

## ТЕМА 4.

### **“ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА ДІЇ НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС ЗЕМЛЕТРУСІВ, ЗАТОПЛЕНЬ, СЕЛЕВИХ ПОТОКІВ, УРАГАНІВ, ЛІСОВИХ ПОЖЕЖ, СНІГОВИХ ЗАНОСІВ ТА ОЖЕЛЕДИЦІ.”**

#### **Навчальна ціль:**

**Навчити правилам поведінки і діям навчаємих у екстремальних умовах НС.**

**Вид навчальних занять – групове заняття.**

**Тривалість – 1 година.**

**Метод проведення занять – бесіда, розповідь, показ.**

**Місце проведення заняття – клас.**

#### **Навчальні питання і орієнтовний розрахунок навчального часу:**

Передмова.	2-3 хв.
1. Правила поведінки та дії населення під час природних НС.	30 хв.
2. Надання само- і взаємодопомоги при надзвичайних ситуаціях.	10 хв.
Підсумки.	3-2 хв.

#### **Навчальна література і посібники:**

1. Концепція захисту населення і територій у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій, Указ Президента України, 1999 р., Київ.
2. Довідник з цивільної оборони, Укртехногрупа, 1998 р., Київ.
3. Дія населення у надзвичайних ситуаціях. РВЦ ЦО, Київ, 1997 р.
4. Методичний посібник з ЦО і НС, РВЦ ЦО, 1997 р., Київ.
5. Цивільна оборона, Воєнвидав, Москва, 1981 р.
6. Періодичні видання МНС України, 1997-2000 pp., Київ.

#### **Матеріальне забезпечення**

##### **1. Стенди або схеми в класі:**

1. Концепція захисту населення і територій від НС.
2. Дії органів управління і сил ЦО та населення у НС.
3. Само- і взаємодопомога при НС.

##### **11. Засоби індивідуального захисту.**

##### **111. Медичні засоби індивідуального захисту.**

#### **ПЕРЕДМОВА**

Кожна людина у випадках аварій, катастроф і стихійного лиха повинен уміти захистити себе, сім'ю, надати допомогу потерпілим. У разі необхідності цього вимагає саме життя, наша дійсність. Науково-технічний прогрес значно збільшив можливості виробництва, приніс з собою небезпеку для людини і навколоїшнього середовища. Більшість регіонів держави підпадають під вплив природи. Ось чому кожен із нас повинен багато знати і вміти в ім'я збереження здоров'я і життя.

Стихійні лиха, пожежі, аварії... По-різному можна зустріти їх. Розгублено, навіть приречено, як століттями зустрічали люди різні лиха, або спокійно, з незламною вірою у власні сили, з надією на їх приборкання. Але впевнено прийняти виклик лих можуть лише ті, хто знаючи, як діяти у тій чи іншій обстановці, прийме єдино правильне рішення: врятує себе, надасть допомогу іншим, попередить, наскільки зуміє, руйнівну дію стихійних сил.

Стихійні лиха, аварії і катастрофи можуть викликати масові ураження. Унаслідок цього можливі різні травми – струси, переломи, стискання окремих частин тіла, поранення живота, грудної клітини, голови тощо. Пожежі можуть викликати опіки всіх ступенів разом з травмами. Аварії на хімічно і радіаційно небезпечних об'єктах можуть привести до ураження великої кількості населення, що проживає поблизу цих об'єктів, якщо не будуть вжиті термінові заходи захисту, а також місцеве ураження шкіри і слизових оболонок.

Ураження людей може бути викликане уламками зруйнованих ударною хвилею споруд, осколками скла, грудками землі, а також пожежами, що виникають та вторинними факторами ураження внаслідок руйнування техногенних небезпечних об'єктів. У більшості випадків ураження людей можуть бути комбінованими – поєднанням поранень, переломів, опіків.

Органи охорони здоров'я і Служба медицини катастроф будуть прагнути наблизити до місць надзвичайних ситуацій свої формування і старатися надати потерпілим першу медичну допомогу і евакюувати уражених у медичні заклади. Але щоб ця допомога була ефективною багато залежить не тільки від медичних формувань ЦО, а також від дії та умінь особового складу формувань ЦО загального призначення, від уміння кожного громадянина надати само- і взаємодопомогу при ураженнях внаслідок надзвичайних ситуацій та нещасних випадків.

**Запам'ятайте!** Своєчасне і правильне виконання найпростіших прийомів медичної допомоги при травматичних пошкодженнях, опіках, обмороженнях і нещасних випадках дозволить зберегти здоров'я та життя потерпілому.

**Запам'ятайте!** Від ваших знань і навиків щодо надання само- і взаємодопомоги у надзвичайних ситуаціях залежить не тільки ваше здоров'я і життя, але і членів сім'ї та оточуючих.

## **ПЕРШЕ НАВЧАЛЬНЕ ПИТАННЯ:** **“ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА ДІЙ НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС ПРИРОДНИХ НС”**

### **1. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ І ДІЙ НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС СТИХІЙНОГО ЛИХА**

До явищ стихійного лиха, які можливі на території України відносяться: землетруси; повені (паводки; підтоплення; катастрофічне затоплення); селеві потоки; зсуви; сильний вітер (урagan, смерч), снігопад, хуртовина, бурі та інші явища природи, що виникають як правило раптово. До них можна також віднести і пожежі, особливо лісові і торф'яні. Вони порушують нормальну життєдіяльність людей, руйнують і знищують матеріальні цінності, а іноді призводять до загибелі людей.

Про загрозу виникнення стихійного лиха населення сповіщається через мережу провідного мовлення (через квартирні і зовнішні гучномовці), а також через місцеві радіомовні станції, телебачення і, якщо дозволяє час, через засоби друку. В інформації вказується характер можливого надзвичайного явища, його масштаби, час виникнення і можливі наслідки, а також рекомендується, що необхідно робити до і під час стихійного лиха.

Кожний громадянин, який опиниться у районі стихійного лиха, зобов'язаний проявляти самовладання, особистим прикладом оказувати вплив на оточуючих, а при необхідності покладати край випадкам грабежів, мародерства та інших порушень законності.

Надавши першу допомогу членам сім'ї, оточуючим і самому собі, громадянин повинен брати участь в ліквідації наслідків стихійного лиха, використовувати для цього особистий транспорт, інструмент, медикаменти, перев'язочний матеріал і т.п.

#### **Землетруси**

**Землетруси** – підземні поштовхи і коливання земної поверхні, що виникають внаслідок раптових зміщень і розривів у земній корі або верхній частині мантії Землі, які передаються на великі відстані у вигляді пружних коливань.

Землетруси завжди викликали у різних людей розлад психіки, що проявлялися у не правильній поведінці. Слідом за гострою руховою реакцією часто настає депресивний стан із загальною руховою загальмованістю. Унаслідок цього, як показує статистика, більша частина отриманих травм серед населення пояснюється несвідомими діями потерпілих, обумовленими панічним станом і страхом.

Попередити землетрус неможливо, але у випадку оповіщення про загрозу землетрусу чи появи його ознак слід діяти **швидко, але спокійно, впевнено і без паніки**.

При завчасному попередженні про загрозу землетрусу, перш ніж залишити квартиру (дім), необхідно вимкнути нагрівальні пристрой і газ, якщо топилася піч – загасити її; після цього слід одягти дітей, старих, одягтися самому, взяти необхідні речі, невеликий запас продуктів харчування, медикаменти, документи і вийти на вулицю. На вулиці слід якомога швидше відійти від будівель і споруд у напрямку площ, широких вулиць, скверів, спортивних майданчиків, незабудованих ділянок, суворо дотримуючись встановленого громадського порядку.

Якщо землетрус почався раптово, коли зібралася і вийти з квартири (будинку) виявляється неможливим, необхідно зайняти місце (встати) у дверному чи віконному прорізі; тільки стихнуть перші поштовхи землетрусу - швидко вийти на вулицю.

У подальшому необхідно діяти у відповідності з обстановкою, що склалася, виконувати всі розпорядження органів управління з питань надзвичайних ситуацій та цивільного захисту населення.

## **Ураган (смерч, гроза, злива)**

**Ураган** - це вітер великої руйнівної сили і значної тривалості, швидкість якого 33 м/с і більше.

**Смерч** - це висхідний вихор повітря, яке швидко обертається, що має вигляд темного стовпа діаметром від декількох десятків до сотень метрів з вертикальною, іноді вигнутою віссю обертання.

**Гроза** – це атмосферне явище, що пов’язано з розвитком потужних купчасто-дощових хмар, що супроводжується багаторазовими електричними розрядами між хмарами і земною поверхнею, звуковими явищами, сильними опадами, нерідко з градом .

**Злива** - короткочасні атмосферні опади великої інтенсивності.

З отриманням **штормового попередження** негайно слід удастися до проведення запобіжних робіт: зміцнити не досить тривкі конструкції, зачинити двері, приміщення на горищі, слухові вікна, вентиляційні отвори. Великі вікна і вітрини необхідно оббити дошками. Шибки заклеїти смужками паперу або тканини, а якщо можливо, вийняти. Двері і вікна з підвітряної сторони залишити відкритими, щоб урівноважити внутрішній тиск у будівлі. З дахів, балконів, лоджій прибрati предмети, які при падінні можуть заподіяти людям травмувань.

Якщо є можливість і необхідність, треба вимкнути комунальні енергетичні мережі, відкрити допоміжні люки для пропускання води. З легких споруд людей перевести у більш міцні будівлі або укрити в захисних спорудах ЦО.

Припинити зовнішні роботи. Запастися електричними ліхтарями, гасовими лампами, свічками. Доцільно створити запаси води на 2-3 доби, підготувати похідні плитки, гасівки, примуси. Не забувати запастися продуктами харчування та фуражем для худоби, медикаментами особливо перев’язочними матеріалами; радіоприймачі і телевізори тримати постійно ввімкненими.

Знаходячись у **будинку**, слід стерегтися поранень осколками скла, що розлітається. Для цього треба відійти від вікон і встати впритул до простінка. Можна використовувати також міцні меблі. Найбільш безпечним місцем є сховища ЦО, підвали або внутрішні приміщення перших поверхів цегляних і кам’яних будинків. Не можна виходити на вулицю одразу ж після послаблення вітру, тому що через кілька хвилин порив може повторитися. Якщо це все-таки необхідно, треба триматися подалі від будівель і споруд, високих парканів, стовпів, дерев, щогл, опор, проводів.

**Заборонено** знаходитися на шляхопроводах, наблизятися до місць зберігання легкозаймистих або сильноюючих отруйних речовин.

Слід **пам’ятати**, що частіше всього в таких умовах люди зазнають травмувань від уламків скла, шифера, черепиці, покрівельного заліза, зірваних шляхових знаків, від деталей оздоблень фасадів і карнізів, від предметів, що зберігаються на балконах і лоджіях.

Якщо ураган (смерч) застав вас **на відкритій місцевості**, ліпше за все сховатися у канаві, ямі, яру, будь-якій виїмці: лягти на дно заглиблення і щільно притулитися до землі. Знаходитись у пошкоджений будівлі небезпечно: вона може обвалитися під новим натиском вітру.

Особливо слід стерегтися розірваних електропроводів: не виключена ймовірність того, що вони під напругою.

Ураган (смерч) може супроводжуватися грозою (бурею). Ухиляйтесь від ситуацій, при яких збільшується ймовірність ураження блискавкою: не укривайтесь під деревами, які стоять окремо; не підходьте до ліній електропередач і т.п.

Головна умова – не піддаватися паніці. Діяти грамотно і свідомо, утримуватися від нерозумних вчинків, надавати допомогу потерпілим.

## **Снігові замети (хуртовина)**

Зимові прояви стихійних сил природи нерідко виявляються у снігових заметах унаслідок снігопадів і хуртовин. Снігопади, тривалість яких може бути від 16 до 24 годин, дуже впливають на господарську діяльність населення, особливо з наступним різким похолоданням (сильний мороз) або потеплінням (шидке танення снігу або ожеледь).

Негативний вплив цих явищ приводять до того, що різко погіршується видимість, переривається транспортне сполучення як внутрішньо міське, так і міжміське. Випадання снігу з дощем при зниженні температурі повітря і ураганному вітрі створює умови для зледеніння ліній електропередач, зв’язку, контактних мереж електротранспорту, покрівель будівель, різного роду опор і конструкцій, що нерідко викликає їх руйнування, а також шляхів.

З оголошенням штормового попередження – необхідно обмежити пересування, особливо на власному транспорті, створити у дома необхідний запас продуктів (води, палива), виконати герметизацію житлових приміщень, що допоможе зберегти тепло і зменшить витрати палива.

Особливу небезпеку снігові замети створюють для людей, захоплених у дорозі, далеко від людського житла. Заметені снігом дороги, втрата видимості викликають повну дезорієнтацію на місцевості.

Під час руху на автомобілі не варто намагатися подолати снігові замети, необхідно зупинитися, повністю закрити жалюзі машини, укрити двигун з сторони радіатора. Якщо є можливість, автомобіль треба встановити двигуном у навітряну сторону. Періодично треба виходити з автомобіля, розгрібати сніг, щоб не опинитися похованим під снігом. Крім того, не занесений снігом автомобіль - гарний орієнтир для пошукової групи. Двигун автомобіля необхідно періодично прогрівати для уникнення "розморожування двигуна". При прогріванні автомобіля важливо не допускати затікання в кабіну (кузов, салон) вихлопних газів; з цією метою важливо слідкувати, щоб вихлопна труба не завалювалася снігом.

Якщо у дорозі разом опинилося декілька чоловік (на декількох автомобілях), доцільно зібратися разом і використати один автомобіль як укриття; із двигунів необхідно злити воду.

Ні в якому разі не можна залишати укриття – автомобіль: у сильний снігопад (хуртовину) орієнтири, які здавалися надійними з першого погляду, через декілька десятків метрів можуть бути загублені.

У сільській місцевості з отриманням штормового попередження необхідно терміново заготувати у необхідній кількості харч і воду для тварин.

Під час ожеледі пересування пішоходів ускладнюється, обвалення різних конструкцій і предметів під навантаженням стане реальною загрозою для людей (травматизм). Слід уникати перебування у старих будівлях, під лініями електропередач і зв'язку та поблизу їх опор, під деревами.

## Зсуви

**Зсув** – це сповзаюче зміщення ґрунтових мас на схилі під дією своєї ваги і додаткового навантаження внаслідок підмивання схилу, перевозложування, сейсмічних поштовхів, нерозумної діяльності людини та інших процесів.

Звичайно зсув починається не раптово. Спочатку з'являються щілини у ґрунті, розколини доріг і берегових укріплень, зміщуються будівлі, споруди, дерева, опори ліній електропередач і зв'язку, руйнуються підземні комунікації, а далі виникає повне руйнування будинків і споруд, що може привести і до загрози здоров'ю і життю людей.

Перш за все, треба пильно стежити за оповіщенням щодо умов проходження зсуву та небезпеки для людей, що відбувається, як слід діяти, що необхідно зробити у дома, на подвір'ї.

Необхідно знати телефони управління з питань надзвичайних ситуацій і цивільного захисту населення (відділу з питань НС і ЦЗ, штабу ЦО), підготуватися до можливої евакуації з місця зсуву та вивозу матеріальних цінностей.

Залишаючи приміщення, слід загасити вогонь, перекрити газові крани, вимкнути світло і електроприлади. Це допоможе відвернути виникнення пожежі, що виникають.

Надати потерпілим першу допомогу, вивести свою сім'ю (сусідів та інших людей) у безпечну зону, взяти при можливості участь у локалізації і ліквідації осередків виникнення пожеж, огороженні небезпечних ділянок, виставленні спеціальних попереджувальних знаків, відключення комунальних енергетичних систем. У подальшому діяти за вказівками органів управління з питань надзвичайних ситуацій і цивільного захисту населення.

## Повінь (паводок, підтоплення, катастрофічне затоплення)

При отриманні попередження про загрозу затоплення внаслідок виходу із русел великих та малих річок або внаслідок руйнування гребель водосховищ і виникнення катастрофічного затоплення слід дотримуватися встановленого порядку, без зволікання вийти в безпечні та підвищенні місця. При рятувальних роботах необхідно проявляти витримку і самовладання, сувро дотримуватись вимог рятувальників. Не можна переповнювати рятувальні засоби (катери, човни, плоти і т.д.), оскільки це загрожує безпеці рятувальників і тих, хто підлягає врятуванню.

Потрапивши у воду, слід скинути із себе важкий одяг і взуття, відшукати поблизу плаваючі чи підвищенні над водою предмети, скористатися ними до отримання допомоги.

Якщо є час, то необхідно вжити заходи щодо рятування майна і матеріальних цінностей: перенести їх у безпечні місця, а самим зайняти верхні поверхні (горища), дахи будинків.

При достатньому часі попередження паводку здійснюються заходи щодо підготовки і проведення завчасної евакуації населення і сільськогосподарських тварин, щодо вивозу матеріальних цінностей з районів можливого затоплення, про що оголошується спеціальним розпорядженням місцевих

державних адміністрацій. Населення про початок і порядок евакуації оповіщається з використанням місцевих радіотрансляційних мереж і телебачення, через адміністрацію суб'єктів господарювання. Населенню повідомляються місця розгортання збірних евакуаційних пунктів, строки прибуття на ці пункти, маршрути руху під час евакуації пішим порядком, а також інші відомості, що співвідносяться з місцевою обстановкою, очікуваним масштабом лиха, часом його упередження.

За наявності достатнього часу, населення із небезпечних районів евакуюються разом з майном. З цією метою кожній родині надається автомобільний чи інший транспорт з зазначенням його подачі.

У випадку раптових паводків попередження населення проводиться всіма наявними технічними засобами оповіщення, з поміж яких – гучномовні і пересувні установки.

**Раптовість виникнення повені викликає необхідність особливих дій і поведінки населення.**

Якщо люди, що проживають у населеному пункті, спостерігають підйом води на першому поверсі чи інших поверхах і на вулиці, необхідно залишити квартиру, піднятися на верхні поверхи; якщо будинок одноповерховий – зайняти приміщення на горищах. При перебуванні на роботі згідно з розпорядженням адміністрації суб'єкту господарювання слід, дотримуватися встановленого порядку, зайняти підвищенні місця.

Знаходячись у полі при раптовому затопленні слід зайняти підвищенні місця або дерева, використати різного роду плаваючі засоби, що маєте під рукою або збудуйте їх з колод, дошок, автомобільних камер, бочок, бідонів та інших підручних матеріалів, які легші за воду.

## **Пожежі**

**Пожежі** - найбільш масові і розповсюджені лиха: вони відбуваються практично в усіх районах нашої країни, особливо влітку у лісах, на торф'яниках, полях, у житлових будівлях і на промислових підприємствах. Вогонь знищує будівлі і споруди, дерева і тварин, зазнають каліцтв і гинуть люди. У 90 % випадків причина виникнення лісових пожеж - людина, яка необережно поводиться із вогнем у лісі, у місцях роботи і відпочинку, не звертає уваги на необхідність суворого дотримання правил пропилежної безпеки.

Найбільш небезпечними є лісні пожежі, причиною виникнення яких є необачна дія людини (розведення вогнища і необережне поводження з ними, сільськогосподарські палі, використання не справної техніки та агрегатів, браконьєрська охота у засушливий період року, грозові розряди та самозагорання торфу тощо).

Більш за все пожеж виникає у соснових лісах у суботу, неділю і понеділок (до 40 % спалахувань). Тому у лісах заборонено розводити вогнища. Особливо це небезично у місцях із підсохлою травою і під коріннями дерев. Не можна кидати запалені сірники, недокурки, використовувати машини з несправною системою живлення, палити і користуватися вогнем поблизу машин.

Культурно-масові заходи у лісі необхідно проводити на спеціально відведених ділянках. Поблизу цих місць повинні бути засоби гасіння пожеж або водоймища.

Будь-яка пожежа починається із займання, яке нерідко може ліквідувати одна людина. Але ліквідувати пожежу одній людині, тим більш без відповідних засобів, самовладання, мужності не так просто. Розбурхана стихія потребує колосальних зусиль великої кількості людей, значної кількості спеціальної і іншої техніки.

Найбільш доступними засобами гасіння займань і пожеж є вода, пісок або ґрунт, ручні вогнегасники, азбестові і брезентові покривала і навіть віття дерев та одяг.

**При виникненні пожежі** у лісі, населеному пункті чи на виробництві, у першу чергу треба повідомити про це пожежну команду, а після цього сміливо вступати у боротьбу із вогнем.

У цей час нема коли згадувати, де і які засоби розташовані, а треба знати заздалегідь їх місце розташування. Кожний учасник гасіння пожежі повинен дотримуватися заходів безпеки, обережності і передбачливості. При саморятуванні і рятуванні інших людей під час лісних пожеж необхідно діяти швидко, оскільки основною небезпекою є:

висока температура повітря та задимлення;  
можливі обвалення дерев та провали внаслідок вигорання торфу;  
наявність небезпечних концентрацій різних продуктів горіння.

Під час пожеж на людях може спалахнути одяг. При невеликих ділянках палаючого одягу вогонь може бути загашений шляхом його збивання або накриття потерпілого плащем, пальто чи будь-

яким іншим полотнищем. Робиться це для того, щоб перекрити доступ повітря до місця горіння.

У випадку, коли пожежа захопила вас у лісі чи степу, не слід приймати поквапливих рішень. Звичайно люди, що злякалися валу вогню, що насувається, намагаються бігти у протилежний від нього бік, не оцінивши швидкості його руху. При виявленні рядом з собою вала вогню, який швидко наближається, степової або низової лісної пожежі, необхідно перейти кромку пожежі проти вітру, накрити при цьому голову і обличчя верхнім одягом.

Виходити із зони будь-якої лісової пожежі, швидкість розповсюдження якої невелика, треба в навітрину сторону, тобто у сторону вогню, використовуючи галявини, просіки, дороги, ріки і т.д.

Пожежі впливають на людей своїм сильним психологічним ефектом. Паніка серед людей навіть при невеликих пожежах слугує причиною значних жертв. Знаючи правила поведінки, людина, захоплена цим лихом, у будь-який момент, у будь-якій обстановці.

### **Заходи обережності під час ліквідації наслідків стихійного лиха**

Перед тим, як увійти у пошкоджений будинок (споруду), треба переконатися, чи не загрожує він обвалом; у приміщенні через небезпеку вибуху скучення газів неможливо користуватися відкритим вогнем (сірниками, свічами і т.д.).

Будьте обережні з обірваними і оголеними проводами, не допускайте короткого замикання.

Не вмикайте електроенергію, газ і водопровід, до тих пір, доки їх не перевірить комунально-технічна служба.

Не пийте воду із пошкодженого водопроводу або затоплених колодязів.

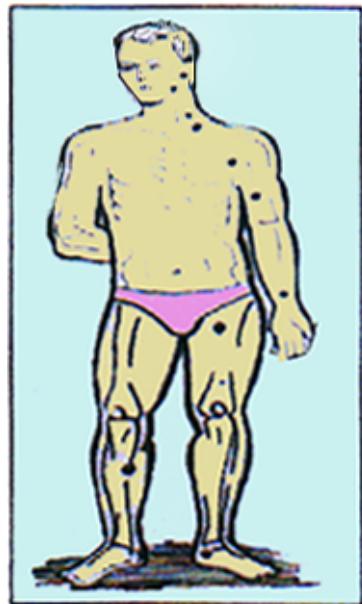
Дотримання заходів обережності в районі стихійного лиха дозволяє значно понизити складність і кількість травм.

### **ДРУГЕ НАВЧАЛЬНЕ ПИТАННЯ:**

#### **“НАДАННЯ САМО-І ВЗАЄМОДОПОМОГИ ПРИ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ”**

**Кожна людина повинна мати індивідуальний перев'язувальний пакет, протихімічний пакет (ІПП-8) і аптечку (АІ-2 або її аналоги, побутову чи автомобільну), знати місця розташування аптек та медичних закладів і вміти:**

зупинити кровотечу, для чого притиснути пальцями артерію до кості вище рані в точках, які показані на рис.1, потім поверх одягу (або підклавши м'яку підкладку вище рані і ближче до неї) накладіть скрутень або закрутку (рис.2). Не закривайте скрутень бинтом. Час накладання скрутня (закрутки) укажіть в записці, яку треба закріпити на пов'язці або іншому видному місці;

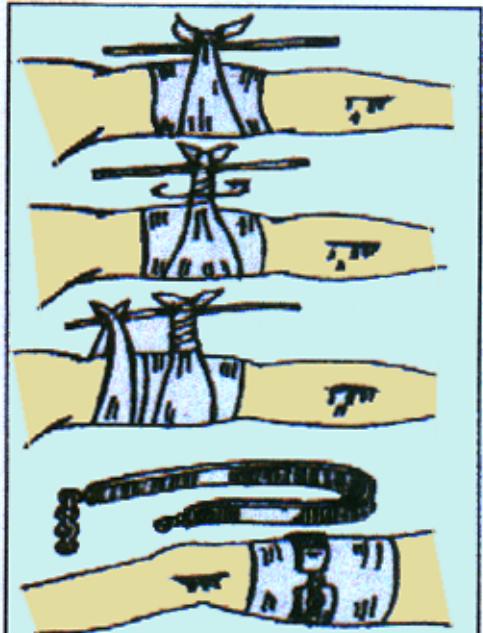


**Рис.1.  
Точки  
пальцевого  
притискання для  
зупинки  
артеріальної  
кровотечі**

перев'язати рану за допомогою перев'язувального пакету, бинту або інших засобів (рис.3). Пов'язка захистить рану від додаткових травм, забруднення і зараження;

накласти шину при травматичних пошкодженнях кісток і суглобів для забезпечення їх нерухомості. Шину (палицю, смужку фанери і т.д.) прибинтуйте так, щоб вона захопила два суміжних суглоба вище і нижче місця перелому. При накладанні шини, зламаній кінцівці необхідно надати найбільш зручний стан, а при вивихах зафіксувати той стан, при якому кінцівка опинилася після травми (рис.4).

В місцях виступів кісток між тілом і шиною підкладіть прокладки з м'якої тканини. Якщо немає шини, пошкоджену ногу прибингуйте до здорової (рис.5), а руку – до тулубу.



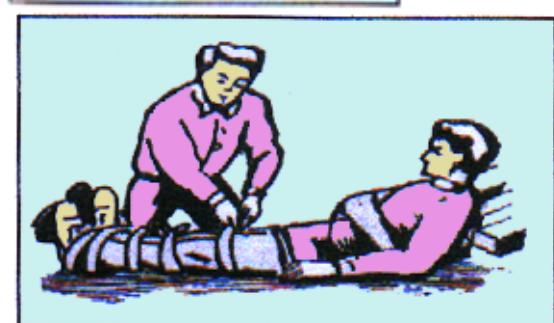
**Рис.2.**  
**Порядок накладання закрутки (скрутки) при венозній (артеріальній) кровотечі**



**Рис.3. Перев'язування рани за допомогою бинта (перев'язочного пакету) або інших засобів**



**Рис.4.**  
**При переломах (вивихах) накласти шину або інші засоби. При цьому кінцівкам надати зручне положення.**



**Рис.5. Якщо немає можливості накласти шину, пошкоджену ногу прибинговують до здорової**

При наданні першої допомоги потерпілому необхідно терміново вжити заходи, щоб припинити дію шкідливого фактору:

при опіках скиньте з потерпілого одяг, що горить, погасіть вогонь водою або щільною тканиною. Добре вимийте водою шкіру і очі при попаданні на них кислот, лугів та інших агресивних рідин. На обпалену ділянку тіла покладіть пов'язку. Неможливо віддирати від обпалених ділянок шкіри залишки одягу, що поприлипали до тіла, розкривати пухирі;

при обмороженні доставте потерпілого в приміщення, дайте йому теплого пиття, розігріть спиртом і обережно промасажуйте м'язи чисто вимитими руками. Бажано помістити потерпілого в ванну з температурою води 25-35 °С. Неможливо розтирати снігом обморожені місця;

при ураженні електричним струмом не торкайтесь ураженого, так як він знаходиться під напругою і є провідником струму. Вимкніть головний вимикач, при неможливості цього зробити,

відкиньте провід від потерпілого за допомогою сухої палки або іншого предмету, що не проводить струм;

при нещасному випадку на воді, витягнувши потерпілого з води, очистити йому порожнину рота від сторонніх предметів, видалити воду із шляхів дихання, покласти утопленика на зігнуте коліно, голова повинна бути опущена донизу (рис.6), декілька раз сильно надавили на спину.



Рис.6.  
**Видалення  
води з  
шляхів  
дихання  
утопленика**

У випадку зупинки дихання і серця негайно приступити до проведення штучного дихання методом “із рота в рот” і непрямого масажу серця.

Для проведення штучного дихання покладіть потерпілого на спину, голову максимально відкинути назад, підложить йому під лопатки валик з одягу (рис.7);

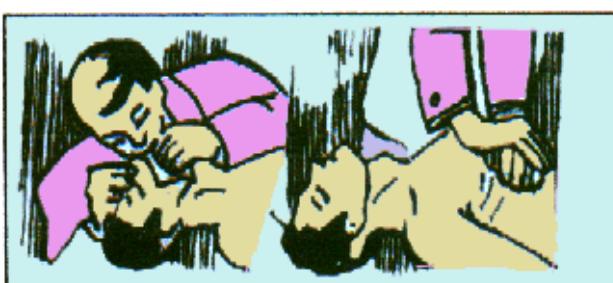


Рис.7. Проведення штучного дихання і непрямого  
масажу серця

висуньте нижню щелепу вперед і, натискаючи на підборіддя, розкрийте рот потерпілому; на відкритий рот покладіть пов’язку чи носову хустку;

затисніть потерпілому ніс, зробіть глибокий вдих, щільно приставте свої губи до губ потерпілого і видохніть йому весь об’єм повітря в легені. Повітря вдувати 16-18 раз за хвилину до відновлення природного дихання. При правильному проведенні штучного дихання грудна клітка потерпілого піднімається.

Для проведення непрямого масажу серця потерпілого покладіть на спину на тверде ложе, встаньте з лівої сторони від нього і покладіть долоні рук одна на іншу на нижню частину грудної клітки. Пальцями рук при цьому не торкайтесь грудної клітки. Різкими рухами подібними на поштовхи надавлюйте (рис.7) на грудну клітку 50-60 разів за хвилину. Грудна клітка потерпілого зміщатися за напрямком до хребта на 4-5 см.

При одночасному проведенні штучного дихання і непрямого масажу серця чергуйте чотири-п’ять надавлювань на грудну клітку з одним вдуванням повітря в легені.

Після відновлення дихання і серцевої діяльності потерпілого тепло накройте, напоїть чаєм і направте в лікувальний заклад.

При наданні медичної допомоги потерпілим можна використовувати вміст домашньої аптечки, а також аптечки для оснащення транспортних засобів.

В домашній аптечці рекомендується мати: таблетки валідолу, калію перманганат, 10 % розчин аміаку (нашатирний спирт), 5% розчин йоду, таблетки анальгіну або іншого протиболючого засобу, гідрокарбонат натрію (сода питна), лимонну кислоту, бінт марлевий стерильний, вату медичну гігроскопічну, медичний скрутень, лейкопластир.

**ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ! Після надання потерпілому само- і взаємодопомоги йому необхідно надати першу медичну та лікарняну допомогу і відправити в лікувальний медичний заклад.**

Високий рівень професійної підготовки, добре організаторські здібності, сильна воля, особлива сміливість, вміння швидко та вірно оцінювати обстановку, приймати рішення та наполегливо втілювати їх в життя — це головні якості кожного громадянина, які необхідні йому при діях в екстремальних умовах природних надзвичайних ситуаціях.

Керівник заняття ставить 2-3 запитання навчаємим щодо визначення повноти засвоєння викладеного матеріалу і при необхідності робить додаткові пояснення.

Підводить короткі підсумки проведенного заняття за темою і ставить завдання на самостійну підготовку до нового заняття.