



ДЕЙСТВИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ ЗАСУХИ (СИЛЬНОЙ ЖАРЫ)

ЕСЛИ ГРОЗА ЗАСТАЛА ВАС НА ПРИРОДЕ

ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ

ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ НА ВОДЕ

ДЕЙСТВИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ ЗАСУХИ (СИЛЬНОЙ ЖАРЫ)

Факторы опасности при засухе (сильной жаре)

Засуха наступает в теплое время года, когда в течение длительного периода не выпадают дожди.

Если в течение нескольких суток температура превышает среднюю плюсовую на 10 и более градусов, возникает сильная жара. Высокая температура может вызвать перегрев организма человека.

Существует три стадии теплового поражения человека:

– *тепловое перегревание* – когда жара и ее проявление угрожает повышению температуры тела **выше 37,10 С**;

– *тепловое нарушение* - возникает при температуре тела, **близкой к 38,80С**, создавая ненормальное внутреннее состояние, при котором нарушаются физические и умственные функции организма;

– *тепловые критические состояния* – такие, как коллапс (резкий упадок сил) от обезвоживания, **тепловой удар**

и коронарный сердечный удар, наступают при сильном и длительном перегревании тела человека.

Тепловой удар

Тепловой удар возникает из – за перегревания организма (гипертермии) в условиях повышенной влажности, высокой температуры воздуха, при работе в душных, плохо проветриваемых помещениях, особенно в теплой одежде, при переутомлении, нарушении питьевого режима.

Тепловой удар относится к неотложным состояниям и если не принять необходимых мер по охлаждению тела, может вызвать коматозное состояние и смерть пострадавшего.

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

– высокая температура тела, иногда достигающая + 410С;

– покрасневшая горячая сухая кожа, что особенно выражено у пожилых людей;

– раздражительность;

– прогрессирующая потеря сознания;

– учащенный слабый пульс, переходящий в аритмию;

– учащенное поверхностное дыхание.

Без оперативного оказания помощи пострадавший умирает!

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕПЛОВОМ УДАРЕ

– поместить пострадавшего в прохладное место (в тень);

– дайте ему охлажденной воды или напитка, подсоленной воды;

– расстегните тесную одежду;

– внимательно наблюдайте за состоянием пострадавшего, стараясь не упустить признаков его ухудшения;

– снимите одежду, пропитанную потом;

– приложите к коже прохладные мокрые компрессы, поместив их в паховую область, в подмышечные впадины и на шею для охлаждения крупных кровеносных сосудов, обмахивайте пострадавшего, чтобы обеспечить вентиляцию;

– постарайтесь охладить тело пострадавшего мокрыми полотенцами или простынями;

– при тепловом ударе у пострадавшего может остановиться дыхание или наступить инфаркт миокарда, будьте готовы к проведению реанимационных мероприятий (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца).

Внимание! *Не втирайте в кожу спирт, т.к. он приводит к закрытию пор и препятствует выходу тепла. Не помещайте пострадавшего в ванну с прохладной водой т.к. это может затруднить обеспечение проходимости дыхательных путей вследствие сдавливания грудной клетки водой.*

НА ПЛЯЖЕ В ЖАРКУЮ ПОГОДУ

Если Вы отдыхаете на пляже или просто у реки в жаркую погоду, всегда помните о том, что температура воздуха на солнце может достигать +50 С и выше. В то же время температура воды составляет +22 0С - +26 0С. таким образом перепад температур составляет от 25 до 30 градусов.

Если после длительного нахождения на берегу Вы внезапно нырнете в воду, этот перепад температур может привести к спазму дыхания или к остановке сердца.

Поэтому, прежде чем войти в воду, надо смочить водой грудь, спину, голову. Особенно должны помнить об этом люди пожилого возраста.

Меры предупреждения и снижения ущерба.

Для снижения негативного воздействия засухи создаются запасы воды в домах и водных бассейнах, проводится их защита от пожаров, осуществляется контроль за экономным расходом воды, население инструктируется по рациональным способам создания запасов воды и мерам ее защиты от воздействия жары, определяются дополнительные источники воды в чрезвычайных условиях.

Как подготовиться к засухе (сильной жаре)

Запаситесь дополнительными емкостями и при необходимости заранее заполните их водой. Приготовьте приемлемую для условий жары одежду, электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры). Если Вы находитесь в сельской местности - оборудуйте навесы, беседки, колодцы, а также ставни (плотные шторы) для окон. По возможности приобретите автономный источник электроэнергии для обеспечения работы электробытовых приборов. Экономно расходуйте воду. Умейте сами и обучите членов своей семьи правильно действовать при тепловом поражении.

Как действовать во время засухи (при сильной жаре)

При сильной жаре следует избегать воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) с головным убором. Находясь под прямым воздействием солнечных лучей, закрывайте как можно больше поверхности кожи.

Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться.

Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма (обезвоживанию). Посоветуйтесь с врачом, требуется ли вам дополнительное употребление соли во время жары. Снижению температуры тела способствует погружение рук и ног в холодную воду. При появлении признаков теплового поражения (общая усталость, головная боль, нарушение сознания, покраснение или побледнение лица, ненормальный пульс) следует периодически потреблять воду для возмещения потери жидкости с выделяемым потом, принимая её небольшими дозами (80-100 мл), подолгу задерживая её во рту, охладить тело, немедленно перейти в тень, на ветер или принять душ.

ЕСЛИ ГРОЗА ЗАСТАЛА ВАС НА ПРИРОДЕ

Н У Ж Н О:

- спуститься с возвышенностей;
- укрыться в лесу среди невысоких деревьев;
- на открытой местности спрятаться в яме, канаве, овраге;
- все крупные металлические предметы сложить в стороне на расстоянии 15-20 метров от себя;
- сидеть сгруппировавшись, согнув спину, опустив голову на согнутые в коленях ноги, ступни ног соединить вместе;

- положить по себе, изолируясь от почвы, полиэтилен, ветки, лапник, камни, одежду;
- в укрытии переодеться в сухую одежду, если она есть, в крайнем случае тщательно выжать мокрую;
- при поражении молнией проводить реанимационные меры.

Н Е Л Ъ З Я:

- прислоняться или прикасаться при передвижении в гору к отвесным стенам;
- укрываться среди одиноких деревьев;
- останавливаться на опушках леса, больших полянах;
- идти или оставаться в тех местах. Где течет вода, или возле водоемов;
- бегать, суетиться.

ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ

В понятие природные пожары входят лесные пожары, пожары степных и зеленых массивов, торфяные и подземные пожары горючих ископаемых.

Самые типичные случаи возникновения лесного пожара:

- 1) брошена горящая спичка, окурок;
- 2) неосторожное обращение с оружием;
- 3) несоблюдения правил ТБ;
- 4) разведение костров в местах с подсохшей травой, на лесосеке, под кронами деревьев и т. д.;
- 5) выжигание травы на лесных полянах, прогалинах или около леса;
- 6) осколок стекла, брошенного на солнечном месте, сфокусировал солнечные лучи, как зажигательная линза;
- 7) хозяйственные работы в лесу (корчевка, взрывание, сжигание мусора, строительство дорог, электролиний, трубопроводов и т. д.).

Лесные пожары классифицируются по:

- 1) характеру возгорания;
- 2) скорости распространения;
- 3) размеру площади, охваченной огнем.

Если вы оказались в лесу во время пожара, то направление противоположное огню, могут подсказать птицы и животные, которые бегут от огня в противоположную им, сторону.

Торфяные пожары движутся медленно, по несколько метров в сутки. Они особенно опасны неожиданными прорывами огня из подземного очага и тем, что кромка его не всегда заметна и можно провалиться в подгоревший торф. Поэтому при пожаре надо избегать торфяных болот, а при необходимости – двигаться по торфяному полю только группой, причем первый в группе должен

проверять шестом почву, как при движении по тонкому льду. Признак подземного пожара – земля горячая, из почвы идет дым.

Небольшой пожар (ширина кромки – до 1 км) может за полчаса-час остановить группа из 3–5 человек даже без специальных средств. Например, веником из зеленых ветвей, молодым деревцем (1,5–2 м), мешковиной, брезентом или одеждой сбивая пламя. Огонь надо захлестывать, сметать в сторону очага пожара, небольшие языки пламени затаптывать ногами.

Еще один распространенный прием – забрасывать кромку пожара землей.

Борьбой с лесными пожарами в первую очередь занимаются государственная служба, у которой есть собственные авиабазы, пожарно-химические станции, дозорно-сторожевая служба и т. д.

ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ НА ВОДЕ

Н У Ж Н О:

- определить постоянное место для купания, проверив его с точки зрения безопасности;
- научиться хорошо плавать;
- перед тем, как совершать дальние заплывы, научиться отдыхать на воде, лежа на спине.

Н Е Л Ъ З Я:

- прыгать с обрывов и случайных вышек, тарзанок, не проверив дно;
- заплывать за буйки или пытаться переплыть водоемы;
- купаться в нетрезвом виде;
- устраивать в воде опасные игры;
- долго находиться в холодной воде;
- далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете плавать;
- находясь на лодках, **опасно** пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин;
- оставлять детей без присмотра возле воды, разрешать купаться в незнакомых местах, далеко заплывать.