



ВНУТРИГОРОДСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ ВАСИЛЬЕВСКИЙ



ПАМЯТКА ПО ДЕЙСТВИЯМ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ



ПРОКУРАТУРА ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА



Изготовлено по заказу Местной администрации внутригородского
муниципального образования Санкт-Петербурга муниципального округ Васильевский,
199004, Санкт-Петербург, В.О. 4-я линия, д. 45.
Тел./факс: 323-32-34, 328-58-31

Формат А5, тираж 100 экз. Подписано в печать 15.03.2022 г.

Подготовка издания, печать: ООО «Первый формат», 198218, Санкт-Петербург,
ул. Академика Павлова, д. 5, лит. А

Содержание

1. Безопасность при гидродинамических авариях	3
2. Безопасность в очаге инфекционного заболевания	4
3. Безопасность при наводнении	4
4. При природных чрезвычайных ситуациях	5
5. Безопасность при террористических акциях	7
6. Химическая авария	9
7. Радиационная авария	11
8. Клещевой энцефалит и боррелиоз	14
9. Правила поведения на льду	16
10. Ргутное отравление	17
ТЕЛЕФОНЫ для информирования о чрезвычайных ситуациях	20



Уважаемые жители внутригородского муниципального образования Санкт-Петербурга муниципального округ Васильевский!

Современного человека опасности природного и техногенного характера подстерегают на каждом шагу. Могут ли люди повысить свою защищенность от этих опасностей? Безусловно, могут! Одной из главных задач на сегодняшний день для нас является повышение защиты населения и информированность людей в вопросах безопасности жизнедеятельности.

Информация, изложенная в брошюре «Памятка по действиям населения при чрезвычайных ситуациях», которую Вы держите в руках, поможет принять правильное решение в сложной ситуации.

Мы должны уметь действовать быстро и правильно, чтобы выжить самим и помочь выжить своим близким, родственникам и тем, кто рядом.

Берегите себя!

С уважением,



Глава внутригородского муниципального образования Санкт-Петербурга муниципального округ Васильевский

И.С. Фигурин

Глава Местной администрации внутригородского муниципального образования Санкт-Петербурга муниципального округ Васильевский

Д.В. Иванов

Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О 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 обучение 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.

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

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

Граждане Российской Федерации имеют право:

- на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- в соответствии с планами 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;
- 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.
- 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 пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты, постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в указанной области;
- выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций;
- при необходимости оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.

1. Безопасность при гидродинамических авариях

Опасность разрушения плотин потенциально угрожает только областям, находящимся ниже по течению. Их катастрофическое затопление может привести к массовой гибели людей, прекращению судоходства и работы объектов экономики.

Населению, проживающему в непосредственной близости от гидродинамических опасных объектов, необходимо заранее знать:

- систему предупреждения об авариях;
- несколько маршрутов эвакуации на возвышенные участки местности;
- где разместить семью в случае аварии и затопления территории, что взять с собой при эвакуации.

1.1. При оповещении об аварии и распоряжении об эвакуации:

- отключите воду, газ, электричество, погасите огонь в печи;
- сделайте запасы пищи и воды в герметичной таре;
- укрепите (забейте) окна, двери нижних этажей;
- идите на сборный эвакуационный пункт;
- возьмите необходимые вещи и документы;
- перенесите на верхние этажи ценные вещи.

1.2. При непосредственной угрозе разрушения плотины необходимо:

- эвакуироваться на возвышенный участок местности;
- оставаться там до спада воды или сообщения, что опасность миновала.

1.3. Наиболее безопасны при затоплении:

- верхние этажи зданий, чердаки и крыши домов;
- верхние ярусы прочных сооружений;
- высокие деревья;
- возвышенности рельефа местности.

1.4. После спада воды:

Остерегайтесь оборванных и провисших проводов и немедленно сообщайте о них, а также о разрушении канализационных или водопроводных магистралей в соответствующие коммунальные службы.

Не употребляйте в пищу продукты, которые находились в контакте с водными потоками.

Проверьте всю питьевую воду перед употреблением. Колодцы с питьевой водой следует осушить, т.е. выкачать из них воду.

1.5. Прежде чем войти в здание:

- осмотрите повреждения и убедитесь, что нет опасности;
- войдя, проветрите его.

2. Безопасность в очаге инфекционного заболевания

При введении режима карантина или обсервации.

2.1. Необходимо:

- не покидать места жительства без специального разрешения;
- носить ватно-марлевую повязку;
- ежедневно проводить влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов;
- сжигать мусор;
- не выходить из дома без крайней надобности, избегать скоплений людей;
- дважды в сутки измерять температуру;
- при симптомах заболевания срочно сообщить в медицинское учреждение, больного изолировать от окружающих в отдельной комнате или отгородить ширмой;
- тщательно, особенно перед едой, мыть руки с мылом;
- воду (из проверенных источников) пить только кипяченой;
- мыть сырые овощи, а фрукты обдавать кипятком.

2.2. При уходе за больным:

Надевайте халат, шапочку или косынку.

Выделите больному отдельную постель, его полотенце регулярно стирайте, посуду мойте.

Дважды в день проводите влажную уборку с дезинфицирующими средствами.

Лицам, общающимся с больными, не рекомендуются контакты со здоровыми, кроме медперсонала.

2.3. После госпитализации больного:

Продезинфицируйте квартиру.

Постельное белье и посуду прокипятите 15 мин в 2%-ном растворе соды или замочите на 2 ч в 2%-ном дезинфицирующем растворе. Посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

3. Безопасность при наводнении

Оказавшись в зоне затопления, оставайтесь на верхнем этаже или крыше здания, на дереве или другом возвышенном месте.

3.1. При внезапном наводнении:

- быстро займите ближайшее возвышенное место.
- днем вывесьте белое (или цветное) сигнальное полотнище, в темноте - подавайте световые сигналы.
- При вынужденной самоэвакуации (вода у порога!) спасайтесь на плоту из подручных средств.
- Самостоятельно из затопленного района можно выбираться лишь в безвыходных ситуациях, когда надежды на спасателей нет.

3.2. Вы оказались в воде:

- Держитесь за плавающие предметы.
- Попытайтесь связать из плавающих предметов плот.
- Отталкивайте опасные предметы с острыми частями.
- Эвакуируйтесь в безопасное место.
- Не поддавайтесь панике. Сигнальте о себе.

3.3. После спада воды:

- Остерегайтесь порванных и провисших электропроводов.
- Не используйте воду без соответствующей санитарной проверки и не употребляйте продукты питания, попавшие в нее.

3.4. В доме:

- Как только войдете в дом, распахните окна и двери.
- Не зажигайте огонь до полного проветривания.
- Не включайте освещение и электроприборы до проверки исправности электросети.

4. При природных чрезвычайных ситуациях

Ураган - это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч, а в приземном слое - 200 км/ч. Буря - длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/с, наблюдается обычно при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше.

Опасность для людей при таких природных явлениях заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередачи и связи, наземных трубопроводов, а также поражений людей обломками разрушенных сооружений, осколками стекол, летящими с большой скоростью.

Кроме того, люди могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий. При снежных и пыльных бурях опасны снежные заносы и скопления пыли («черные бури») на полях, дорогах и в населенных пунктах, а также загрязнение воды.

4.1. Необходимо выяснить заранее:

Сигналы оповещения о приближающихся стихийных бедствиях способы защиты людей и повышения устойчивости сооружений к воздействию ураганного и штормового ветра;

Правила поведения людей при возникновении ураганов и снежных заносов

Места укрытий в ближайших подвалах, убежищах или наиболее прочных и устойчивых зданиях членов Вашей семьи, родственников и соседей

Пути выхода и районы размещения при организованной эвакуации из зон повышенной опасности;

4.2. После получения сигнала о штормовом предупреждении:

закрыть окна;

освободить балконы и территорию двора от пожароопасных предметов;

подготовить запас продуктов и воды на 2-3 суток на случай эвакуации в безопасный район, а также автономных источников освещения (фонарей, свечей);

перейти из легких построек в более прочные здания или в защитные сооружения.

4.3. Если ураган (буря) застал Вас в здании:

отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений (в коридоре, у встроенных шкафов, в ванных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами);

отключите электроэнергию;

закройте краны на газовых сетях;

в темное время суток используйте фонари, лампы, свечи;

включите телевизор, радиоприемник для получения информации.

4.4. Если ураган (буря) застали Вас на улице:

держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, рекламных щитов, деревьев, промышленных объектов.

для защиты от легких обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства.

старайтесь быстрее укрыться в прочных зданиях, имеющихся в населенных пунктах.

не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться от новых порывов.

4.5. Действия руководителя при урагане:

- организовать оповещение персонала.
- организовать прекращение всех высотных работ.
- принять меры по защите персонала.
- произвести надежное крепление всех слабых конструкций, организовать укрытие строительных и других материалов.

5. БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКЦИЯХ

5.1. Вас украл, взяли в заложники:

- Не конфликтуйте с похитителями и террористами.
- Постарайтесь установить с ними нормальные отношения.
- Не делайте резких движений. На всякое действие спрашивайте разрешение.
- При угрозе применения оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц.
- При ранении меньше двигайтесь - это уменьшит кровопотерю.
- В присутствии террористов не выражайте недовольствие, воздержитесь от крика и стонов.
- Используйте любую возможность для спасения.
- Если произошел взрыв, примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.
- Запомните приметы террористов (лица, одежду, оружие - все, что может помочь спецслужбам).
- Во время освобождения выберите место за укрытием, не высовывайтесь до окончания стрельбы, выполняйте требования работников спецслужб.

5.2. Захватили ваш самолет (автобус):

- Не привлекайте к себе внимание террористов.
- Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.
- Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, если возможно, читайте.
- Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения.
- Не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.
- При попытке штурма ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до его окончания.
- После освобождения немедленно покиньте самолет (автобус): не исключены его минирование и взрыв.

5.3. При перестрелке:**5.3.1. Вы на улице:**

сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост (автомобиль - не лучшая защита во время перестрелки; его металл тонок, а горючее взрывоопасно);

при первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, подземном переходе и т.д.;

примите меры по спасению детей, прикройте их собой;

по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам полиции.

5.3.2. Вы в доме:

немедленно отойдите от окна;

задерните шторы (палкой, шваброй или за нижний край, сидя на корточках);

укройте домашних в ванной комнате;

передвигайтесь по квартире, пригнувшись или ползком.

5.4. При угрозе взрыва:

Заметив подозрительные предметы, запретите окружающим прикасаться к ним и сообщите в полицию.

В помещении – опасайтесь падения штукатурки, арматуры, шкафов, полок. Держитесь в стороне от окон, зеркал, светильников. На улице - отбегите от зданий, сооружений, столбов и ЛЭП.

При заблаговременном оповещении об угрозе покиньте здание, отключив электричество и газ, взяв необходимое (вещи, документы, запас продуктов и медикаментов).

5.5. Взрыв рядом с вашим домом:

Успокойте близких. Позвоните в полицию.

При эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости.

Продвигаясь к выходу, не касайтесь проводов и поврежденных конструкций.

В разрушенном или поврежденном помещении не пользуйтесь спичками, свечами, факелами и т.п.

Действуйте в соответствии с указаниями прибывших на место взрыва спасателей, сотрудников полиции.

5.6. Признаки взрывного устройства:

Натянутые проволока, шнур.

Провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины.

«Бесхозные» сумка, портфель, коробка, сверток и т. п.

5.7. Вы - в завале:**5.7.1. Завалило помещение:**

- отключите электричество, газ, воду;
- убедитесь, что рядом нет пострадавших;
- если есть раненые, окажите им посильную помощь;
- Сообщите о случившемся «наружу» по телефонам: 01 (010, 112), 02, 03, 04, а также голосом, громким частым стуком. Если нет угрозы обрушения или пожара - устройтесь в относительно безопасном месте (дверном проеме в несущих стенах, ванной, рядом с массивной деревянной мебелью).

5.7.2. Завалило вас:

- дышите глубоко и ровно;
- осмотрите и осторожно ощупайте себя;
- постарайтесь остановить кровотечение (платком, ремнем, поясом перетяните, но не очень сильно, артерию на руке/ноге выше раны; «жгут» можно оставить не более чем на час);
- расчистите вокруг себя пространство. Отодвиньте твердые и острые предметы;
- отползите в безопасное место;
- придавило чем-то тяжелым руку/ногу - постарайтесь наложить «жгут» выше места сдавления;
- если есть возможность пить - пейте любую жидкость и побольше;
- голосом и стуком привлекайте внимание людей;
- находясь глубоко под обломками здания, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения вас эхопеленгатором;

Не зажигайте огонь!

Иногда можно самому выбраться из завала. Делать это надо очень осторожно, стараясь не вызвать нового обвала. Если выбраться удалось - обязательно найдите штаб спасательных работ и зарегистрируйтесь.

6. ХИМИЧЕСКАЯ АВАРИЯ

Химическая авария – это нарушение технологических процессов на производстве, повреждение трубопроводов, емкостей, хранилищ, транспортных средств, приводящее к выбросу аварийно-химически опасных веществ (АХОВ) в атмосферу в количествах, представляющих опасность для жизни и здоровья людей, функционирования биосферы.

Опасность химической аварии для людей и животных заключается в нарушении нормальной жизнедеятельности организма и возможности отдаленных генетических последствий, а при определенных обстоятельствах – в летальном исходе при попадании АХОВ в организм через органы дыхания, кожу, слизистые оболочки, раны и вместе с пищей. Химическая авария может сопровождаться взрывами и пожарами.

6.1. Как подготовиться к химической аварии.

Уточните, находится ли вблизи места вашего проживания или работы химически опасный объект. Ознакомьтесь со свойствами, отличительными признаками и потенциальной опасностью АХОВ, имеющихся на данном объекте. Запомните характерные особенности сигнала оповещения населения о химической аварии.

Изготовьте и храните в доступном месте ватно-марлевые повязки для себя и членов семьи, а также памятку по действиям населения при аварии на химически опасном объекте (такие памятки обязаны выдавать жителям опасной зоны в структурных подразделениях МЧС. Они полезны тем, что там написаны признаки утечки АХОВ и главное – способы защиты себя и близких при возникновении ЧС). По возможности приобретите противогазы или другие средства защиты органов дыхания.

6.2. Как действовать при химической аварии.

Услышав сигнал: ВНИМАНИЕ ВСЕМ!

Включите радиоприемники телевизор для получения достоверной информации об аварии и рекомендуемых действиях.

Закройте окна, отключите электробытовые приборы и газ.

Наденьте, если есть, резиновые сапоги, плащ, возьмите документы, необходимые теплые вещи, запас непортящихся продуктов, оповестите соседей и быстро, но без паники, выходите из зоны возможного заражения перпендикулярно направлению ветра.

Для защиты органов дыхания используйте противогаз, а при его отсутствии – ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде, 2-5%-ном растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2%-ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака).

При невозможности покинуть зону заражения плотно закройте двери, окна, вентиляционные отверстия и дымоходы. Имеющиеся в них щели заклейте бумагой или скотчем. Не укрывайтесь в подвалах и полуподвалах при авариях с хлором (он тяжелее воздуха в 2 раза). При авариях с аммиаком необходимо укрываться на нижних этажах зданий (аммиак легче воздуха в 1,6 раза).

6.3. Как действовать после химической аварии.

При подозрении на поражение АХОВ исключите любые физические нагрузки, примите обильное питье (молоко, чай) и немедленно обратитесь к врачу. Вход в здания разрешается только после проверки содержания в них АХОВ. Если вы попали под непосредственное воздействие АХОВ, то при первой возможности примите душ. Зараженную одежду постирайте. Проведите тщательную влажную уборку помещения. Воздержитесь от употребления водопроводной (колодезной) воды, фруктов и овощей из огорода, мяса скота и птицы, забитых после аварии, до официального заключения об их безопасности.

7. РАДИАЦИОННАЯ АВАРИЯ

7.1. Радиационная авария – это нарушение правил безопасной эксплуатации ядерно-энергетической установки, оборудования или устройства, при котором произошел выход радиоактивных продуктов или ионизирующего излучения за предусмотренные проектом пределы их безопасной эксплуатации, приводящий к облучению населения и загрязнению окружающей среды.

Основными поражающими факторами таких аварий являются радиационное поражение людей и радиоактивное загрязнение территории. Аварии могут сопровождаться взрывами и пожарами.

Величина нормального естественного радиационного фона для территории Московской области не должна превышать 20 мкР/ч.

Радиационное воздействие на человека заключается в нарушении жизненных функций различных органов (главным образом органов кроветворения, нервной системы, желудочно-кишечного тракта) и развитии лучевой болезни.

7.2. Как подготовиться к радиационной аварии.

Уточните наличие вблизи Вашего места проживания или работы радиационно-опасного объекта и получите возможно более подробную и достоверную информацию о нем. Выясните в ближайшем органе управления ГОЧС способы оповещения населения при аварии на интересующем Вас радиационно опасном объекте. Изучите порядок Ваших действий в случае радиационной аварии.

Создайте запасы необходимых средств, предназначенных для использования в случае аварии (герметизирующих материалов, таблеток йодида калия, продовольствия, воды и т.д.).

7.3. Как действовать при оповещении о радиационной аварии.

Находясь на улице, немедленно защитите органы дыхания платком (шарфом) и поспешите укрыться в помещении.

Оказавшись в укрытии, снимите верхнюю одежду и обувь, поместите их в пластиковый пакет и примите душ.

Закройте окна и двери.

Включите телевизор и радиоприемник для получения дополнительной информации об аварии и указаний местных властей.

Загерметизируйте вентиляционные отверстия, щели на окнах (дверях) и не подходите к ним без необходимости.

Сделайте запас воды в герметичных емкостях. Открытые продукты заверните в полиэтиленовую пленку и поместите в холодильник (шкаф).

Для защиты органов дыхания используйте респиратор, ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные водой для повышения их фильтрующих свойств.

При получении сообщения об угрозе радиационной аварии необходимо немедленно принять таблетки йодида калия (йодная профилактика).

Сущность йодной профилактики заключается в том, чтобы заблокировать поступление и накапливание в щитовидной железе радиоактивного йода путем заблаговременного приема препаратов стабильного йода (таблетки йодида калия (КJ)). Суточная доза и продолжительность йодной профилактики составляют оптимальную схему экстренной йодной профилактики.

7.4. Как действовать на радиоактивно загрязненной местности.

В первую очередь необходимо соблюдать Правила радиационной безопасности (памятка населению):

максимально ограничить пребывание на открытой территории, при выходе из помещений использовать средства индивидуальной защиты;

при нахождении на открытой территории не раздеваться, не прислоняться, не садиться на землю, не курить;

периодически увлажнять землю возле домов, производственных помещений (уменьшение пылеобразования);

перед входом в помещение вытряхнуть одежду, почистить ее влажной щеткой, обтереть мокрой тряпкой, помыть обувь;

соблюдать правила личной гигиены;

в помещениях, где живут и работают люди, ежедневно проводить влажную уборку с применением моющих средств;

пищу принимать только в закрытых помещениях, помыв руки с мылом и прополоскав рот 0,5 %-ным раствором питьевой соды;

воду употреблять только из проверенных источников, а продукты питания - приобретенные через торговую сеть;

при организации массового питания необходима проверка продуктов питания на загрязненность;

запрещается купаться в открытых водоемах до проверки степени их радиоактивного загрязнения;

не собирать в лесу грибы, ягоды, цветы;

при угрозе радиационных поражений (ЯВ или РА) необходимо заблаговременное проведение экстренной йодной профилактики.

7.5. Безопасность при радиационных авариях:

7.5.1. При оповещении о радиационной аварии:

освободите от продуктов холодильник;

выбросите скоропортящиеся продукты и мусор;

выключите воду, газ, электричество, погасите огонь в печи;

следуйте на сборный эвакуационный пункт;

наденьте средства индивидуальной защиты;

возьмите необходимые вещи, документы, продукты питания.

7.5.2. При отсутствии убежища и средств защиты:

- закройте окна и двери;
- загерметизируйте помещение;
- защитите продукты питания, сделайте запас воды;
- ждите информацию;
- отойдите от окна;
- проведите йодную профилактику.

Профилактика препаратами йода.

Неделю ежедневно принимайте по таблетке (0,125 г) йодистого калия (дети до двух лет - по 1/4 части таблетки (0,03 г); таблетки выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии), либо йодистую настойку: три-пять капель (дети до двух лет - одну-две капли) 5%-го раствора йода на стакан воды.

7.5.3. В безопасном районе:

- Пройдите дозиметрический контроль.
- Пройдите санитарную обработку (снимите все с себя, уложите в полиэтиленовые мешки и сдайте на пункт приема, примите душ).
- Получите чистые одежду и обувь.
- Пройдите дозиметрический контроль повторно.

При проживании в местах с повышенным радиационным фоном главная опасность – попадание радиоактивных веществ в организм с воздухом, пищей и водой.

7.5.4. Защита органов дыхания.

Используйте респираторы «Лепесток», Р-2, У-2К (для взрослых), ватно-марлевые повязки, противопыльные тканевые маски ПТМ-1, а также гражданские противогазы.

Средства индивидуальной защиты можно не использовать при нахождении в жилых и административных зданиях, в тихую безветренную погоду и после дождя.

7.5.5. Защита кожных покровов:

Во избежание поражения (ожогов) кожных покровов радиоактивными веществами необходимо использовать плащи с капюшонами, накидки, комбинезоны, резиновую обувь, перчатки.

Защитные свойства обычной одежды можно улучшить, увеличив ее герметичность застежками-молниями, завязками, клапанами, а также пропиткой водно-эмульсионной смесью: 2 л горячей воды, 250-300 г измельченного мыла, 0,5 л минерального или растительного масла.

7.5.6. Защита жилища, источников воды и продуктов питания:

- Окна в домах закройте пленкой, входные двери - шторами.
- Закройте дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). «Дорожки» и ковры сверните, мягкую мебель накройте чехлами, столы - клеенкой или полиэтиленовой пленкой. Перед входной дверью поставьте емкость с водой и рядом расстелите коврик.

Колодцы оборудуйте крышками, навесами и глиняными отмоотками. Продукты храните в стеклянной таре или полиэтиленовых пакетах, в холодильниках.

7.6. Правила поведения и личной гигиены:

Максимально ограничьте пребывание на открытой территории; выходя из помещений, пользуйтесь респиратором (повязкой), плащом, резиновыми сапогами.

На открытой территории не раздевайтесь, не садитесь на землю, не курите.

Периодически поливайте (увлажняйте) территорию возле дома для уменьшения пылеобразования.

Перед входом в помещение обувь обмывайте водой или обтирайте мокрой тряпкой, верхнюю одежду отряхивайте и чистите влажной щеткой.

Строго соблюдайте правила личной гигиены.

Во всех помещениях для людей ежедневно проводите влажную уборку с применением моющих средств.

Ешьте только в закрытых помещениях, тщательно мойте руки с мылом перед едой и полощите рот 0,5%-м раствором питьевой соды.

Воду употребляйте только из проверенных источников, а продукты питания - из торговой сети (сельскохозяйственные продукты из индивидуальных хозяйств, особенно молоко, зелень, овощи и фрукты - только по рекомендации органов здравоохранения).

Не купайтесь в открытых водоемах до проверки степени их радиоактивного загрязнения.

Не собирайте ягоды, грибы и цветы.

8. Клещевой энцефалит и боррелиоз

Энцефалит (encephalitis) – воспаление головного мозга. Различают первичный энцефалит (клещевой энцефалит, японский энцефалит, герпетический энцефалит и др.), при котором возбудитель энцефалита проникает в мозг и поражает его, и вторичный (коровой энцефалит, ветряночный энцефалит и др.), при котором энцефалит является осложнением другого заболевания.

Клещевой боррелиоз (болезнь Лайма) – инфекционное трансмиссивное природоочаговое заболевание, вызываемое спирохетами и передающееся клещами, имеющее склонность к хроническому и рецидивирующему течению и преимущественному поражению кожи, нервной системы, опорно-двигательного аппарата и сердца.

8.1. Напоминаем о мерах профилактики клещевых инфекций - это:

- вакцинация против клещевого энцефалита;
- экстренная иммунопрофилактика в случае укуса клеща;
- использование репеллентов, особенно при длительном нахождении в лесу;
- проведение само- и взаимоосмотров каждые 1,5-2 часа нахождения в лесу;
- выбор такой одежды, чтобы клещи не могли попасть под нее и на открытые участки кожи, за воротник, на волосы.

Вакцинация от клещевого энцефалита осуществляется в медицинских учреждениях по месту медицинского обслуживания на платной основе.

В случае присасывания клеща необходимо обратиться в ближайшее медучреждение (в поликлинику или травмопункт), где клеща удалят, окажут пострадавшему первую медпомощь и выдадут направление для бесплатного исследования насекомого на наличие вируса клещевого энцефалита.

Если у клеща обнаружат вирус, пострадавшему придется пройти иммунопрофилактику: детям в таких случаях назначают иммуноглобулин, а взрослым - йодоантипирин. Профилактическую помощь взрослым оказывают в клинической инфекционной больнице имени Боткина (Миргородская ул., дом 3/4): с 9.00 до 18.00 в поликлинике, а с 18.00 до 9.00 - в приемном отделении (телефон для справок 717-46-91). Маленьким петербуржцам следует обращаться в детскую инфекционную больницу № 3 (Большой пр. В. О., дом 77/17, вход с 24-й линии, телефон 321-53-95).

Детям до 18 лет, если ребёнок не привит, вводят противоклещевой гаммаглобулин бесплатно в ЛПУ по месту жительства, независимо от результатов исследования клеща.

Взрослым введение гаммаглобулина рекомендуется после получения результатов исследования клеща. Приобрести противоклещевой гаммаглобулин можно в аптечной сети города. Однако, обращаем ваше внимание, что самостоятельное использование иммуноглобулина для экстренной профилактики крайне не рекомендуется.

8.2. Как самостоятельно удалить насекомое:

- Место укуса обильно смазать маслом, чтобы насекомое задохнулось;
- Удалить клеща пинцетом или петлей из нити, непременно с головой и хоботком;
- Если хоботок остался в ранке - удалить его стерильной иглой;
- После удаления место укуса смазать раствором йода, спиртом или одеколоном.

8.3. Как избежать неприятностей:

- Одежда должна быть с длинными рукавами. Обувь - высокая. Обязателен головной убор;

- Место привала необходимо освободить от сухой травы, ветвей, хвороста в радиусе 20-25 метров;
- Стоит использовать эффективные репелленты (хотя медики утверждают, что не все они отпугивают кровососов).

9. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

- ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь);
- убедительная просьба к родителям не отпускать детей на лед без присмотра;
- нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется вода – это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае нужно немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин;
- при переходе через реку следует пользоваться ледовыми переправами;
- при наличии груза следует повесить его на одно плечо, что позволит легко освободиться от него при необходимости;
- при групповом переходе водоема необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м);
- на замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20-25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее ухватиться за шнур;
- одна из самых частых причин трагедий на водоёмах – алкогольное опьянение: люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

Если человек провалился в воду, следует:

- не поддаваться панике;
- не наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться;
- широко раскинуть руки, чтобы не погрузиться с головой в воду;
- опереться локтями на лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постараться забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащить вторую ногу и быстро выкатиться на прочную поверхность;

- без резких движений ползти как можно дальше от опасного места в обратном направлении;
- звать на помощь;
- удерживаясь на поверхности воды, стараться тратить на это меньше физических усилий;
- находясь на плаву, держать голову как можно выше над водой.

10. РТУТНОЕ ОТРАВЛЕНИЕ

Ртуть применяется в термометрах, манометрах, газоразрядных приборах, при производстве хлора и едкого натра. Ртуть и ее соединения ядовиты. Она легко испаряется даже при низкой температуре.

10.1. Нужно помнить:

Признаки отравления парами ртути, даже кратковременный контакт с ртутью приводит к серьезным проблемам со здоровьем. У человека может пропасть аппетит, начаться бессонница, насморк, диарея, слезотечение, раздражения кожи, в ряде случаев возникают провалы памяти и мускульный тремор. В случае, если человек долгое время контактировал с ртутью, это может привести к серьезным проблемам: резкой потере веса, повреждению головного мозга, почек, легких, иммунной системы и пр.

10.2. Запрещается:

- Использовать пылесос. Если Вы пытаетесь собрать ртуть с помощью пылесоса, это приведет к еще большему распространению паров ртути. Если пылесос был использован - его необходимо немедленно выбросить.
- Использовать метлу или швабру. В этом случае шарики ртути будут разбиты на еще более мелкие частицы, которые невероятно трудно собрать.
- Выбрасывать ртуть в унитаз. Она может осесть в канализационных трубах и продолжит оказывать негативное влияние на здоровье людей. Извлечь ртуть из канализации невероятно сложно.
- Стирать одежду или предметы, контактировавшие с ртутью в стиральной машине или использовать для очистки посуды посудомоечную машину. Одежду и обувь, контактировавшие с ртутью, следует немедленно выбросить.

Действия при разливе ртути:

- При разливе большого количества ртути необходимо быстро покинуть опасное место и срочно вызвать специалистов.
- Немедленно откройте окна в зараженном помещении.
- Выключите искусственную вентиляцию.
- Удалите детей и домашних животных.

□ Ртуть можно легко удалить с линолеума, дерева и иных гладких поверхностей. Если ртуть попала на ковер или ковровое покрытие, этот участок необходимо вырезать, тщательно упаковать и выбросить. Что необходимо использовать для удаления ртути: для удаления ртути можно использовать полиэтиленовые пакеты, плотные мешки для мусора, резиновые или латексные перчатки, респиратор, бумажные полотенца или салфетки, картонку или скребок с резиновым кончиком, клейкую ленту (скотч), крем для бритья, фонарик. Для удаления ртути прежде всего необходимо убрать осколки стекла. Их следует аккуратно переместить в пластиковый пакет, который тщательно закрыть (завязать). С помощью картонки или скребка медленными плавными движениями переместить ртуть на бумажное полотенце, которое также следует опустить в мешок (смотри выше). Для сбора отдельных частиц можно использовать клейкую ленту. После того как видимые частицы ртути удалены, используйте крем для бритья, для того, чтобы обильно покрыть место, где разбился градусник. Пену опять-таки необходимо собрать. Используйте фонарик, чтобы найти частицы ртути, которые могут быть не видны при обычном освещении. Все предметы, которые использовались для удаления ртути, следует также упаковать в мешки для мусора. После того, как помещение очищено, следует открыть окна и включить вентиляцию. Желательно не заходить в эту комнату, по меньшей мере 24 часа. После этого можно тщательно вымыть полы водой (до этого воду использовать категорически не рекомендуется).

□ Если помещение заражено значительным количеством ртути (больше, чем содержится в одном градуснике): изолируйте это помещение откройте окна если есть кондиционер, постарайтесь охладить помещение не давайте никому приблизиться к этому помещению. Не включайте поблизости вентиляторы, пылесосы, фены и пр. немедленно сообщите о происшествии компетентным службам.

**Ответственность за нарушения в области чрезвычайного положения
в соответствии с кодексом Российской Федерации
об административных правонарушениях
(Федеральный закон от 30 декабря 2001 года № 195-ФЗ)**

Статья 19.13. Заведомо ложный вызов специализированных служб

Заведомо ложный вызов пожарной охраны, милиции, скорой медицинской помощи или иных специализированных служб - влечет наложение административного штрафа в размере от одной тысячи до одной тысячи пятисот рублей.

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.

ТЕЛЕФОНЫ для информирования о чрезвычайных ситуациях

Единая служба МЧС России	01 (010 с мобильного)
Полиция	02
Скорая медицинская помощь	03
Аварийная газовая служба	04
Региональная служба спасения Санкт-Петербурга и Ленинградской области	380-91-19 545-35-18 545-47-45
Телефон экстренной службы с мобильного телефона (можно звонить даже без сим-карты, без денег на счете и с заблокированной клавиатурой телефона)	112 (с МТС соединение напрямую со службой спасения)
Дежурный по управлению ФСБ по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	438-71-10
Дежурный службы по борьбе с терроризмом управления ФСБ по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	438-74-14
Главное управление МЧС по Санкт-Петербургу, оперативный дежурный	764-10-10
Единый «телефон доверия» МЧС по Санкт-Петербургу	299-99-99 (круглосуточно)
Главное управление МЧС по Ленинградской области, оперативный дежурный	334-29-20
Единый «телефон доверия» МЧС по Ленинградской области	579-99-99 (круглосуточно)
Аварийные ситуации в быту	
Повреждения освещения на уличных электрических сетях	312-95-94
Повреждения водопроводной уличной сети (холодная вода)	305-09-09
Повреждения водопроводной уличной сети (горячая вода)	315-13-13