



УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ИХБФМ СО РАН

к.х.н.

«30» января 2024 года

В.В. Коваль

**ПЛАН – КОНСПЕКТ**  
**проведения занятия по программе курсового обучения**  
**сотрудников ИХБФМ СО РАН в области гражданской обороны и защиты**  
**от чрезвычайных ситуаций**

**ТЕМА №7: «Действия работников Института в условиях негативных и опасных факторов бытового характера»**

**Учебные вопросы:**

1. Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению.
2. Действия при бытовых отравлениях, укусе животными и насекомыми.
3. Правила действий по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, при пожаре, на водных объектах, в походе и на природе.
4. Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС.

**Учебные цели:**

1. Ознакомление обучаемых с опасностями, присущими в быту.
2. Ознакомление обучаемых с основными способами личной и общественной безопасности.

**Время:** 1 час.

**Метод:** Самостоятельная подготовка.

**Используемая литература:**

1. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. №68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
2. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. №69-ФЗ «О пожарной безопасности».
3. Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. №28-ФЗ «О гражданской обороне».
4. Федеральный закон от 30 декабря 2001 г. №195-ФЗ «Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях».
5. Закон Российской Федерации от 14 мая 1993 г. №4979-1 «О ветеринарии».

6. Безопасность жизнедеятельности и действия населения в чрезвычайных ситуациях.—М.: ИРБ, 2008. (Электронное издание.)
7. Краткая энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях / Под общ. ред. Ю.Л.Воробьева. — Калуга: Облиздат, 2000.
8. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: Уч. пос. для высш. школы / В.С.Сергеев. — М.: Академический проект, 2004.
9. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них: Уч. пос. для студентов высш. уч. заведений / А.В. Баринов. - М.: Владос-Пресс, 2003.
10. Кульпинов С. В. Обучение работающего населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций: Методические рекомендации и конспекты лекций. — М.: ИРБ, 2006.
11. Первая медицинская помощь при чрезвычайных ситуациях.— М.: Военные знания.

## **1 учебный вопрос**

### **ВОЗМОЖНЫЕ НЕГАТИВНЫЕ И ОПАСНЫЕ ФАКТОРЫ БЫТОВОГО ХАРАКТЕРА И МЕРЫ ПО ИХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ.**

Современная бытовая жизненная среда содержит массу источников опасностей, которые могут оказать негативное воздействие на здоровье и жизнь человека. Это электроаппаратура, система газоснабжения, медикаменты, ядовитые и огнеопасные вещества и тому подобное. Заложенные требования к окружающей нас среде в законах, СНиП, ГОСТ, в других нормативных актах должны обеспечить и обеспечивают нам безопасное существование.

Для того, чтобы возникла реальная опасная ситуация, необходимо условие, «пусковой механизм», при котором потенциальная опасность переходит в реальную. Логическим путем развития опасности, реализации потенциальной угрозы является триада «источник опасности — условие — опасная ситуация».

К поражающим факторам относят такие факторы жизненной среды, которые в определенных условиях наносят ущерб людям и системам жизнеобеспечения людей, приводят к материальным убыткам. В зависимости от последствий влияния конкретных поражающих факторов, они в некоторых случаях подразделяются на опасные и негативные (вредные).

Опасности подстерегают нас вокруг- от ступенек дома до окон балкона. Поэтому мы с вами будем вести разговор о дополнительных факторах опасности, с которыми вы можете столкнуться. Определим, как избежать такие опасности и что надо сделать, чтобы не попадать в такие ситуации вам и вашим родным и близким.

Опасный фактор — фактор, воздействие которого на человека в определенных условиях может оказать следующие отрицательные воздействия на человека:

Аварии на коммунально-энергетических сетях стали обычным явлением. Внезапное отключение электроснабжения, теплоснабжения, газового снабжения, водоснабжения, телефонии, телевидения, радиосвязи и других служб, оказывающих влияние на жизнедеятельность населения, являются факторами, способствующими возникновению чрезвычайных ситуаций.

К поражающим факторам относятся такие факторы жизненной среды, которые в определенных условиях наносят ущерб людям и системам жизнеобеспечения людей, приводят к материальным убыткам. В зависимости от последствий влияния конкретных поражающих факторов, они в некоторых случаях подразделяются на опасные и негативные (вредные).

- аварии в лифтовом хозяйстве.
- бытовые травмы;
- аварии систем электроснабжения, теплоснабжения, водоснабжения, газоснабжения, систем водоотведения и канализации;
- неосторожным обращением с бытовой техникой и домашними электронными приборами;
- термический ожог;
- химические ожоги;
- кипением жидкостями;
- геоматричные воздействия (переохлаждение, солнечные и теплые удары, природными факторами (воздействия));
- пожарами;
- падением предметов;
- поражением электрическим;
- отравлением газом и другими токсичными веществами;
- удушьем и утоплением;
- случайными падениями;

Желание людей жить в условиях все большего комфорта неизбежно приводит к снижению безопасности и повышению риска:

- активно-пассивные (энергетическая причина тоже имеет место, например, угол стола — человек может об него удариться).
  - пассивные (действуют опосредованно, например, коррозия металлов, старение материалов);
  - активные (сами носители энергии);
- указанные факторы подразделяются на:

В зависимости от характера воздействия, влияющие на человека подразделяются на:

Негативный фактор — фактор, воздействие которого на человека в определенных условиях приводит к заболеванию или снижению работоспособности.

- летальный исход.
- ухудшение качества жизни;
- травмы различной тяжести;
- острые и хронические профессиональные заболевания;
- усталость;
- чувство дискомфорта;

водоснабжения, газоснабжения, систем водоотведения и канализации в жилых домах, аварии в лифтовом хозяйстве провоцируют жителей к самостоятельным действиям, к стремлению немедленно лично изменить ситуацию, как им кажется, в лучшую сторону. Однако их проявленная инициатива чревата опасностями, порой угрожающая их здоровью и даже жизни.

Аварии на коммунальных системах, как правило, ликвидируются в кратчайшие сроки, однако не исключено длительное нарушение подачи воды, электричества, отопления помещений. Для уменьшения последствий таких ситуаций создайте у себя в доме неприкосновенный запас спичек, хозяйственных свечей, сухого спирта, керосина (при наличии при наличии керосиновой лампы или примуса), элементов питания для электрических фонарей и радиоприемника.

Рассмотрим негативные и опасные факторы бытового характера, в зависимости от статистики и вероятности их наступления.

### **Электроснабжение**

Электрическая энергия как самая универсальная и удобная для использования форма энергии – верный помощник человека в производстве и в быту. В домашнем хозяйстве находит применение большое количество электрических аппаратов, машин и приборов (телевизоры, стиральные машины, электроннотрумент, плиты, утюги и пр.), питающихся от сети 220 В. Неумелое или небрежное обращение с бытовой электротехникой представляет серьезную угрозу здоровью и жизни людей.

Отсутствие электроснабжения создает массу неприятностей: отключаются бытовые электроприборы, гаснет свет, внезапно останавливаются лифты, не работают электронасосы водо-, теплоснабжения.

Первопричиной нарушения электроснабжения в жилых помещениях является перенагрузка в сети, особенно в домах старой постройки.

Нарев, искрение проводов в скрытых из алюминиевых проводов с новыми медными традиционно сопровождается задымлением помещений токсичными продуктами горения, воспламенением и пожаром.

В повседневной деятельности мы на каждом шагу сталкиваемся с бытовыми приборами и электроннотрументом. Особенно много травмоопасных приборов на кухне. Круглящиеся элементы электромясорубок, миксеров, остронаконные хлебoreзки, варочные поверхности, холодильные установки, не заземленные приборы могут вызвать травмы, падения, переломы, ампутиацию пальцев, ожоги, поражение электрическим током.

Для того чтобы избежать травм при обращении с бытовыми электроприборами, нужно соблюдать основные меры безопасности:

– при чистке или мытье холодильника, других бытовых электроприборов, замене ламп или предохранителей отключать электричество;

– электроприборы располагать как можно дальше от сантехнических приборов; – в случае необходимости устанавливать электроприборы в ванной комнате

Если пострадавший в сознании, оставьте его лежащим на спине, с ногами, поднятыми примерно на 30 см. Если он в бессознательном состоянии — положите его горизонтально на спину, обязательно на что-нибудь твердое. Создайте приток свежего воздуха, дайте понюхать нашатырный спирт, обрызгивайте водой, растопите и согревайте тело, укройте его легким одеялом. При обширных ожогах не применяйте холодную воду во избежание усугубления шокового состояния. Переносить пострадавшего следует только в тех случаях, когда опасность продолжаться угрожает ему или оказывающему помощь. При отсутствии пульса на крупных артериях и внешних признаков дыхания необходимо приступить к проведению реанимационных мероприятий

Электрический ток поражает внезапно, в тот момент, когда человек оказывается включенным в цепь прохождения тока. Человеку, попавшему под напряжение, немедленно окажите помощь. Прежде всего, быстро освободите его от воздействия тока. Для этого разомкните цепь с помощью выключателя, рубильника или щетсельного разьема, а также путем вывертывания пробок или отключения пакетных (автоматических) выключателей на щитке. Если это невозможно — перережьте или перерубите провода (каждый провод в отдельности) ножницами или другим режущим инструментом с рукояткой из изолирующего материала. При невозможности быстрого разрыва цепи электрического тока оттяните пострадавшего от провода за одежду одной рукой, обернутой сухой материей, или же отбросьте сухой палкой от пострадавшего обрывающийся кусок провода. Затем вызовите «скорую помощь».

Ванных комнатах применяют электролампы в светильниках 12В, так как на потолке скапливается конденсат, который проникает в негерметизированные электрические соединения.

В помещениях с отоплением (оконными форточками) и не закрывающих проводов за газовые (водопроводные) трубы, батареи отопления.

— не перекручивать и не завязывать в узел провода, не заземлять их дверями (оконными форточками) и не закрывать провода за газовые (водопроводные) трубы, батареи отопления.

— выполнять все работы по ремонту электропроводки должны квалифицированные специалисты;

— обнаруженные оголенные места и обрывы электропроводов подлежат немедленному ремонту, нельзя делать временные соединения;

— использовать тройники;

— после использования удлинительа сначала выдернуть вилку из розетки, а затем сворачивать его;

— не включать больше одной вилки в одну розетку электроприборов, не менять их сразу, если они сломались;

— не ремонтировать вилки электроприборов с помощью изоляционной ленты, не вынимать вилку из розетки, потянув за шнур;

— имеют оголенные токопроводящие концы и детали;

— никогда не пользоваться феном или электродрелью, если они мокрые или подключать ее через развязывающий трансформатор;

(искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

**Газоснабжение.** Особую опасность представляют разрушения и взрывы на газопроводах, в разводящих сетях жилых домов. Аварии на промышленных газораспределительных станциях, магистральных трубопроводах хоть и происходят, но значительно реже. Взрывы в жилых домах в результате утечки газа можно предупредить без особых затрат, нужна только внимательность и элементарная дисциплина каждого пользователя. Необходимо помнить, что соотношение взрывоопасной концентрации газа и воздуха составляет 1:15, то есть также, как и в цилиндре двигателя автомобиля. При утечке газа любая искра вызывает взрыв, сила которого порой может разрушить полдень многоэтажного жилого дома. Даже при отсутствии искры газ обладает удрушающим свойством и может «убить» находящегося в квартире людей. Исправная воздушная вентиляция никогда не позволит накопиться взрыво-, пожароопасным концентрациям газа. Но забитая пылью, конструктивно перестроенная вытяжками вентиляция может вызвать взрыв и пожар.

Для предупреждения происшествий в системе газоснабжения необходимо использовать только сертифицированное оборудование и обеспечить периодический осмотр системы газоснабжения специалистами. И, естественно, должна быть самодисциплина пользователей газовыми плитами, обогревателями, котлами, печами.

При малейших признаках утечки газа перекройте его доступ в квартиру, проверьте помещение и сообщите в газоснабжающую организацию по телефону — 040. Категорически запрещается пользоваться открытыми источниками огня, электроприборами и электробытовыми приборами до полного выветривания газа из помещения и определения причин поступления газа специалистами.

### **Системы водоотведения и канализации.**

Канализация взаимосвязана с водоснабжением, как горячим, так и холодным. При аварии в системе канализации технология ремонта предусматривает слить все имеющиеся в системе стоки и на период ремонта трубы, производства сварочных работ не допускать их пополнения. Для этого, обычно без предупреждения потребителей производят отключение воды. При аварии фекальные стоки заполняют туалеты, колодцы, подвалы домов. От сточков прыжки и насекомые бегут вверх, ищут новые маршруты спасения, перерывая провода в колодцах связи, замыкают электропроводку и т.д. При этом разнородная инфекция.

### **Как действовать при авариях на коммунальных системах?**

При скачках напряжения в электрической сети квартиры или его отключении немедленно обесточьте все электробытовые приборы, выдерните вилки из розеток, чтобы во время Вашего отсутствия при внезапном включении

электричества не произошел пожар. Для приготовления пищи в помещении используйте только устройства заводского изготовления: примус, керосинку, «Лямель» и др. При их отсутствии воспользуйтесь разведенным на улице костром. Используйте для освещения квартиры хозяйственные свечи и сухой спирт, соблюдайте предельную осторожность.

При нахождении на улице не приближайтесь ближе 5-8 метров к оборванным или провисшим проводам и не касайтесь их. Организуйте охрану места повреждения, предупредите окружающих об опасности и немедленно сообщите в единую дежурно диспетчерскую службу по месту своего нахождения. Если провод, оборвавшийся, упал вблизи от Вас — выходите из зоны поражения током мелкими шажками или прыжками (держая ступни ног вместе), чтобы избежать поражения шаговым напряжением.

При исчезновении в водопроводной системе воды закройте все открытые до этого краны. Для приготовления пищи используйте имеющуюся в продаже питьевую воду, воздержитесь от употребления воды из родников и других открытых водоемов до получения заключения о ее безопасности. Помните, что кипячение воды разрушает большинство вредных биологических примесей. Для очистки воды используйте бытовые фильтры, отстаивайте ее в течение суток в открытой емкости, положив на дно серебряную ложку или монету. Эффективен и способ очистки воды «вымораживанием». Для «вымораживания» поставьте емкость с водой в морозильную камеру холодильника. При начале заморозки снимите верхнюю корочку льда, после заморозки воды наполовину — слейте остатки жидкости, а воду, образовавшуюся при таянии полученного льда, используйте в пищу.

## Бытовые травмы

Основным травмоопасным местом в любой квартире считается кухня и ванная комната. При отсутствии противоскользящих ковров на скользящих поверхностях можно поскользнуться и при падении получить травмы разной степени тяжести.

У многих пострадавших интересовались, что явилось причиной получения ими травмы. Ответы были банальными — потеря внимания,

торопливость, неосторожность и внешние помехи. Естественно, все пострадавшие соглашались, что могли предусмотреть их и не допустить полученных ими травмы.

### **Химические ожоги**

Химические ожоги являются результатом воздействия на ткани (кожные покровы, слизистые оболочки) веществ, обладающих выраженным прижигающим свойством (крепкие кислоты, щелочи, соли тяжелых металлов, фосфор). Большинство химических ожогов кожных покровов являются производственными, а химические ожоги слизистой оболочки полости рта, пищевода, желудка чаще бывают бытовыми.

Воздействие крепких кислот и солей тяжелых металлов на ткани приводит к свертыванию, коагуляции белков и их обезвоживанию, поэтому наступает коагуляционный некроз тканей с образованием плотной серой корки из омертвевших тканей, которая препятствует действию кислот на глубже лежащие ткани. Щелочи не связывают белки, а растворяют их, омывают жиры и вызывают более глубокое омертвление тканей, которые приобретают вид белого мягкого струпа.

Следует отметить, что определение степени химического ожога в первые дни затруднено вследствие недостаточных клинических проявлений.

Первая помощь заключается в:

- немедленном обмывании пораженной поверхности струей воды, чем достигается полное удаление кислот или щелочи и прекращается их поражающее действие;

- нейтрализации остатков кислоты 2% раствором гидрокарбоната натрия (пищевой содой);

- нейтрализации остатков щелочи 2% раствором уксусной или лимонной кислоты;

- наложении асептической повязки на пораженную поверхность;
- приеме пострадавшим обезболяющего средства в случае необходимости.

### **Термический ожог**

Термический ожог — это один из видов травм, возникающей при воздействии на ткани организма высокой температуры. По характеру агента, вызвавшего ожог, последний может быть получен от воздействия светового излучения, пламени, кипятка, пара, горячего воздуха, электрического тока.

Ожоги могут быть самой разнообразной локализации (лицо, кисти рук, туловище, конечности) и занимать различную площадь. По глубине поражения ожоги подразделяют на 4 степени: I степень характеризуется гиперемией и отеком кожи, сопровождающаяся жгучей болью; II степень — образование пузырей, заполненных прозрачной жидкостью желтоватого цвета; III степень — распространением некроза на эпидермис; IV — некроз всех слоев кожи; V — омертвление не только кожи, но и подлежащих тканей.

- прекращении действия травмирующего агента. Для этого необходимо сбросить затопившуюся одежду, сойти с ног бегущего в горящей одежде, облить его водой, засыпать снегом, накрыть горящий участок одежды шинелью, пальто, одеялом, брезентом и т.п.;

- тушении горящей одежды или зажигательной смеси. При тушении напалма применяют сырую землю, глину, песок; погасить напалм водой можно лишь при погружении пострадавшего в воду;

- профилактике шока: введения (луче) обезболяющих средств;

- снятия (срезания) с пострадавших участков тела пораженного одежды;

- наклеивания на обожженные поверхности асептической повязки (при помощи бинта, индивидуального перевязочного пакета, чистого полотенца, простыни, носового платка и т.п.);

- немедленном направлении в лечебное учреждение.

Эффективность само- и взаимопомощи зависит от того, насколько быстро пострадавший или окружающие его люди смогут сорентироваться в обстановке, использовать навыки и средства первой медицинской помощи.

Реанимационные действия в очаге поражения сводятся к закрытому массажу сердца, обеспечению проходимости дыхательных путей, искусственному дыханию изо рта в рот или изо рта в нос. Если реанимация указанными методами неэффективна, ее прекращают.

**Ртуть** применяется в люминесцентных лампах, медицинских и контактных термометрах, тонометрах. Пары ртути, даже в небольших количествах, оказывают токсическое воздействие на нервную, пищеварительную и иммунную системы, а также на легкие, почки, кожу и глаза. Если из разбитого прибора вылилась ртуть, ее немедленно надо собрать самым тщательным образом, не дав ей испариться. Капельки ртути удобно собирать с помощью с помощью сиринжки или хорошо зачищенной медной проволоки, так как ртуть хорошо прилипает к ней. Мелкие шарики ртути также можно собрать при помощи липкой стороны скотча. После сбора шариков ртути в герметизированную емкость (баночка с крышечкой) помещение обязательно проветривают. Те места, где ртуть собрана не удалось (щели, заливают крепким раствором марганцовокислого калия, хлорного железа или хлорной извести. Для нейтрализации ртути используют также мыльно-содовый раствор (4% раствор мыла в 5% водном растворе соды), 5—10% раствор соляной кислоты, 10% водный раствор сульфата меди (медного купороса), 4—5% раствор моно- и дихлораминна, раствор калия йодистого.

Собранную ртуть следует сдать для уничтожения в специализированную организацию, адрес которой известен в ГВ МЧС России по субъекту федерации. Контроль качества проведенной дезактивации проводит подразделение Центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

## (Справочный материал)

### Нарушения условий жизнедеятельности

МЧС России своим приказом от 30.12.2011 № 795 утвердило Порядок установления факта нарушения условий жизнедеятельности при аварии на опасном объекте, включающая критерии, по которым устанавливается указанный факт (далее - Порядок), который разработан в соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2010 г. N 225-ФЗ "Об обязательном страховании гражданской ответственности владельца опасного объекта за причинение вреда в результате аварии на опасном объекте" и постановлением Правительства Российской Федерации от 3 ноября 2011 г. № 910 "О порядке установления факта нарушения условий жизнедеятельности при аварии на опасном объекте и критериях, по которым устанавливается указанный факт. Под фактом нарушения условий жизнедеятельности понимается наличие либо отсутствия ситуации, которая возникла в результате аварии на опасном объекте и при которой на определенной территории невозможно проживание людей в связи с гибелью или повреждением имущества, угрозой их жизни или здоровью.

Факт нарушения условий жизнедеятельности при аварии на опасном объекте устанавливается исходя из следующих критериев:

а) невозможность проживания в объекте и жилых помещениях (местах проживания);

б) невозможность осуществления транспортных сообщений между предприятием проживания и объектом иными территориями, где условия жизнедеятельности не были нарушены;

в) нарушение санитарно-эпидемиологического благополучия помещений.

Условия жизнедеятельности при аварии на опасном объекте считаются нарушенными, если выявлено нарушение условий хотя бы по одному из критериев, указанных выше, при этом прекращение нарушения условий жизнедеятельности по указанным критериям означает окончание факта нарушения порядка оказания таких условий.

Критерий невозможности проживания определяется по следующим показателям помещений (местах проживания) оценивается по следующим показателям помещений жилого назначения, характерных помещений и возможности их использования в помещениях:

- а) степень повреждения здания (помещения);
  - б) состояние теплоизоляции здания (помещения);
  - в) состояние водоснабжения здания (помещения);
  - г) состояние электроснабжения здания (помещения);
  - д) возможность использования лифта.
- Обратите внимание, система газоснабжения в данном списке отсутствует.

Согласно данному приказу МЧС России от 30.12.2011 № 795 срок подачи заявления о признании нарушения условий жизнедеятельности составляет 10

суют и для получения об этом справки необходимо обрататься в административно-мунципального образования.

## 2 учебный вопрос:

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ БЫТОВЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ, УКУСЕ ЖИВОТНЫМИ И НАСЕКОМЫМИ.

## Отравления токсинами

Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные (патогенные) микроорганизмы (или их токсины-яды), носителями которых могут быть насекомые, животные, человек, среда обитания. Носителями данных заболеваний являются домашние животные, собаки, кошки мы обязательно прививаем от возможных заболеваний, то дикая природа такую услугу своим питомцам не предоставляет.

В зависимости от путей проникновения возбудителей болезней (вирусов, бактерий и др.) в организм человека и их первичной локализации в тех или иных органах инфекционные болезни можно сгруппировать в четыре группы: водно-пищевые, или кишечные инфекции; воздушно-капельные, или инфекции дыхательных путей; трансмиссивные, или кровяные инфекции; контактные, или инфекции наружных покровов.

Медицинская схема при любых токсичных отравлениях идентичная-необходимо уменьшить в организме концентрацию токсичного вещества, вызвавшего отравление.

Особо опасны пищевые отравления детей оставленными в доступных местах кислотами, медикаментами, спиртосодеждающей продукцией (отвары, настойки), моющие порошкообразные и желейные средства.

В домашних условиях оказывая первую помощь при пищевых отравлениях всегда вызывают рвоту и проводят обильное промывание желудка водой. Естественно, данные мероприятия необходимо проводить до и после вызова врача скорой помощи и продолжать до их приезда. Как промывать желудок? Необходимо дать пострадавшему выпить около 1 литра теплой подсоленной воды или слабого раствора марганцовокислого калия, затем вызвать рвоту путем надавливания на корень языка. Дать пострадавшему 4—5 таблеток активированного угля, напоить крепким чаем. Сохраните остатки пищи, промывные воды для последующего лабораторного исследования.

При большинстве пищевых отравлений медицинская помощь сводится к скорейшему удалению содержимого желудочно-кишечного тракта (обильное промывание, применение слабительных), сопровожадаемому приемом внутрь адсорбирующих (активированный уголь), осаждающих (охлажденный крепкий чай), нейтрализующих (пищевая сода, кислое питье), обволакивающих (крахмальная слизь, кисель, яичный белок, молоко) веществ. При этом делают опять промывание, вентилиацию кислородом легких, ставят капельницы и

насыщают ослабший организм витаминами.

**Ботулизм** (от лат. *botulus*—копаса) тяжелое токсикоинфекционное заболевание, характеризующееся поражением нервной системы, преимущественно продолговатого и спинного мозга, протекающее с преобладанием офтальмопаралитического и бульбарного синдромов.

Открыт ботулизм был в конце XIX века в Бельгии, когда 34 музыканта, готовившихся играть на похоронах, съели сырую ветчину домашнего приготовления. В течение суток у большинства музыкантов начались приготовления симптомов ботулизма. В результате 3 человека погибли, а еще 10 находились в больнице в течение недели в тяжелом состоянии. Из остатков ветчины и из селезенки пострадавших бактериолог Эмиль ван Эрменгем выделил возбудителя и назвал его *Bacillus botulinus*. Также он установил, что токсин образуется не в организме больного, а в толще ветчины.

Развивается ботулизм в результате попадания в организм пищевых продуктов, воды или аэрозолей, содержащих ботуло-токсин, продуцируемый спорообразующей палочкой *Clostridium botulinum*.

## Угарный газ

В повседневной деятельности мы сталкиваемся с газами, предельно допустимую концентрацию которых контролируют специальные службы и организации. Промышленные газы хлор, аммиак, пропан и много других используются в промышленности и их утечки регистрируются специальными газоанализаторами, датчиками и приборами. В связи с этим появление их в бытовых условиях маловероятно и нами рассматриваться не будет.

Зато возможно отравление людей угарным газом (СО). Угарный газ активно связывается с гемоглобином, образуя карбоксигемоглобин, и блокирует передачу кислорода тканевым клеткам, что приводит к гипоксии гемического типа. Угарный газ также включается в окислительные реакции, нарушая биохимическое равновесие в тканях.

Отравление угарным газом возможно:

- при толке печей;

- при пожарах;

- в гаражах при плохой вентиляции, в других непрветриваемых или слабо прветриваемых помещениях, туннелях, так как в выхлопе автомобиля содержится до 1—3% СО по нормативам и свыше 10% при плохой регулировке мотора.

При содержании 0,08% СО во вдыхаемом воздухе человек чувствует головную боль и удушье. При повышении концентрации СО до 0,32% возникает паралич и потеря сознания (смерть наступает через 30 минут). При концентрации выше 1,2% сознание теряется после 2—3 вдохов, человек умирает менее чем через 3 минуты.

Симптомы легкого отравления: появляются головная боль, стук в висках, головокружение, боли в груди, сухой кашель, слезотечение, тошнота, рвота,

После поездки в лесу следует обильно промыть водой укушенные места, приложить чистый лист подорожника, лопуха и замотать одеждой. Теперь ваша задача срочно найти врача. Для этого стремитесь выйти к людям, которые вам помогут вызвать скорую помощь. Не исключено, что у вас может

деревя и защищаясь атаковать. прокусив ноги обязательно повалит. Так что лучше стоять спиной к стволу ответных бросках дикого животного. Помните-бежать нельзя- вас догонят и Перед схваткой обмотайте одеждой свою руку, чтобы подставлять её при кричать и показывая злую сепию ярость. Кричите, путайте дикое животное. отбивайтесь от животного нападаая и нанося удары сами, не стесняйтесь обезьяна легко на лету ловит мух латой, а у вас рукой- не получится. Поэтому расчитывайте, что ваша реакция быстрее, чем у животного. К примеру, палку или любой предмет- бутылку, нож, фонарь, топор и т.д. Не своими соображениями. При явной агрессии животного необходимо взять в руку язва. Все животные дикой природы как правило сами покусаны клещами или распространёнными заболеваниями, такими как бешенство, чума, сибирская форма своей защиты. Особо опасны укусы диких животных: лисиц, волков, куниц, кабанов, тушканчиков, крыс и т.д., которые могут болеть нападают первым и в большинстве случаев оно защищается, используя атаку в укусы животных очень болезнен и может вызвать болевой шок. Животное редко мирное на вид животное, начиная от милого котенка и кончая ядовитой змеей. вас на природе (в лесу, на даче, на озере и т.д.). Укусить может любое, даже укусы дикого или бродячего животного также возможен при нахождении

Поэтому, при любом укусе животного необходимо обратиться к врачу. тянется от 8 дней до 1 года в зависимости от особенностей организма. человека вылечить невозможно. Скрытый (инкубационный) период болезни широт является бешенство (или водобоязнь). Уже заболевшего бешенством Самым распространённым заболеванием от укуса животных для наших повязку. Выясните у хозяев, сделана ли собаке прививка от бешенства,

количеством воды, окружность раны смажьте йодом, наложите чистую если собака вас укусила, то промойте рану перекисью водорода или обильным укушенных людей сами спровоцировали это нападение. Общепринятая схема-нападений, вызванных самыми разнообразными причинами. Замечено, что 90% помощниками человека. Однако многие люди становятся жертвами их Собаки на протяжении многих веков являются спутниками и

### Укусы животных

помощь и проводить реанимационные действия – исключительно дыхание. Пострадавшего необходимо вынести на свежий воздух, вызвать скорую

двигательный паралич при сохранённом сознании. При отравлении средней тяжести возникает сонливость, возможен

повышение артериального давления. покровов, карминно-красная окраска слизистых оболочек, тахикардия, возможные зрительные и слуховые галлюцинации, покраснение кожных

произойти потеря сознания от болевого шока или истощения организма, поэтому потеря времени будет не в вашу пользу.

**Пчелы** в большинстве случаев просто так не нападают: их может спровоцировать бурная жестикция, запах спиртного, попытка раздуть гнездо. Чаще всего бывают случаи укусы, когда привлеченная запахом фруктов, ягод, соков, сладких напитков пчела или оса залетает в жилище. Через жало в этот момент выделяется 0,2—0,3 мг яда, который вызывает острую жгучую боль, покраснение, отек и зуд. Степень отравления зависит от количества укусов, места поражения и индивидуальной восприимчивости. Озноб, сухость во рту, головокружение, тошнота возникают редко и выражены незначительно.

Более тяжелые симптомы связаны с повышенной чувствительностью человека к яду. Опасная аллергия на пчелиный яд наблюдается у 2% людей. Если «нападение» пришло на лицо, шею, плечо, слизистые оболочки полости рта, может образоваться обширный отек дыхательных путей, острое удушье, требующее незамедлительной реанимации.

Если укусила пчела, удалите засравшее в ранке жало (при укусе ос оно не остается) и приложите к поврежденному месту ватку, салфетку или носовой платок, смоченные одеколоном, водкой, спиртом либо раствором перекиси водорода, пищевой соды (0,5—1 чайная ложка на стакан воды) или нашатырного спирта, разведенного водой в соотношении 1:1. От зуда избавят слабые гормональные мази и кремы (гидрокортизон, синафлан, алергодил, элоком). Местные (кожные) аллергические реакции снимаются антигистаминными препаратами (супрастин, пиполь-фен, тавегил, фенкарол). В тяжелых случаях (отек Квинке, отек гортани, астматический приступ) пострадавшего надо немедленно доставить в медицинское учреждение.

**Змеи.** Змеиный яд—сложный комплекс биологически активных ферментов, содержащих ряд веществ с крайне сильной токсичностью, вызывающих нарушение передачи нервных импульсов и тем самым обуславливающих паралич скелетной и дыхательной мускулатуры. Смерть пораженных змеиным ядом наступает в результате остановки дыхания.

От своевременности оказания первой помощи пострадавшему от укуса змеи и полноты ее объема зависит многое. Поэтому нужно соблюдать четкий алгоритм, благодаря которому можно не только спасти жизнь пострадавшему, но и минимизировать риск для здоровья. Ни в коем случае нельзя паниковать. Только спокойно и целенаправленно можно оказать действительно эффективную помощь.

Весь комплекс мероприятий делится на два этапа: догоспитальный и специализированную медицинскую помощь.

Первоначально необходимо:

— Успокоить пострадавшего и уложить в горизонтальное положение. Это замедлит кровоток и распространение яда. Если змея фиксирована к коже после укуса, ее незамедлительно отнимают. Чем меньше длительность контакта, тем меньше количество выделяемого яда.

— Снять с конечности все украшения для предупреждения сдавления тканей при нарастании отека;

— Крайне желательно по возможности убить или точно

идентифицировать змею. Если нет возможности сделать это, за большим наблюдают. Отсутствие боли, отека и каких-либо местных или общих проявлений является свидетельством укуса неядовитой змеи;

— Если четко известно, что змея ядовитая — мероприятия начинают незамедлительно;

— Имобилизация (обездвиженность) укушенной области лонгетой или импровизированной шиной;

— Отсасывание яда из раненных поверхностей. В идеале должно производиться при помощи отсоса или резиновой груши. Но при их отсутствии прибегают к отсасыванию ртом, если нет явных повреждений слизистой;

— При необходимости лучшего отсасывания можно сделать небольшие линейные надрезы ранок от укуса;

— Наложение сдавливающей повязки выше укушенной области. При этом перекрывается только лимфатический отток и частично венозный. Артерии должны функционировать, что предотвратит тяжелые расстройства микроциркуляции и некротические изменения;

— Обильное питье. Это уменьшит концентрацию попавших в кровь токсинов;

— При развитии молниеносных токсических и шоковых реакций показаны реанимационные мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и непрямой массаж сердца.

Специфической профилактики от укусов ядовитых змей не существует. Неспецифические сводятся к ношению длинных брюк и высоких сапог или ботинок при пребывании в районах, где зафиксировано распространение змей. Осторожность и внимательность при ходьбе. В местах, отдаленных от городских условий лучше иметь при себе иммунную поливалентную сыворотку от укуса змей.

### 3 учебный вопрос:

## ПРАВИЛА ДЕЙСТВИЙ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В МЕСТАХ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИ ПОЖАРЕ, НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ, В ПОХОДЕ И НА ПРИРОДЕ.

### 3.1 Личная безопасность в местах массового скопления людей

Бойтесь толпы в любом месте: в автобусе, на митинге, в очереди, в кинотеатре и т.д. Старайтесь не мешаться с человеческой массой, так как толпа лишает вас движения, маневра к спасению и в случае опасности, она может раздавить вас и уронив, затоптать.

Толпу образуют следующие эмоции: азияотаж, ненависть, поклонение, страх. Распознайте начало "случення туч" и смените свое местонахождение. Если вы оказались в месте массового скопления людей (на митинге, концерте и т.д.) то следуйте следующим рекомендациям:

- не стойте возле мусорных контейнеров, урн, детских колясок, бесхозных чемоданов - часто именно в этих местах закладывается взрывчатка силами, стремящимися к дестабилизации обстановки на митинге;

- не находите рядом со сценой или местом, откуда выступают ораторы - эти места находятся под пристальным вниманием полиции и воинственно настроенных элементов, а также в случае возникновения давки, суматохи отступать с этих позиций труднее;

- кино-фото аппарата привлекает внимание экстремистски настроенных элементов. В лучшем случае разобьют вашу аппаратуру, в худшем - пострадаете вы сами;

- если вы почувствовали опасность, то выберите из неподвижной толпы вам помогут нетрадиционные методы: притвориться больным, пьяным, сделать вид, что вас тошнит и т.п.; - найдется рядом с работниками полиции весьма опасно, т.к. на них, как правило, направлено недовольство толпы, в них летят камни;

- если полиция начала операцию по рассеиванию толпы - не теряйте спокойствия и самообладания. Если вы начнете спасаться бегством, вас могут принять за одного из зачинщиков. В суматохе вы никому, ничего не докажете. Поэтому стойте спокойно, не кричите, не делайте движений, которые могут быть восприняты как агрессивные. Всем своим видом выражайте миролюбие - это будет наилучшей гарантией того, что при рассеивании работники полиции вас не тронут. В таких случаях, а, впрочем, и всегда, полезно иметь при себе любое удостоверение личности (паспорт, водительское удостоверение) это может спасти вас от задержания полицией до "выяснения личности";

- в случае если толпа пришла в движение опасно находиться возле стеклянных витрин магазинов, стен зданий, деревьев. Прижатые к ним толпой, вы можете получить серьезную травму;

- в движущейся толпе главное не упустить, поэтому лучше следовать по направлению движения толпы и стремиться быть в центре нее (здесь больше возможностей для маневров, воздуха, времени, чтобы подумать). А если у вас есть какие либо провозимые вещи - чемодан, рюкзак, большие сумки их лучше бросить, так как они могут стать причиной вашего падения;

- в случае давки необходимо прижать согнутые в локтях руки к грудиной клетке - таким образом, вы сможете амортизировать давление толпы и защитить себя от сдавливаний;

- если же вы упали в движущейся толпе, то необходимо немедленно податься, используя все возможные средства - иначе вас затопчут. Для этого можно применить следующий прием: быстро встать на четвереньки, выставить как можно дальше вперед опорную ногу и, не сгибая ее, под напором толпы резко подняться. Или постарайтесь свернуться клубком, зажав голову предплечьями и кистями рук, закрывая затылок.

Оказавшись в таком месте, где упали друг на друга несколько человек, постарайтесь выбраться любой ценой, не подвергая себя опасности упасть под грудой тел;

- при применении слезоточивого газа можно защититься следующими приемами: закрыть рот и нос платком, смоченным в любой жидкости; если глаза оказались поражены, необходимо быстро и часто моргать, чтобы слезы вымыли химическое средство. В любом случае лучше всего покинуть место применения газа.

### 3.2. Личная безопасность при пожаре

В начальной стадии пожара (загорания), которую можно обнаружить по запаху дыма, задымлению, нагреванию конструкций. Огонь распространяется сравнительно медленно, но, если не принять энергичных мер к тушению, он очень быстро может распространиться по площади и перерасти в сплошной пожар.

При загораниях и пожарах наибольшую опасность для человека представляет вдыхание нагретого воздуха, приводящее к поражению верхних дыхательных путей, удушью и смерти. Так, воздействие температуры свыше 100°С приводит человека к потере сознания и гибели через несколько минут. Опасны также ожоги кожи. У человека, получившего ожоги второй степени 30% поверхности тела, мало шансов выжить.

При пожаре в современных зданиях с применением полимерных и синтетических материалов на человека могут воздействовать токсичные продукты горения. Однако основной причиной гибели людей является отравление оксидом углерода. Он активно реагирует с гемоглобином крови, вследствие чего красные кровяные тельца утрачивают способность снабжать организм кислородом. Поэтому в 50 - 80% случаев гибель людей на пожарах вызывается отравлением оксидом углерода и недостатком кислорода.

При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) необходимо: — немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную охрану (при этом необходимо назвать адрес, место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию);

— срочно эвакуировать людей, вынести документы и ценности, отключить газ, свет и принять посильные меры по тушению пожара. При этом не рекомендуется открывать окна и двери, чтобы не активизировать процесс горения с притоком кислорода. Используйте воду, одеяло, одежду и т.д. Не забывайте о своей безопасности - у вас может не хватить сил, воздуха и условий покидания опасной зоны - коридоры и пути эвакуации могут быть задымлены или уже заблокированы огнем. Покинуть опасную зону будет возможно если укутать голову и закрыть органы дыхания мокрым полотенцем, шарфом или краем одежды. Передвигаться необходимо на четвереньках, так как внизу воздуха менее раскислен.

В зданиях с "коридорной" планировкой огонь распространяется по коридорам со скоростью до 5 метров в минуту. При высокой температуре пожара уменьшается прочность перекрытий, и они могут обрушиться. Обвал может случиться и после пожара, поскольку после снижения температуры прочность перекрытий уже не восстанавливается. Перекрытия

В лес в большинстве случаев приезжают на машине, поэтому запомните  
число на километровом столбе при съезде в просеку. Это вам поможет если вы  
потерялись выйдете на эту же дорожку и не будете знать в какую сторону идти.  
научиться каждый.

Чтобы не заблудиться, продвигаясь по лесу всегда будьте внимательны. Не надейтесь на современные телефоны (может отсутствовать связь), GPS-навигаторы (карты местности могут быть видоизменены). Пусть они будут как помощники, но научиться ориентироваться и выживать в лесу должен

### 3.4 Личная безопасность в походе и на природе

особенно с подпрыгиванием или с заборасыванием на глубину. Чтобы оказать помощь тонущему необходимо первоначально оценить свои силы и при возможности позвать других на помощь. Хотя бы для вызова ими по телефону спасателей и скорую помощь. Вынесенного на берег пострадавшего оживляют традиционными способами - провoda сердечно-легочную реанимацию, первоначально удулив воду с дыхательных путей. Если человек без сознания, то надо реанимировать пострадавшего до приезда скорой помощи.

Человек ушедший под воду жизнеспособен всего 4 минуты. Если за этот срок его не найти, не достать и не выполнить реанимационные действия, то наступит сначала клиническая, а потом биологическая смерть. Поэтому рассчитывайте свои силы и контролируйте отдых на воде детей. Действия детей непредсказуемы: они могут помчаться за уплывающим мячиком, игрушкой, могут быть событы даже небольшой волной. Игры на воде также не безопасны, захлебнуться и утонуть.

Ошибочно представление, будто чтобы вода не оказалась холодной, то необходимо в воду погружаться сразу – нырять или прыгать с разбегу. Даже на проверенном месте купания ночью может течением принести корягу. Перелом шеи, а в лучшем случае травма вам обеспечена. Резкое погружение может вызвать резкий спазм сосудов, внезапное обеднение кровотока в мозгу и, как следствие, кратковременный обморок. В таком состоянии очень легко не купаться в нетрезвом виде и в шторм.

- не купайтесь и тем более не ныряйте в незнакомых местах;
- не выплывайте на судовой путь и не приближайтесь к судам;
- не укладывайте на надувных матрацах или камерах далеко от берега - унесет ветром;

### 3.3. Личная безопасность на водных объектах

поручаются также из-за скопления на них воды, которой заливается огонь. При повреждении дома пожаром или взрывом входите в него осторожно, убедившись в отсутствии значительных повреждений перекрытий, стен, линий электро-, газо-, и водоснабжения, утечек газа, очагов пожара.

## Сигналы бедствия SOS

бедствия.

выложенные в ряд или треугольником являются международным сигналом самолёта считается дым или огонь. Три костра или три дымовых столба Наилучшим способом привлечь внимание спасательного вертолётчика или дыма, отраженного света зеркала, консервной банки и т.д. Привлекать внимание к знакам можно с помощью сигнальных ракет, поlying травой, выжженной травой, выкладыванием одежды и т.д.

почвы, окраской поверхности земли посыпанием желтым песком, вырытой на основано на контрасте и может быть осуществлено: путем утрамбовывания материала, кусков дерева, камней и т.д. Нанесение знаков на поверхность земли Знаки могут выкладываться с помощью полос ткани, парашютного заметными.

быть не менее 2,5 метров и их следует делать в максимальной степени международные авиационные знаки спасения. Размер знаков на земле должен Чтобы вас нашли вертолет со спасателями необходимо знать **Визуальные международные знаки спасения**

складирование камней на берегу реки).

одежда на деревьях, блики вашего зеркала, рисунки на песке или содействовать (стук палкой по дереву, дым костра, развешенные ленточки и поиск людей- нелегкий труд, поэтому необходимо спасателям этому приметом. Что бы можно было легко подать сигнал. Вы должны понимать, что уверены, что вас будут искать, то лучше находится на одном месте, открытым и услышите звук машин, поезда, водопада, лесорубочных машин и т.д. Если вы свой главный ориентир. Осмотритесь по сторонам, прислушайтесь. Можете мышление. Если солнце спрячется за тучу и пошел дождь, дождитесь этот Что бы найти решение и дорогу назад, необходимо спокойствие и холодное Первое правило, если потерялся в неизвестном месте - это не паниковать!

путь помогут вам вовремя выйти к месту сбора (к машине).

«доворачивать». Так что те ориентиры, которые вы оставляли себе на обратный 3 часа солнце пройдет следующий путь в 45 градусов и потребуются еще довернувшись на этот условный угол в 45 градусов. Не забываем, что еще через Возвращаться вы должны двигаясь «по солнцу» (светит в спину) и повернувшись к солнцу спиной и условно «вернуть солнце» назад на 45 градусов. солнце», то при возвращении через три часа на точку старта необходимо в час по часовой стрелке. То есть, если при начале движения вы шли «на откуда вы пришли. Не забывайте про поправку на движение солнца 15 градусов перед началом пути, запомните, где находится солнце. Летом в Сибири опознавательные знаки (повязывать ленточки, втыкать палки, надламывать деревья, скалы, склоны, просеки. Старайтесь оставлять за собой Продвигаясь, обращайтесь внимание на приметные вещи (ориентиры) — ручьи,

Отмечают следующие основные характерные черты паники:

внезапным срабатыванием «взрывателя».

Второй момент связан с накоплением психического напряжения и со панике люди забывают человеческую мораль.

Безопасность, который ассоциирует (мать бросает дитя, муж – жену, и т.д.) В заперение в машине, в шкафу, в подвале и т.д. Возникает страх за собственную сопровождаются действиями - паническое бегство, прыжок с высоты, укрытие и здоровья, безопасности (пожар, взрыв, авария и т.д.). Паника от страха всегда Первый связан главным образом с внезапностью появления угрозы для жизни. Выделяют два основных момента, определяющих возникновение паники.

длительной угрозой трудоспособности.

Трудоспособности, с человеческими жертвами или инвалидностью и Деструктивные последствия: без ущерба и психических деформаций, с угрозой Глубина охвата: легкая, средняя и полная неадекватность.

Масштабы: индивидуальная, групповая и массовая.

деструктивным последствиям.

Паника подразделяется по масштабам, глубине охвата, длительности, характеристике и причины появления.

Чтобы уяснить способы преодоления паники крайне важно изучить ее тневом Пана.

Другим прыгли в пропасть. Пастухи объясняли это демоническое явление видя из-под контроля, бросались в воду, в огонь, или животные одно за незначительной причиной, особенно ночью, стада овец или коз, полностью Пастухи часто становились свидетелями того, как вследствие самой Слово «паника» происходит от имени Пана, греческого бога пастухов.

## НАСТРОЕНИИ В УСЛОВИЯХ ЧС.

### СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПАНИКИ И ПАНИЧЕСКИХ

#### 4 учебный вопрос:

дважды аэронавигационных огней.

фар; если воздушное судно ими не оборудовано, включение и выключение

б) при наступлении темноты - включение и выключение дважды посадочных а) при дневном свете - покачивание крыльями воздушного судна;

он обязан подать следующие сигналы:

Если знаки, подаваемые с земли, понятны экипажем воздушного судна, то

три короткие) повторять с интервалом в одну минуту.

— световой сигнал - как и звуковой (три короткие вспышки, три длинные,

интервалами в одну минуту.

— звуковой сигнал - три точки, три тире, три точки (SOS). Повторять с

— красная ракета;

световыми способами:

Чтобы подать сигнал бедствия, пользуйтесь следующими звуковыми и

У неподготовленных психологически, не закалённых людей появляется чувство страха и стремление убежать из опасного места, у других - психологический шок, сопровождаемый оцепенением мышц. В этот момент нарушается процесс нормального мышления, ослабевает или полностью теряется контроль сознания над чувствами и волей. Нервные процессы (возбуждение или торможение) проявляются по-разному. Например, у некоторых расширяются зрачки - говорят, "у страха глаза велики", нарушается обществу в целом.

Поднимает значимость совершаемого в собственных глазах и во мнении Опасность и риск для здоровья, важность выполняемых работ - всё это личной ответственности, осознание значимости дела, которое делают. Как правило, преодоление страха способствует, прежде всего, чувство подлости.

Когда страх становится постоянным состоянием, он превращается в или поиск другого способа спасения.

атажей. В те моменты это казалось менее мучительным, чем ожидание помощи приводило к необходимыми действиям, таким, как прыжки из окон верхних опасность. Отсутствие представления о реальной опасности неоднократно контролировал свои действия. Тогда, действующая влечу, может увеличить достоинства и становится частью разрушительной массы, неспособной Люди, охваченные паникой, полностью теряют инстинктивные инстинкт, характеризующийся криком: "Спасайся, кто может!"

Подобное поведение лишено какого-либо здравого смысла. Это чистый быстро вовлечь в подобное состояние и окружающих.

бесвыходности и отказ от сопротивления. Человек, охваченный паникой, может Отсутствие ясности в оценке ситуации влечет за собой состояние которая характеризуется неясностью суждений и неспособностью к действиям. нарушениями вегетативной нервной системы или же истерической реакцией, бесилие, неподвижность, возбуждение. Это состояние сопровождается На почве страха у людей появляется беспокойство, трепет, слабость, непропорционально реальной опасности.

у кого пыльное воображение, могут часто испытывать это ощущение воображения и, следовательно, неспособностью оценить опасность. Наоборот, те, Отсутствие чувства страха в некоторых случаях означает отсутствие типичной ситуации.

ускоряет работу мозга, концентрирует внимание, помогает выйти из — сигнал тревоги в опасной ситуации. Страх мобилизует физические силы, у человека, — естественное чувство. Это срабатывает инстинкт самосохранения обманывают самих себя. Ощущение страха, появляющееся в момент опасности

Те, кто утверждают, что не имеют чувства страха, прежде всего — человек, охваченный паникой, всегда верит, что обстановка крайне опасна.

знакомая дорога, либо та, по которой бегут остальные); — направление бегства при панике не является случайным (выбирается либо — паническое бегство всегда направлено в сторону от опасности;

дыхание, начинается сердцебиение "сердце готово вырваться из груди", спазмы периферических кровеносных сосудов - "побегл как мел", появляется холодный пот, слабеют мышцы - "опустились руки или колени подогнулись", меняется тембр голоса, а иногда теряется дар речи. Известны даже случаи смерти при внезапном страхе от резкого нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Такое состояние бывает довольно продолжительным - от нескольких часов до нескольких суток. При ликвидации последствий землетрясений и аварий приходится наблюдать людей, которые находятся в состоянии душевной подавленности, могут длительное время бесцельно бродить по развалинам.

Неожиданность возникновения опасности, незнание характера и возможных последствий стихийного бедствия или аварии, правил поведения в этой обстановке, отсутствие опыта и навыков в борьбе со стихией, слабая морально-психологическая подготовка - все это причины такого поведения людей.

#### 4.1 Групповое поведение людей в чрезвычайных ситуациях.

Под групповым поведением людей в ЧС понимают поведение большинства лиц, входящих в группу и оказавшихся перед лицом внезапного и опасного происшествия или угрозы такого происшествия, которые затрагивают интересы всех людей. Это сопряжено с реальными или потенциальными материальными потерями, человеческими жертвами и характеризуется заметной дезорганизацией общественного порядка.

Групповое поведение людей связано с одним и тем же внешним событием и зависит от таких эмпирических факторов, которые связаны с групповым умонастроением, а не с индивидуальными свойствами психики человека. Об этом говорит статистика катастроф, судьбы пострадавших, действия спасателей и поведение окружающего населения, которое само по себе не пострададо от действия чрезвычайных ситуаций. Личностные реакции могут наблюдаться и у группы людей в замкнутых помещениях с неизвестной планировкой, когда человек ощущает угрозу своей жизни. Многие в этих случаях считают, что спастись почти нельзя, мгновенно подвергнутся чувству массового страха, особенно, если в группе есть неравнодушные люди, а таких может быть не более 2 % от числа всей группы. В психологическом плане паника очень заразна, так как связана с проявлением "стадного инстинкта".

#### 4.2 Профилатика панических реакций

- 1) Основы профилатикки любых психологических явлений составляет анализ особенностей возникновения и течения различных форм индивидуальных и коллективных реакций (паники).

2) Профотбор лиц для работы на опасных видах труда и особенно руководителей производственных коллективов (существуют личности с повышенным уровнем риска). Накопленный опыт изучения катастрофических ситуаций позволяет утверждать положение о наличии лиц (психопатия, нервно-психическая неустойчивость), склонных к созданию несчастных случаев и к неадекватным действиям в угрожающей ситуации.

3) Обучение проблемам обеспечения безопасности и воспитательная работа по формированию в сознании людей осторожности, предупреждению и разумному поведению в аварийных и чрезвычайных ситуациях.

Человек, работающий на опасных производственных объектах должен: — знать свои обязанности по профилактике ЧС и нести ответственность не только за возникновение несчастных случаев, но и за характер своих действий при руководстве массами при пожарах и других ЧС; — иметь психологическую готовность к действиям в ЧС, сознавать, что взрыв, пожар или другие явления — это реальная опасность, и быть готовым не только для профилактики или останова катастрофического процесса, но и для руководства массами людей;

4) Основная задача в ЧС и во время катастрофы является сохранение спокойствия людей и быстрая разумная деятельность. Это достигается информационными средствами и примером действий окружающих лиц. Люди должны знать и понимать, что народ в условиях давки гибнет. 5). Руководство массой людей составляет основу профилактики паники. Плановая реакция — это всегда индукция страха, утрата степени сознательного руководства и случайный захват "руководства" действиями людей лицами, находящимися в состоянии страха и действующими бессознательно, автоматически. Эти лица яркостью поступков и речи (крики) возбуждают окружающих и фактически увлекают за собой лиц, находящихся в связи со страхом в состоянии суженного сознания и действующих автоматически без оценки сложившейся ситуации. В состоянии страха люди легко поддаются управлению и могут быть привлечены в условия безопасной и объективной деятельности. Если руководство массой осуществляется сознательной личностью, то люди сохраняют способность разумных дел. 6). Особую роль в профилактике страха осуществляет деловая занятость (должность) человека и демонстрация организованности действий окружающих лиц. "Действие спасает от страха. Оно спасает и от страха, и от слабостей, даже от холода и болезней" (Антуан де Сент-Экзюпери). Так, солдаты, привлеченные спасать детей при повторных толчках землетрясения, не испытывали страха в отличие от ничем не занятых людей (Ленинакан).

7). В острой ситуации или угрожающей обстановке необходимо уметь (фиксировать) людей, способных индусировать страх и вовлечь людей в опасную деятельность. Их влияние на окружающих должно быть признано, так как может произойти индукция (передача) их действий массе людей.

8). В структуре руководства массой людей большую роль играет система оповещения: громкоговорящее оповещение, световые и звуковые сигналы, указатели выходов, направления движения и другие средства. Громкоговорящее оповещение населения (громкоговорители на улицах, в помещениях) позволяет обеспечить безопасность поступков лиц, находящихся в кризисной (катастрофической) ситуации. Сообщается об опасности пользования лифтом (остановка и невозможность его покинуть) и даются указания о действиях по защите и выходу из опасной зоны и т. д. Информационно-психологические рекомендации оказывают воздействие на людей в чрезвычайных ситуациях. Достоверный источник информации в период стихийных бедствий и ликвидации их последствий ассоциируется у местных жителей с центральным для данного района органом исполнительной власти. В целях профилактики нежелательных психоэмоциональных реакций людей, панических настроений целесообразно укреплять местные органы власти на уровне глав районов городов, поселков информационными ресурсами субъекта Федерации и федерального центра.

Местные СМИ (по сравнению с центральными) в период стихийных бедствий и ликвидации их последствий обладают большей эффективностью воздействия на сознание людей, поскольку газет, телевидение, радио того или иного района непосредственно включаются в экстремальные условия его жизнедеятельности, в процесс ликвидации последствий ЧС. Информационные сообщения для жителей населенных пунктов, подвергшихся стихийному бедствию, должны проходить оперативную психологическую экспертизу. Для всех источников информации следует готовить соответствующие рекомендации, основанные на знаниях психологических закономерностей восприятия и переработки людьми информации в условиях стресса.

Недостаток информации о событии способствует возникновению слухов и любой дезинформации. Если власть запаздывает с информированием населения, естественно, появляются распространители слухов, сплетен. Объективно успокаивает любая информация, исходящая из авторитетного источника. Люди, и в первую очередь взрослые, нуждаются в правдивой информации, исходящей от властей или от компетентных специалистов. Чаще более спокойно и уверенно чувствуют себя те, кто находится ближе к источнику информации, даже если она не самая обнадеживающая. В меньшей степени страдают люди, которые с самого начала чрезвычайного события включились в практическую, общественно полезную деятельность (практически не остается психических проявлений).

Руководитель занятия:

Конспект работы:  
Инженер ГО и ЧС

И.В.Хасанова