении смерча необходимо немедленно спуститься в укрытие, подвал дома или погреб, либо укрыться под кроватью и другой прочной мебелью. Если смерч застает Вас на открытой местности, укрывайтесь на дне дорожного кювета, в ямах, рвах, узких оврагах, плотно прижимаясь к земле, закрыв голову одеждой или ветками деревьев. Не оставайтесь в автомобиле, выходите из него и укройтесь.

**НАВОДНЕНИЕ.** При угрозе эвакуации все вещи и продукты (желательно герметически упаковать) лучше всего уложить в рюкзак или в сумку. Службы ГО и защиты населения от ЧС объявят о направлении и способе эвакуации из зоны наводнения. В конечном пункте эвакуации необходимо зарегистрироваться. Кроме лодок и плотов для вынужденного плавания можно использовать бочки, бревна, двери, щиты, всплывшие деревянные дома, обломки деревянных заборов, столбы и автомобильные камеры.

В любом случае необходимо как можно быстрее занять возвышенное место и находиться там до прибытия помощи или спада воды. Чтобы спасатели смогли быстрее найти потерпевших, надо в светлое время суток вывешивать на высокое место белое или цветное полотно, а в темное – подавать световые сигналы. При подходе спасателей спокойно, без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности, переходите в плавательное средство. При этом неукоснительно соблюдайте требования спасателей, не допускайте перегрузки плавсредств. Во время движения не покидайте установленных мест, не садитесь на борта. В ходе самостоятельного выдвижения не прекращайте подавать сигнал бедствия. Оказывайте помощь людям, плывущим в воде и утопающим. Бросьте тонущему человеку плавающий предмет, ободрите его, позовите помощь. Добираясь до пострадавшего, вплавь, учтите течение реки. Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и, захватив его за волосы, буксируйте к берегу.

После того, как вода сошла, надо с осторожностью входить в здания, предварительно убедившись, что конструкции не пострадали. Прежде чем задерживаться в помещении, следует проверить, открыв все окна, двери, и ни в коем случае не включать электричество и не зажигать огонь, пока не убедитесь, что отсутствует утечка газа. Пользоваться электричеством, газом, водопроводом, канализацией можно только после того, как разрешат специалисты.

**ГОЛОЛЕД (ГОЛОЛЕДИЦА).** Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте малоскользкую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта.

При получении травмы обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи. Оформите бюллетень или справку о травме, которые могут быть использованы Вами при обращении в суд по месту жительства или месту получения травмы с иском о возмещении ущерба.

**ЗАСУХА (СИЛЬНАЯ ЖАРА)** Избегайте воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) и головной убор. Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться. Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма. Посоветуйтесь с врачом, требуется ли вам дополнительное употребление соли во время жары. При тепловом поражении немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих, проведите реанимационные мероприятия (делайте массаж сердца и искусственное дыхание). Помните, что вовремя жары возрастает опасность пожаров.

**ГРОЗА.** Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае срочно примите меры предосторожности. Если Вы находитесь в сельской местности: закройте окна, двери, дымоходы и вентиляционные отверстия. Не растапливайте печь, поскольку высокотемпературные газы, выходящие из печной трубы, имеют низкое сопротивление. Не разговаривайте по телефону: линия иногда попадает в натянутые между столбами провода.

Во время ударов молнии не подходите близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, не стойте рядом с окном, по возможности выключите телевизор, радио и другие электроприборы.

Если Вы находитесь в лесу, то укройтесь на низкорослом участке леса. Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно сосен, дубов и тополей.

Не находитесь в водоеме или на его берегу. Отойдите от берега, спуститесь с возвышенного места в низину.

В степи, поле или при отсутствии укрытия (здания) не ложитесь на землю, подставляя электрическому току все свое тело, а сядьте на корточки в ложбине, овраге или другом естественном углублении, обхватив ноги руками.

Если грозовой фронт настиг Вас во время занятий спортом, то немедленно прекратите их. Металлические предметы (мотоцикл, велосипед, ледоруб и т.п.) положите в сторону, отойдите от них на 20-30 метров.

Если гроза застала Вас в автомобиле, не покидайте его, при этом закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

**ПОЖАР в ЛЕСУ или на ТОРФЯНИКЕ.** Если Вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике и у Вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны. Организуйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. **Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня.** Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой. Выйдя на открытое пространство или поляну, дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот, и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой. После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению. Знайте, сигналы оповещения о приближении зоны пожара к населенному пункту и принимайте участие в организации тушения пожаров. Пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами. Торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой воды. При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с ними зрительную и звуковую связь. При тушении торфяного пожара учитывайте, что в зоне горения могут образовываться глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, предварительно проверив глубину выгоревшего слоя.

# АЛГОРИТМЫ ДЕЙСТВИЙ В ОКАЗАНИИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ НА МЕСТЕ ПРОИСШЕСТВИЯ

## ПРИЗНАКИ БИОЛОГИЧЕСКОЙ СМЕРТИ

- симптом “кошачий глаз” (при боковом сдавлении глазного яблока зрачок трансформируется в вертикальную веретенообразную щель);
  - отсутствие дыхания;
  - отсутствие сердцебиения;
  - отсутствие чувствительности на болевые и термические раздражители;
  - снижение температуры тела;
  - помутнение и высыхание роговицы глаза;
  - отсутствие рвотного рефлекса;
  - трупные пятна сине-фиолетового или багрово-красного цвета на коже лица, груди, живота;
  - трупное окоченение, проявляющееся через 2–4 ч после смерти.
- Окончательное решение о смерти пострадавшего принимается в установленном законом порядке.

## КЛИНИЧЕСКАЯ СМЕРТЬ

**Клиническая смерть** — состояние, при котором отсутствуют основные признаки жизни — сердцебиение и дыхание, но еще не развились необратимые изменения в организме. Клиническая смерть длится 5–8 минут. Данный период необходимо использовать для оказания реанимационных мероприятий. По истечении этого времени наступает биологическая смерть.

### **Признаки клинической смерти:**

- Нет дыхания;
- Нет пульса;
- Зрачки расширены, на свет не реагируют

В этом состоянии при внешних признаках смерти организма, которые были описаны выше, **сохраняется потенциальная возможность восстановления его жизненных функций с помощью методов реанимации.**

При той или иной травме, в любом случае оказание первой помощи следует начать с восстановления сердечной деятельности и дыхания, затем приступить к временной остановке кровотечения. После этого можно накладывать фиксирующие повязки и транспортные шины. Именно такая схема действий поможет сохранить жизнь пострадавшего до прибытия медицинского персонала.

**1. Если нет дыхания и нет пульса на сонной артерии – приступить к реанимации.** Время оценки состояния не должно превышать 10-15 с..

## **НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА**

- а)** Расположить ладонь выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец был направлен на подбородок или живот пострадавшего
- б)** Переместить центр тяжести на грудину и проводить непрямой массаж сердца прямыми руками
- с)** Надавить на грудную клетку. Продавливать грудную клетку на 3-5 см с частотой не реже 60 раз в мин. **(СХЕМА: 30 нажатий и 2 вдоха)**
- д)** Каждое нажатие следует начинать только после того, как грудная клетка вернется в исходное положение.
- е)** Чтобы непрямой массаж сердца был эффективным, его необходимо проводить на жесткой ровной поверхности
- ф)** Если под ладонью появиться неприятный хруст (признак перелома ребер), то следует уменьшить ритм надавливаний и ни в коем случае не прекращать непрямой массаж сердца.

## **РЕАНИМАЦИЯ БОЛЕЕ 10 – 15 МИНУТ**

Мужчина со средними физическими данными проводит комплекс сердечно-легочной реанимации не более 3-4 мин. Вдвоем с помощником - не более 10 мин. Втроем с лицами любого пола и физическими данными - более часа. Привлечение третьего участника предоставляет возможность каждому из спасающих участников восстанавливать свои силы, не нарушая при этом режима реанимации.

**ТРЕТИЙ УЧАСТНИК** – приподнимает ноги для улучшения притока крови к сердцу. Восстанавливает силы и готовится сменить первого участника. Координирует действия партнеров.

**ВТОРОЙ УЧАСТНИК** – проводит непрямой массаж сердца. Отдает команду: **ВДОХ!** Контролирует эффективность вдоха искусственного дыхания по подъему грудной клетки и констатирует: **«ВДОХ ПРОШЕЛ!» «НЕТ ВДОХА!»**.

**ПЕРВЫЙ УЧАСТНИК** – проводит вдох искусственного дыхания. Контролирует реакцию зрачков и пульс на сонной артерии. Информировать партнеров о состоянии пострадавшего **«ЕСТЬ РЕАКЦИЯ ЗРАЧКОВ!» «НЕТ ПУЛЬСА!» «ЕСТЬ ПУЛЬС!»** и т.д..



Третий участник

Второй участник

Первый участник

После проведения реанимации более 2-3 мин необходимо делать ротацию участников, иначе велика вероятность обморока у первого участника.

**Для детей от года до семи лет:**

**Реанимационные действия у детей начинать с вдоха!**

Возраст	Рука	Точка нажатия	Глубина нажатия	Частота	Соотношение вдох/нажатие
До года	2 пальца	1 поперечный палец ниже сосковой линии	1,5-2 см	>120	1/5
1-7 лет	1 рука	2 поперечных пальца вверх от прикрепления мечевидного отростка	3-4 см	100-120	1/5
Старше 7 лет, взрослый	2 руки	2 поперечных пальца вверх от прикрепления мечевидного отростка	4-5 см	80-100	<b>2/30</b>

**2. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии – повернуть на живот и очистить ротовую полость. Время выполнения действия не должно превышать 30 с.**

## ПЕРВЫЕ СЕКУНДЫ ПОТЕРИ СОЗНАНИЯ ПРИ НАЛИЧИИ ПУЛЬСА НА СОННОЙ АРТЕРИИ

Независимо от причины потери сознания действия следует начать с определения пульса на сонной артерии. Только при наличии пульса на сонной артерии можно сделать вывод, что пациент жив, но без сознания.



1. Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.
2. Расстегнуть воротник одежды (следует как можно скорее обеспечить свободный приток крови к головному мозгу).
3. Ослабить поясной ремень.
4. Приподнять ноги (после того как обеспечен свободный приток крови к головному мозгу, следует приподнять ноги).
5. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом (следует на ватку капнуть 2-3 капли спирта).

## ВЫВОД ИЗ ОБМОРОКА БЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАШАТЫРНОГО СПИРТА

В случае отсутствия нашатырного спирта можно воздействовать на болевую точку. Надавливание на нее стимулирует выброс адреналина.

**Надавить большим пальцем на точку, расположенную на верхней губе под перегородкой носа.**

Подобного эффекта, но с меньшим успехом можно достичь похлопыванием ладонями по щекам или обрызгивание холодной водой.



Если пострадавший в течение 3-4 мин не приходит в сознание – повернуть на живот и очистить ротовую полость.

Если после возвращения сознания появились боли в животе и частые повторные обмороки при попытке встать или сесть – заподозрить у пострадавшего признаки внутреннего кровотечения.

## **ПОДОЗРЕНИЕ НА ВНУТРЕННЕЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ**

Если после обморока пострадавший не может лежать из-за усиливающихся болей в животе или поясничной области, а пытаясь встать снова теряет сознание, то у него можно заподозрить опасное для жизни внутреннее кровотечение.

Не важно, что послужило его причиной – в любом случае, если такой пострадавший в течение часа не окажется на хирургическом столе, он может умереть от невосполнимой потери крови.



- 1. Обеспечить положение «лежа на спине» с приподнятыми в коленях ногами (в случае сильных болей в животе категорически запрещено)**

предлагать обезболивающие и спазмолитические таблетки, обильное питье и пищу).

**2. Приложить к животу холод** (желательно использовать «тяжелый» холод – замороженную тушку курицы весом от 2 кг, 3-литровую бутылку холодной воды и т.п., которые придавят и сузят просвет кровотока сосудов, уменьшат боль и снизят скорость кровопотери).

**3. Если нет возможности вызвать скорую помощь или ожидание ее прибытия превышает несколько часов** попытаться транспортировать пострадавшего своими силами, но при этом переносить и перевозить пострадавшего только в положении «лежа на спине» с приподнятыми ногами.

## ДЕЙСТВИЯ В СЛУЧАЕ ОБМОРОКА ВСЛЕДСТВИЕ ТЕПЛОВОГО ИЛИ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

При тепловом или солнечном ударе человек теряет много жидкости. Для предотвращения повторных обмороков следует предложить большое количество прохладной жидкости.

**При потере сознания на солнцепеке, сопровождающая судорогами необходимо:**

**1.** Перенести пострадавшего в тень или прохладное место.

**2.** Предложить холодную воду (лучше холодный сладкий чай, минеральную воду без газа), мороженое или воду со льдом.

**3.** Приложить холод к голове, груди, животу, стопам и ладоням ( на лицо и лоб кладут холодное мокрое полотенце и меняют через каждые 2-3 мин.).

**4.** Если у пострадавшего появилось чувство нехватки воздуха, одышка или боли в груди, то лучше обеспечить положение полусидя.

**5.** Если у пострадавшего, упавшего в обморок, очень красное лицо и отмечается судорожные подергивания **приподнимать ноги нельзя.**



## ГОЛОДНЫЙ ОБМОРОК

1. Предложить крепкий сладкий чай или кофе (крепкий сладкий чай - идеальное средство для профилактики повторного голодного обморока).



2. Обеспечить покой в положении «лежа на спине» либо «полулежа» до прибытия медицинского персонала.
3. Никогда нельзя кормить голодного и предлагать ему бродящие, газированные напитки.

При обмороках, причиной которых были эмоциональные потрясения, долгое стояние на одном месте, - действия в оказании первой помощи будут такими же, как и при голодном обмороке.

## СОСТОЯНИЕ КОМЫ

Не важно, что послужило причиной развития комы, главное – быстрее повернуть пострадавшего на живот, чтобы восстановить проходимость его дыхательных путей и не дать захлебнуться содержимым желудка.

1. Завести ближнюю к себе руку пострадавшего за его голову. Одной рукой взяться за дальнее плечо, а другой – за поясной ремень или за пояс одежды.



2. Одним движением повернуть пострадавшего грудью к себе на колени.
3. Очистить пальцами или салфеткой ротовую полость и надавить на корень языка (резкое надавливание на корень языка стимулирует акт вдоха и кашлевой рефлекс).
4. Приложить холод к голове.
5. Если возникли подозрения, что у пострадавшего передозировка наркотиков или алкоголя – положить возле носа пострадавшего ватку с нашатырным спиртом.

## ЭПИЛЕПТИЧЕСКИЙ ПРИПАДОК У РЕБЕНКА

Приступ начинается с крика или внезапного падения больного. Тело начинается биться в судорогах, появляется хрип и пенистые выделения изо рта. Отодвинуть от больного осколки и любые травматические предметы или оттащить ребенка в безопасное место.

1. Повернуть ребенка на бок.
2. Сесть верхом на плечи.
3. Осторожно прижать голову к полу и дождаться окончания судорог.
4. **В случае эпилептического припадка у взрослого** – в положение больного «лежа на спине» прижать своим корпусом и руками его плечи к полу до окончания приступа.



## СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

1. **Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии:**
  - отключить источник электропитания;
  - убедиться, что нет пульса на сонной артерии;
  - нанести удар кулаком по груди;

- начать непрямой массаж сердца;
- сделать «вдох» искусственного дыхания;
- приподнять ноги;
- приложить холод к голове;
- продолжить реанимацию;
- **обязательно доставить в больницу.**

**НЕОБХОДИМО** до прибытия врача постоянно контролировать пульс на сонной артерии, так как может произойти повторная остановка сердца.

**2.** Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии:

- отключить источник электропитания;
- убедиться, что есть пульс на сонной артерии;
- повернуть на живот и очистить рот;
- приложить холод к голове;
- наложить повязки ( при электрических ожогах и ранах);
- наложить шины ( при переломах костей конечностей);
- **обязательно доставить в больницу.**

**НЕДОПУСТИМО:**

- прикасаться к пострадавшему без предварительного обесточивания;
- прекращать реанимационные действия до прибытия врача.

## **КАК НАНОСИТЬ УДАР ПО ГРУДИНЕ**

В случае внезапной остановки сердца, особенно после поражения электрическим током, необходимо нанести удар по груди пострадавшего.

Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50%.

**Нанесение удара при наличии пульса на сонной артерии может спровоцировать остановку сердца. Надо обязательно убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии.**

1. Прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток.
2. Нанести удар кулаком (выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток).



3. После удара проверить пульс на сонной артерии. Если после удара пульс не появился – приступить к непрямому массажу сердца

## НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

1. Приложить к носу чистую ткань (полотенце или салфетку) и поднести к подбородку любую емкость. Следует наклонить голову вперед и обязательно сплевывать затекающую в рот кровь в тарелку.



2. Приложить холод к переносице.



3. После остановки кровотечения предложить выпить стакан холодной воды.

4. Если носовое кровотечение продолжается более 30-40 мин, вызвать «скорую помощь».

## **ПРИ РАНЕНИИ ШЕИ**



1. Усадить пострадавшего и прижать рану пальцем (в положении стоя пострадавший очень быстро теряет сознание)
2. Подложить под палец многослойную ткань или головку бинта для герметизации раны.
3. Если есть возможность использовать воротник, его следует прижать к ране.
4. Наложить жгут на шею. Жгут пропустить под мышкой, чтобы зафиксировать тампон. Наложенный таким образом жгут можно держать в течение нескольких часов.
5. Ни в коем случае нельзя до прибытия медицинского персонала распускать жгут, даже если оказание квалифицированной помощи откладывается на несколько суток.



## **ПРИ РАНЕНИИ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ**

Не важно, что стало причиной ранения: огнестрельное или холодное оружие, осколки стекла или проволока.

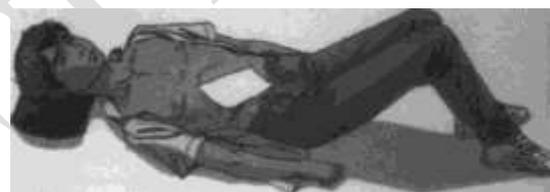


1. Усадить пострадавшего и прижать ладонь к ране и закрыть в нее доступ воздуха.
2. Наложить пластырь или скотч, чтобы избежать поступления воздуха в плевральную полость.
3. Если из раны торчит какой-либо инородный предмет или холодное оружие, то ни в коем случае нельзя его извлекать.
4. Чтобы избежать малейшего смещения инородного предмета, следует зафиксировать его между двумя скатками бинта и прикрепить их лейкопластырем или скотчем к коже.
5. Если пострадавший потерял сознание – придать ему положение «полусидя» и следить за состоянием пульса и дыхания. При исчезновении пульса на сонной артерии приступить к реанимации.

## **ПРИ РАНЕНИИ ЖИВОТА**

Через некоторое время после ранения начинается воспаление брюшины, появляется озноб, жар, повышение температуры, нестерпимая жажда. **Но такому пострадавшему нельзя давать пить.** Через каждые 5-10 мин смачивать губы и язык с помощью ватки, смоченной водой.

1. Приподнять ноги и расстегнуть поясной ремень.
2. Прикрыть содержимое раны чистой салфеткой (края салфетки должны на 2-3 см превышать границы раны).
3. Обеспечить покой в положении «лежа на спине».
4. Прикрепить салфетку, полностью прикрывающую края раны, с помощью лейкопластыря.
5. В положении на спине с согнутыми в коленях ногами достигается предельное расслабление брюшного пресса.
6. Положить холод на живот (использование холода уменьшает боль, снижает скорость внутреннего кровотечения).
7. **При сильных болях в животе и нестерпимой жажде нельзя предлагать обезболивающие препараты и давать пить.**
8. **Ни в коем случае нельзя извлекать инородный предмет из раны.**



## **ИЗВЛЕЧЕНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ПОДРОСТКА (способ «Буратино»)**

Когда вес и рост ребенка позволяет удерживать его на руке, то его можно положить на колени животом вниз и похлопать ладонью по спине.

1. Положить его на свои колени животом вниз.
2. Похлопать ладонью по спине .
3. Если в течение 15-20 сек. нет эффекта, следует приступить к другим способам.



## **ИЗВЛЕЧЕНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ВЗРОСЛОГО**

### (способ «Буратино»)

1. Придвинуть стул спинкой к груди пострадавшего.
2. Захватить пострадавшего за поясной ремень и ворот одежды.
3. Перевернуть пострадавшего через спинку стула.
4. Похлопать ладонью по спине.



Если в течение 15-20с данная попытка не привела к успеху – приступить к другим способам.

### **ИЗВЛЕЧЕНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ВЗРОСЛОГО (способ «Геймлиха»)**

1. Встать позади пострадавшего.
2. Обхватить руками и сцепить их в «замок» под реберной дугой.
3. С силой ударить сложенными в «замок» кистями в надчревную область.
4. После удара не следует сразу же распускать сложенные в замок кисти (в случае остановки сердца следует придержать падающего пострадавшего).



## **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ ПЛЕЧЕВОЙ КОСТИ и КОСТЕЙ ПРЕДПЛЕЧЬЯ**

Пострадавшая не может самостоятельно удерживать свою поврежденную конечность, малейшие движения причиняют ей сильнейшую боль. Следует быстро зафиксировать поврежденную руку в щадящем положении и предложить 2—3 таблетки анальгина.

Необходимо выяснить, нет ли непереносимости к любым лекарственным препаратам. Если есть, то никаких медикаментов не предлагать.

1. **При повреждении плечевой кости** прибинтовать руку к туловищу и затем дать 2-3 таблетки обезболивающего средства



2. При повреждении костей предплечья сначала наложить шину.



3. Зафиксировать поврежденную руку на косынке и дать 2-3- таблетки анальгина

4. Когда у пострадавшего с переломом плечевой кости или костей предплечья отмечается сильное кровотечение из раны на плече или на предплечье – наложить кровоостанавливающий жгут на плечо и только затем повязку на рану, шину на поврежденную конечность и зафиксировать руку на косынке.

5. Для ускорения действия таблетки надо растолочь ее и дать в виде порошка. Если в течение 3-5 мин не давать запивать, то обезболивающий эффект наступит через 10-15 мин.

### **ДЕЙСТВИЯ В СЛУЧАЯХ ПЕРЕЛОМА КОСТЕЙ ГОЛЕНИ И ПОВРЕЖДЕНИЯ ГОЛЕНОСТОПНОГО СУСТАВА**

Если пострадавший не может опереться на поврежденную ногу и даже пошевелить пальцами стопы, следует заподозрить перелом костей голени и голеностопного сустава.

**НЕЛЬЗЯ:**

- ощупывать конечность с целью уточнения места перелома;
- снимать с поврежденной ноги одежду и обувь до действия обезболивающего средства;
- накладывать повязки и шины без обезболивания.

### **ДЕЙСТВИЯ:**

1. Предложить 2-3 таблетки анальгина (узнать нет ли у пострадавшего аллергической реакции на лекарственное средство).
2. Наложить транспортную шину.



3. Шину следует накладывать вдвоем. Первый участник фиксирует поврежденную ногу. Второй формирует шину и удерживая ее, заводит под приподнятую ногу.
  1. Прежде чем накладывать шину - сформировать ее по форме и размеру здоровой ноги, выждать 10-15 мин до начала действия анальгина.
  2. Когда из раны в области перелома вытекает кровь и видны обломки костей – наложить жгут, предложить анальгин и наложить повязку на рану и шину на конечность.
  3. Когда стопа или голень деформированы или неестественно вывернуты – зафиксировать конечность в таком положении, какое не причиняет дополнительную боль, для фиксации можно использовать валики из одежды. Вызвать «скорую помощь».

## **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ НИЖНЕЙ ТРЕТИ БЕДРЕННОЙ КОСТИ И ПОВРЕЖДЕНИЕ КОЛЕННОГО СУСТАВА**

Когда пострадавший не может встать или даже пошевелить ногой в положении лежа, следует заподозрить перелом бедренной кости или повреждение коленного сустава.

Наложение шины вызовет нестерпимую боль, которую можно уменьшить только наркотиками. До прибытия «Скорой помощи» следует зафиксировать конечность в положении, которое не причиняет дополнительную боль.

1. Предложить 2-3 таблетки анальгина (если нет аллергии на лекарство).

2. Удобно уложить пострадавшего и положить между ног скатку (валик) из мягкой ткани.
3. Если нельзя вызвать спасательную службу или «Скорую помощь», необходимо наложить транспортные шины.



### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ КОСТЕЙ ТАЗА, ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВОВ ИЛИ ВЕРХНЕЙ ТРЕТИ БЕДРЕННЫХ КОСТЕЙ, КОГДА ПОСТРАДАВШИЙ НАХОДИТСЯ В ПОЗЕ «ЛЯГУШКА»**

Такая поза позволяет уберечь сосуды и окружающие ткани от травмирования обломками поврежденных костей. Если в течение 5—6 мин не будет подложен валик под колени, то появится мышечная дрожь усталости бедренных мышц, и тогда мельчайшие фрагменты костей, содержащие жировые включения, попадут в кровоток. Пострадавший погибнет в ближайшие сутки от жировой эмболии сосудов мозга, легких, кишечника и печени.

1. Подложить валик под колени.
2. Предложить 2-3 таблетки анальгина (если нет аллергии на лекарство).

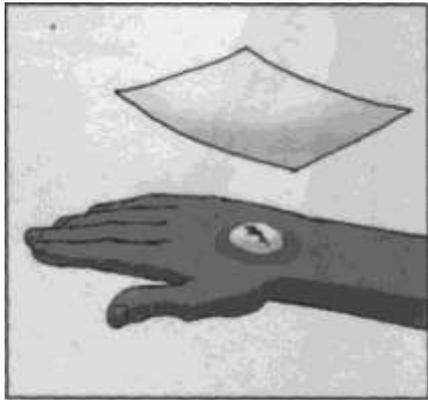


### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ТЕРМИЧЕСКОМ ОЖОГЕ**

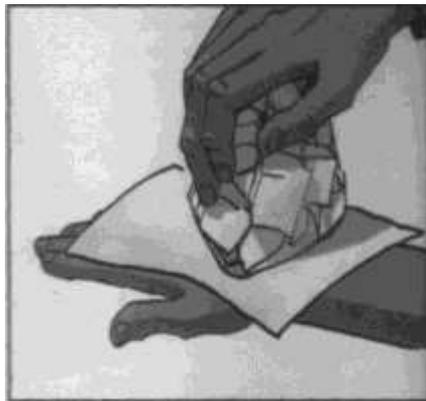
Если площадь ожога не превышает 10% и ожоговые пузыри не повреждены, то необходимо начать с прикладывания к поверхности ожога пакета со льдом или охладить под струей холодной воды.

Холод препятствует образованию ожоговых пузырей. Если холод применен в течение первой минуты, то можно избежать образования пузырей.

1. Накрыть обожженную поверхность сухой чистой тканью.



2. Поверх сухой ткани на 20-30 мин положить холод.



3. Предложить таблетку анальгина и обильное теплое сладкое питье.

При наличии вскрытых ожоговых пузырей, ссадины или раны следует прикрыть пораженный участок чистой сухой тканью (полотенцем, салфеткой), поверх чистой ткани приложить пакет со льдом на 20—30 мин.

Если площадь ожога превышает 10%, необходимо пострадавшую уложить, прикрыть место ожога чистой тканью, приложить холод и предложить обильное теплое сладкое питье. При любых ожогах необходимо предложить взрослому 2—3 таблетки анальгина, а ребенку от 3 до 12 лет — половину таблетки анальгина.

### **НЕЛЬЗЯ!**

- **СМАЗЫВАТЬ ОБОЖЖЕННУЮ ПОВЕРХНОСТЬ МАСЛАМИ И ЖИРАМИ.**
- **СДИРАТЬ С ОБОЖЖЕННОЙ ПОВЕРХНОСТИ ОСТАТКИ ОДЕЖДЫ.**
- **ВСКРЫВАТЬ ОЖОГОВЫЕ ПУЗЫРИ.**
- **ТУГО БИНТОВАТЬ ОБОЖЖЕННУЮ ПОВЕРХНОСТЬ.**
- **НАКЛАДЫВАТЬ ПЛАСТЫРЬ.**
- **ПРИСЫПАТЬ ПОПРОШКАМИ ИЛИ КРАХМАЛОМ.**
- **СМАЗЫВАТЬ ЙОДОМ, ЗЕЛЕНКОЙ, ЛОСЬОНАМИ, МАЗЯМИ.**
- **ПРЕДЛАГАТЬ ПОСТРАДАВШЕМУ ГАЗИРОВАННУЮ ВОДУ.**

### Ожоги химическими веществами

Химические ожоги возникают в результате воздействия на кожу и слизистые оболочки концентрированных неорганических и органических кислот, щелочей, фосфора. Химические ожоги вызываются и некоторыми растениями.

Нельзя смывать химические соединения, которые воспламеняются или взрываются при соприкосновении с водой. На поврежденные участки кожи накладывается повязка с нейтрализующим или обеззараживающим средством или чистая и сухая повязка. При попадании кислоты на кожу следует обильно промыть пораженные участки под струей воды, затем обмыть их 2% раствором пищевой соды, мыльной водой, чтобы нейтрализовать кислоту. При поражении фосфором и его соединениями кожа обрабатывается 5% раствором сульфата меди и далее 5-10% раствором пищевой соды.

### СХЕМА БЫСТРОГО ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПЛОЩАДИ ОЖОГОВ

Ожоги, площадь которых не превышает 10% поверхности тела, не представляют угрозы для жизни. Пострадавшая может передвигаться с сопровождающим в медицинский пункт. Ожоги более 10% могут закончиться смертью. В этом случае запрещены любые передвижения.

Рука - 9%	Голова - 9%	Грудь - 9%
Живот - 9%	Нога - 18%	
Половые органы и промежность приравнены к 10 % .		

### ПОПАДАНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА В ГЛАЗ, УХО, НОС

Инородное тело — предмет, попадающий в организм извне и задерживающийся в тканях, органах, полостях.

**Инородное тело глаза** может расположиться на внутренней поверхности век и роговой оболочке глаза или внедриться в роговую оболочку.

#### **Первая помощь.**

Не тереть глаз, потянуть веко за ресницы, снять инородное тело увлажненным углом чистой салфетки, платка. При внедрении инородного тела в роговую оболочку глаза помощь должна быть оказана в лечебном учреждении.

**Инородное тело уха** бывает двух видов: насекомое или предмет.

#### **Первая помощь.**

При попадании насекомого в ухо закапать в слуховой проход 3-5 капель растительного масла (воды), уложить пострадавшего через 1-2 мин на больное ухо; инородное тело должно выйти с жидкостью.

**Инородное тело из носа** удалить высмаркиванием; если эта процедура не удалась, то обратиться к врачу.

## СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

В структуре смертности современного человека в большинстве стран мира первое место занимают сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ). Причинами смерти в группе ССЗ являются, прежде всего, ишемическая болезнь сердца (ишемия – «местное малокровие») и инсульт (кровоизлияние в мозг).

Первая стадия ишемической болезни сердца известна под названием «стенокардия» (спазм коронарных сосудов, питающих мышцу сердца) – функциональное нарушение кровоснабжения миокарда. Стенокардию вызывают такие отклонения в поведении и образе жизни, как курение, физическая или психическая дезадаптация, переедание, низкая двигательная активность, злоупотребление алкоголем.

Вторая стадия ишемической болезни сердца – инфаркт миокарда («омертвление мышцы сердца») – следствие стенокардии.

Инсульт возникает в результате тяжелой гипертонической болезни. Кровоизлиянию в мозг обычно предшествует гипертонический криз (и не один) – внезапное повышение артериального давления выше обычного уровня с рядом заметных симптомов.

### Гипертонический криз

Гипертонический криз в ЧС — значительное, внезапное повышение АД с нервно-сосудистыми и гуморальными нарушениями. Проявляется головной болью, головокружением, иногда появлением “тумана” перед глазами, тошнотой и рвотой. Характерной особенностью является и чувство тяжести за грудиной.

**Гипертонический криз I типа** (гиперкинетический) развивается быстро, появляются резкая головная боль, головокружение, тошнота, мелькание перед глазами, может быть рвота. Больные возбуждены, ощущают жар, дрожь в теле. На коже лица, шеи, а иногда и груди появляются красные пятна. Кожа влажная. Может быть, усиленное сердцебиение и ощущение тяжести за грудиной. Отмечается тахикардия, АД повышено, преимущественно систолическое (до 200 мм рт. ст. и выше). Нередко криз заканчивается обильным мочеиспусканием.

**Гипертонический криз II типа** (гипокинетический) развивается более медленно, но весьма интенсивно. В течение нескольких часов нарастает головная боль (резчайшая). Тошнота, рвота, вялость, ухудшаются слух и зрение. Пульс напряжен, но не учащен. АД резко повышено, преимущественно диастолическое (до 140—160 мм рт. ст.).

## **ПОМОЩЬ:**

1. Положение тела – сидя. Если хочется прилечь, то обязательно с высокой подушкой, ноги опущены.
2. Освободить больного от тугих ремней, поясов, галстуков, расстегнуть ворот рубашки.
3. Увеличить приток свежего воздуха.
4. Тепло к ногам.

Питье – пища: мочегонные овощи, фрукты. В первую очередь больному необходимо дать что-то сладкое - конфеты, фруктовые соки, сахар кусочком или растворенный в чашке воды.

5. Лекарственные средства: дибазол, папаверин, другие препараты, которые были ранее назначены врачом при данном заболевании.

Так как гипертонический криз может привести к тяжелым осложнениям, необходимо срочно вызвать "скорую помощь".

## **Артериальная гипотония**

Отмечается головная боль тупого, давящего характера, иногда приступообразная пульсирующая боль, сопровождающаяся тошнотой и рвотой. Во время приступа головной боли больные бледны, пульс слабого наполнения, АД падает до 90/60 мм рт. ст. и ниже.

## **ИНФАРКТ МИОКАРДА**

Инфаркт миокарда происходит из-за закупорки артерии, с помощью которой сердце снабжается кислородом. Как правило, инфаркт вызывает боль в груди, не прекращающуюся в течение от 10-15 минут до суток и более. Однако случаются и «тихие», бессимптомные инфаркты.

Некоторые признаки появляются за несколько часов, дней и даже недель. Самый ранний «предвестник» приступа – рецидивирующая боль в груди, возникающая при физическом напряжении и уменьшающаяся в состоянии покоя.

**При инфаркте миокарда могут наблюдаться любые из следующих симптомов:**

- Чувство тяжести, распираания, болезненного сдавливания за грудиной. Боль может сохраняться дольше нескольких минут или проходить и возобновляться.
- Длительно сохраняющаяся боль в верхней части живота.
- Дискомфорт или боль, отдающая в плечо, шею, челюсти, зубы, руки.
- Предобморочное состояние, потеря сознания, головокружение.
- Одышка.

- Повышенное потоотделение.
- Тошнота.

**При подозрении на инфаркт следует:**

Вызвать скорую помощь. Не терпеть боль и другие признаки проявления инфаркта миокарда более 5 минут. Если невозможно вызвать помощь, лучше попросить кого-нибудь отвезти человека с подозрением на инфаркт в больницу.

- Положение тела – лежа. При дыхательной недостаточности – положение возвышенное.
- Освободить больного от тугих ремней, поясов, галстуков, расстегнуть ворот рубашки.
- Увеличить приток свежего воздуха.
- Разжевать и проглотить таблетку аспирина. Это предотвратит образование тромбов. Нельзя принимать аспирин при наличии его непереносимости, а также в случае, если ранее врач ранее запрещал это делать.
- Принять нитроглицерин под язык, дважды, через 2-3 минуты (не держать таблетку в руках – лекарство всасывается через кожу).
- Другие препараты, которые были ранее назначены врачом при данном заболевании.
- Не поить.

## **ИНСУЛЬТ**

Инсульт случается в результате кровоизлияния в мозг или нарушения мозгового кровообращения. Уже через несколько минут клетки мозга, лишенные питания, начинают отмирать. Этот процесс может продолжаться в течение нескольких часов.

**Инсульт требует срочного медицинского вмешательства. Здесь дорога каждая минута. Чем скорее оказана медицинская помощь, тем больше у пострадавшего шансов на последующее восстановление.**

**Немедленно вызвать скорую помощь следует при наличии следующих симптомов:**

- Внезапная слабость или онемение лица, руки, ноги или одной стороны тела.
- Внезапное помутнение или потеря зрения (особенно в одном глазу).
- Потеря речи, затрудненная речь, неспособность понять чужой разговор.
- Внезапная сильная головная боль без видимых причин.
- Внезапное головокружение, дезориентация в пространстве, потеря равновесия или внезапное падение (особенно наряду с другими симптомами).

К факторам риска относится повышенное артериальное давление, перенесенный ранее инсульт, курение, сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания. Вероятность инсульта повышается с возрастом.

#### **ПОМОЩЬ:**

- Положение лежа. Не передвигать больного.
- Слегка, очень осторожно приподнять его голову. Холод – на затылок, тепло к ногам.
- Не поить.
- Сосудорасширяющие, только в инъекциях.

## **ПРИ АРТЕРИАЛЬНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ**

### **НАЛОЖИТЬ ЖГУТ!**

- Время исполнения не должно превышать 30 с
- Приподнимите повреждённую конечность.
  - Зажмите артерию выше места кровотечения на 3-5 см.
  - Слегка растяните жгут и сделайте 2-3 оборота вокруг конечности.
  - Концы самодельного жгута (толстая верёвка, ткань, ремень) завяжите.
  - Оставьте записку с указанием времени наложения жгута.
  - Жгут может находиться на конечности не более 1 часа! (в любой период времени года)
  - В случаях посинения и отека конечности (при неправильном наложении жгута) следует немедленно заново наложить жгут.

При наличии ран – наложить стерильную повязку на рану.

Если есть признаки переломов костей конечностей – наложить транспортные шины.

### **ОСНОВНОЕ ПРАВИЛО НЕ ПРИЧИНИТЬ БОЛЬ!**

## **О мерах по противодействию терроризму. Защита от террористических актов и действия по их предупреждению**

Сегодня наибольшую реальную угрозу для общества представляет терроризм, стремительный рост которого приносит страдания и гибель большому количеству людей. Опыт ряда государств показывает, что успешно противостоять угрозе терроризма можно только тогда, когда подавляющее большинство граждан овладеет основами знаний по защите и предупреждению террористических актов.

### **Типы взрывных устройств**

Взрывные устройства (ВУ) могут быть самыми разнообразными как по внешнему виду, так и по принципу их действия.

Во взрывном устройстве могут находиться взрыватели, срабатывающие от изменения магнитного поля Земли, акустического сигнала в определенном диапазоне частот, характерного запаха человека или животного, а также все типы взрывателей замедленного действия.

Чаще всего объектом подрыва является личный или служебный автомобиль.

***Настораживающими вас признаками должны служить следующие:***

- появление какой-либо новой детали внутри или снаружи автомобиля;
- остатки упаковочных материалов, изоляционной ленты, обрезков проводов неподалеку от автомобиля или внутри салона;
- натянутая леска, проволока, провод, шнур, веревка, так или иначе прикрепленная к любой части автомобиля;
- чужая сумка, коробка, чемодан, пакет, сверток внутри салона или в багажнике;
- появившиеся уже после парковки машины пакеты из-под соков, молока, консервные банки, свертки, коробки и т.п. недалеко от автомобиля.

***Для покушения может использоваться и почтовый канал.***

Взрывные устройства, которые закладывают в конверты, бандероли и посылки могут быть как мгновенного, так и замедленного действия. Однако, независимо от типа взрывателя и взрывного устройства, письма, бандероли и посылки с подобной начинкой неизбежно обладают рядом

*признаков, по которым их можно отличить от обычных почтовых отправлений. Эти признаки делятся на основные и вспомогательные. К числу основных признаков относят следующие:*

- толщина письма от 3-х мм и выше, при этом в нем есть отдельные утолщения;
- смещение центра тяжести письма (пакета) к одной из его сторон;
- наличие в конверте перемещающихся предметов или порошкообразных материалов;
- наличие, во вложении металлических либо пластмассовых предметов;
- наличие на конверте масляных пятен, проколов, металлических кнопок, полосок и т.д.;
- наличие необычного запаха (миндаля, марципана, жженой пластмассы и других);
- "тикание" в бандеролях и посылках часового механизма (один из самых простых и распространенных взрывателей делают с помощью обычного будильника);
- в конвертах и пакетах, в посылочных ящиках при их переворачивании слышен шорох пересыпающегося порошка.

Наличие хотя бы одного из перечисленных признаков (а тем более сразу нескольких) позволяет предполагать присутствие в почтовом отправлении взрывной "начинки".

#### **К числу вспомогательных признаков относятся:**

- особо тщательная заделка письма, бандероли, посылки, в том числе липкой лентой, бумажными полосами и т.д.;
- наличие надписей, типа "лично в руки", "вскрыть только лично", "вручить лично", "секретно", "только директору (владельцу, председателю)" и т.д.;
- отсутствие обратного адреса или фамилии отправителя, неразборчивое их написание, явно вымышленный адрес;
- самодельная нестандартная упаковка.

#### **Ваши действия при обнаружении взрывного устройства:**

1. При получении сообщения о заложенном взрывном устройстве, обнаружении предметов, вызывающих такое подозрение немедленно поставить в известность дежурную службу управления безопасности аудитория А-205, телефон 8(3952)405002. При этом назвать точные координаты, где обнаружено взрывное устройство.
2. До прибытия сотрудников управления безопасности университета, отдела ГОЧС, спецслужб города принять меры к ограждению подозрительного предмета и недопущению к нему людей в **радиусе до 50-100 метров.**

Эвакуировать из здания (помещения) персонал и посетителей на расстоянии не менее 200 метров.

***Категорически запрещается:***

- трогать или перемещать подозрительный предмет и другие предметы, находящиеся с ними в контакте;
- заливать жидкостями, засыпать грунтом или накрывать обнаруженный предмет тканевыми и другими материалами;
- пользоваться электро-радиоаппаратурой, переговорными устройствами, мобильным телефоном или рацией вблизи обнаруженного предмета, переезжать на автомобиле;
- оказывать температурное, звуковое, световое, механическое воздействие на взрывоопасный предмет.

**Меры личной безопасности.**

Если имеются или появятся основания опасаться возможных террористических или иных насильственных действий со стороны преступников, то *в интересах личной безопасности целесообразно воспользоваться следующими рекомендациями:*

- избегайте выходить из дома и с работы в одиночку, передвигаться в группе всегда безопаснее;
- старайтесь, по возможности, избегать постоянных маршрутов при поездках на работу и с нее. Опыт показывает, что преступники обычно держат свою жертву под наблюдением, чтобы выбрать наиболее подходящее место и время для нападения;
- старайтесь ездить по оживленным дорогам, избегать пустынных улочек и проселочных дорог. Проверяйте, не преследует ли вас какой-либо автомобиль. При движении по многорядному шоссе занимайте место в среднем ряду, чтобы не дать возможности прижать ваш автомобиль к обочине;
- когда едете в машине, закрывайте все двери на кнопки. Если вас остановили (например, ГИБДД), не выходите из машины, во всяком случае, если место пустынное, а время суток темное. Машину держите на передаче, чтобы иметь возможность в любой момент дать газ;
- если вам кажется, что за вами следят из другой машины и ваши подозрения оправдываются, немедленно свяжитесь с полицией;
- во всех случаях оставляйте машину в таком месте, чтобы она была под присмотром: на охраняемой стоянке, в поле зрения из окна квартиры, в гараже;
- вернувшись к машине после отлучки, загляните внутрь, убедитесь, что в ней никого нет, никто не спрятался на полу между сиденьями. Осмотритесь вокруг, нет ли неподалеку подозрительной компании. Иногда преступники "ловят" владельцев автомобилей именно в тот момент, когда они открывают

двери, чтобы сесть за руль, особенно, если место безлюдное и темное;

- сделайте так, чтобы ваши дети ходили в школу и из школы в сопровождении взрослых. Предупредите учителей, что ваших детей ни при каких обстоятельствах не могут встречать и отвозить домой посторонние люди, в том числе женщины;
- предупредите родных и близких вам людей, чтобы они не впускали в дом незнакомых, никому не сообщали сведений о вашей деятельности, о местонахождении в данный момент, не принимали никаких пакетов или предметов, если не знают, от кого они присланы;
- относитесь настороженно к лицам, выдающим себя за работников городских коммунальных служб, за ремонтных рабочих, за розничных торговцев, вдруг появившихся в районе вашего дома;
- поддерживайте дружеские отношения с соседями, особенно с пожилыми. Именно пенсионеры (особенно женщины), могут первыми вас предупредить о подозрительных типах, о том, что кто-то интересуется вами или вашей машиной, вашими детьми, пытался проникнуть в квартиру и т.д.;
- обсудите с семьей, что они должны делать в том случае, если вас или кого-то из них похитят. Сделайте необходимые распоряжения на этот случай, укажите номера телефонов, по которым надо звонить, вообще, разработайте свой "кризисный план".

## ЗАЩИТА КВАРТИРЫ

Основные пути проникновения преступников в квартиру или иное помещение: двери, окна, балконы, не считая пробивания стен направленным взрывом или иным способом.

**Дверь следует делать из прочного материала, толщиной не менее 7 см.** Неплохо покрыть ее металлическим листом. Металл надо замаскировать краской, синтетикой, рейками, кожзаменителем, чтобы не привлекать лишнего внимания. Еще лучше ставить двойную дверь - первую из древесины, вторую - металлическую.

В современных квартирах прочная дверь легко выбивается вместе с дверной коробкой. Поэтому важно основательно укрепить эту коробку металлическими штырями, забетонированными в стенах, потолке и полу.

Обязательное требование - дверь должна открываться наружу, такую трудно выбить. Если на нее поставить к тому же накладной замок, то его труднее будет взломать, отжать ригель замка. Усильте створ двери и дверной коробки угольниками из стали, чтобы преступник не мог вставить в щель ломик или топор. Ставьте на дверь не менее двух надежных замков различной конструкции (например, один цилиндрический, а другой сувальдный). Они должны быть удалены друг от друга не менее чем на 35 - 40 см.

Замки надо ставить с механизмами высокой секретности и прочности, например, с крестообразными ключами или с цифровым набором. Прежде, чем устанавливать замки на дверь, дайте их слесарю (не знающему вас и вашей квартиры) и попросите немного усложнить конфигурацию ключа, а также доработать замки. Это делается просто: в цилиндрический замок вводится упор, в сувальдный вворачивается дополнительный винт.

Наружную дверь обязательно оснастите прочной металлической цепочкой и хотя бы одним надежным засовом. Смотровой глазок в двери тоже не помешает. Желательно, чтобы запирающее устройство наружной двери не имело отверстия для ключа (например, электронный замок с дистанционным кодовым управлением и автономной системой питания). Дело в том, что некоторые преступники впрыскивают через скважину кислоту, разъедающую устройство механического замка.

**Окна являются наиболее уязвимым местом любого помещения.** Стекло легко разбить, выдавить, вырезать стеклорезом. Что можно посоветовать для защиты окон?

Во-первых, на окна в жилых помещениях ставьте только двойные рамы повышенной прочности. Если окна открываются, позаботьтесь о том, чтобы у них были крепкие и надежные шпингалеты.

Во-вторых, окна первых этажей, остекленные двери балконов и лоджий, окна, расположенные рядом с пожарной лестницей, с деревьями, с крышей примыкающих зданий, необходимо прикрывать решетками.

**Сигнализация.** Целесообразно заключить договор с охранными предприятиями о технической охране квартиры или оснастить свое жилище системой сигнализации, то есть целым комплексом приборов, а не одним - единственным устройством на двери. Сигнальные устройства для охраны помещений имеются сейчас в большом выборе. Среди них детекторы разбития стекол, взлома дверей и замков, передвижения людей внутри помещений, перемещений различных предметов. Датчики сигнальных приборов можно размещать на дверях, окнах, решетках, стенах, потолке, мебели, устанавливать их в осветительной арматуре, бытовых электроприборах. В зависимости от принципа действия они бывают инфракрасными, сейсмическими, микроволновыми, акустическими, телевизионными, комплексными. Наиболее эффективны комплексные устройства, но они и дороже других.

## **Рекомендации по предупреждению террористических актов**

1. В целях предупреждения проведения террористических актов изучите реальное состояние среды вашего систематического обитания, какие помещения, узлы, агрегаты установлены (построены) в здании или вблизи его и по всему периметру. Кем они обслуживаются (заняты). Кто несет ответственность за их эксплуатацию и содержание. Телефоны съемщиков и

владельцев помещений и оборудования, телефоны вышестоящих организаций. Внимательно изучите подъезд и этаж обитания. Познакомьтесь со старшим по дому, подъезду, этажу. Изучите места возможного заложения взрывных устройств, складирования взрывоопасных веществ или создания взрывоопасных воздушных или сыпучих смесей. Знайте в лицо работников коммунальной службы, обслуживающей ваш дом.

2. Не оставляйте без внимания появление у дома и проявляющих к нему интерес посторонних лиц, не имеющих к нему функциональной принадлежности, их стремление обследовать, расспросить сведения о местах, подходящих для заложения (складирования) зарядов (взрывчатых веществ).

Особое внимание обратите на стоянку возле дома незнакомых, безнадзорных автомобилей, загруженных или закрытых контейнеров и других подозрительных предметов.

3. При угрозе проведения теракта:

- если есть возможность, отправьтесь с детьми и престарелыми на несколько дней на дачу, в деревню, к родственникам или друзьям;
- обезопасьте свое жилище, уберите пожароопасные предметы - старые запасы красок, растворителей, лаков, бензина и т.п.;
- уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол);
- уберите все предметы, стоящие на шкафах, сервантах, полках и т.п.;
- проверьте, плотно ли у вас закреплены полки и навесные картины (предметы);
- задерните шторы на окнах - это защитит вас от повреждений осколками стекла;
- сложите в сумку необходимые вам документы, не громоздкие носильные вещи, деньги, ценности на случай экстренной эвакуации;
- отложите посещение общественных мест. Окажите психологическую поддержку старым, больным, детям.

**Внимание!** Держите включенной локальную (квартирную) систему оповещения (телевизор, радиоприемник), телефон для получения информации.

4. Если вы обнаружили взрывоопасный предмет:

- не подходите близко к нему;
- немедленно сообщите о находке в полицию;
- не позволяйте случайным людям прикасаться к подозрительному предмету, пытаться его обезвредить, проверить;
- не пользуйтесь вблизи находки мобильным телефоном.

## **Меры защиты при проведении террористических актов**

1. Постарайтесь психологически успокоиться и уточнить обстановку.
  2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалкой, свечами, факелами и т.д.).
  3. Продвигайтесь осторожно, не трогайте поврежденные конструкции или оголившиеся провода.
  4. При задымлении защитите органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).
  5. Включите локальную (квартирную) систему оповещения и проверьте возможность взаимного общения (теле-, радио-, телефонной связью, голосом).
  6. В случае срочной эвакуации возьмите личные документы, не громоздкие и самые необходимые носильные вещи, деньги, ценности. Изолируйте квартиру (закройте все окна и двери). Оповестите соседей об эвакуации. Помогите престарелым и инвалидам покинуть помещение. Возьмите на учет лиц, оставшихся в помещении. Сообщите о случившемся по телефону в соответствующую службу по месту жительства. Входную дверь плотно прикройте, не закрывая на замок.
- При невозможности эвакуации из помещения необходимо принять меры, чтобы о вас знали, выйти на балкон или открыть окно и звать о помощи. С выходом из дома отойти на безопасное расстояние от него и не предпринимать самостоятельных решений об отъезде с места происшествия.
7. Действуйте в строгом соответствии с указаниями должностных лиц.

### **Вас завалило обломками стены**

Постарайтесь взять себя в руки, не падать духом, наберитесь терпения, старайтесь дышать глубоко, ровно, не торопясь. Голосом и стуком привлекайте внимание людей. Если вы находитесь глубоко от поверхности земли, перемещайте влево - вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения вас металлодетектором.

Если пространство около вас относительно свободно, не зажигайте спички, свечи, берегите кислород. Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи. Если у вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпича и т.д.) укрепите обвисающие балки, потолок от обрушения и дожидайтесь помощи. При сильной жажде положите в рот небольшой лоскут ткани (гладкий камушек) и сосите его, дыша носом. При появлении признаков присутствия вблизи людей - стуком и голосом сигнализируйте о себе.

## **Как вести себя при похищении и став заложником террористов**

Похищение людей с целью получения выкупа или обмена стало одним из распространенных видов уголовных преступлений. Кроме того, стать заложником можно случайно, например, при ограблении магазина, банка, квартиры, загородного коттеджа, либо при захвате людей террористами.

Заложник - это человек, который находится во власти преступников. Сказанное не значит, что он вообще лишен возможности бороться за благополучное разрешение той ситуации, в которой оказался. Напротив, от его поведения зависит многое.

### **Меры защиты**

С момента захвата необходимо контролировать свои действия и фиксировать все, что может способствовать освобождению. Надо постараться запомнить все детали транспортировки с места захвата, все увиденное и услышанное за время пребывания в заключении - расположение окон, дверей, лестниц, цвет обоев, специфические запахи, не говоря уже о голосах, внешности и манерах самих преступников. Наблюдать за их поведением, внимательно слушать разговоры между собой, запоминать распределение ролей. Составлять в уме четкий психологический портрет каждого из них.

Человек становится жертвой с момента захвата, и хотя это происходит в разных условиях, жертва всегда испытывает сильное психическое потрясение (шок). Оно обусловлено внезапным резким переходом от фазы спокойствия к фазе стресса. Люди реагируют на такой переход по-разному: одни оказываются буквально парализованы страхом, другие пытаются дать отпор.

**Жизненно важно быстро справиться со своими эмоциями, чтобы вести себя рационально, увеличивая шанс своего спасения.**

Внешняя готовность к контакту с преступниками и обсуждению интересующих их вопросов должна сочетаться с главным правилом: помогать не преступникам, а себе. К тому же преступники нередко находятся под воздействием наркотиков, в состоянии алкогольного опьянения. Надо пытаться смягчить враждебность бандитов по отношению к себе, искать возможности установления индивидуальных контактов с некоторыми из них. Это необходимо хотя бы для того, чтобы избежать физических страданий или улучшить условия содержания. Но внешняя готовность найти общий язык с преступниками, участие в обсуждении волнующих их проблем не должны противоречить упомянутому главному принципу: помогать себе, а не бандитам.

Чтобы сломать заложника психологически, преступники используют следующие меры давления:

- ограничивают подвижность, зрение, слух;

- плохо кормят, мучают голодом и жаждой, лишают сигарет;
- создают невыносимые условия пребывания.

Сохранение психологической устойчивости при длительном пребывании в заточении - одно из важнейших условий спасения заложника

### **Полезно усвоить следующие правила:**

- Старайтесь, насколько это возможно, соблюдать требования личной гигиены.
- Делайте доступные в данных условиях физические упражнения. Как минимум, напрягайте и расслабляйте поочередно все мышцы тела, если нельзя выполнять обычный гимнастический комплекс. Подобные упражнения желательно повторять не менее трех раз в день.
- Очень полезно во всех отношениях практиковать аутотренинг и медитацию. Подобные методы помогают держать свою психику под контролем.
- Вспоминайте про себя прочитанные книги, последовательно обдумывайте различные отвлеченные процессы (решайте математические задачи, вспоминайте иностранные слова и т.д.). Ваш мозг должен работать.
- Если есть возможность, читайте все, что окажется под рукой. даже если это текст совершенно вам не интересен. Можно также писать, несмотря на то, что написанное будет отбираться. Важен сам процесс, помогающий сохранить рассудок.
- Важно следить за временем, тем более что похитители обычно отбирают часы, отказываются говорить какой сейчас день и час. изолируют от внешнего мира. Отмечайте смену дня и ночи (по активности преступников, по звукам, режиму питания и т.д.).
- Старайтесь относиться к происходящему с вами как бы со стороны, не принимая случившееся близко к сердцу, до конца надейтесь на благополучный исход. Страх, депрессия и апатия - три ваших главных врага.
- Не выбрасывайте вещи, которые могут вам пригодиться (лекарства, очки, карандаши и т.д.), старайтесь создать хотя бы минимальный запас питьевой воды и продовольствия на тот случай, если вас надолго бросят одного или перестанут кормить.

**Освобождение.** В том случае, когда преступники сами отпускают на свободу заложника, они отвозят его в какое-то безлюдное место, и там оставляют одного. Другой вариант - его бросают в запертом помещении, выход из которого требует немало времени и сил. Третий вариант - высаживают заложника на оживленной улице (вдали от постов ГИБДД и сотрудников полиции). После этого машину бросают, либо меняют на ней номер.

Может случиться и так, что освободить вас будет полиция. В этом случае надо пытаться убедить преступников, что лучше всего им сдаться. Тогда они могут рассчитывать на более мягкий приговор. Если подобная

попытка не удалась, постарайтесь им внушить, что их судьба находится в прямой зависимости от вашей. Если они пойдут или готовы на убийство, то всякие переговоры властей с ними теряют смысл. И тогда остается только штурм с применением оружия.

Когда преступники и заложники выходят наружу из убежища, им всем приказывают держать руки за головой. Не следует этим возмущаться, делать резкие движения. Пока не пройдет процедура опознания, меры предосторожности необходимы.

Если начался штурм или вот-вот начнется, попытайтесь прикрыть свое тело от пуль. Лучше всего лечь на пол подальше от окон и дверей, лицом вниз, не на прямой линии от оконных и дверных проемов. В момент штурма не берите в руки оружие преступников. Иначе бойцы штурмовой группы могут принять вас за преступника и выстрелить на поражение. Им некогда разбираться в это время. Преступники во время штурма нередко стремятся спрятаться среди заложников. Старайтесь в меру своих возможностей не позволять им этого делать, немедленно сообщайте о них ворвавшимся бойцам. Когда место содержания заложника и нахождения преступников установлено, спецслужбы стремятся использовать имеющиеся у них технические средства для прослушивания разговоров, ведущихся в помещении. Помните об этом и в разговоре с бандитами сообщайте информацию, которая, будучи перехвачена, может быть использована для подготовки штурма. Особенно важны сведения о ярких и бросающихся в глаза приметах, по которым можно отличить заложника от преступника, о вооружении бандитов, об их количестве, расположении внутри помещения, их моральном состоянии и намерениях.