

Согласовано
Председатель профгруппы
Ш Е.А Шенцова
«30» декабря 2019г.

Утверждаю
Директор МБУК ЕПК и О
О.В. Федорова
«30» декабря 2019г.



ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ **по гражданской обороне и защите от чрезвычайных** **ситуаций № 1**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Гражданская оборона (ГО) – система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) – система мероприятий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (ЧС), подготовке к защите и по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Чрезвычайная ситуация – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Гражданская оборона тесно связана с РСЧС как направление подготовки страны к деятельности в особых условиях военного времени.

РСЧС и ГО созданы и функционируют по территориально-производственному принципу на всей территории Российской Федерации.

Общее руководство ГО в стране возложено на Правительство Российской Федерации.

Непосредственное руководство ГО РФ возложено на Министерство РФ по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий.

Руководство гражданской обороной, предупреждением и ликвидацией чрезвычайных ситуаций в краях и областях, городах и районах, министерствах и ведомствах в организациях и на предприятиях, независимо от форм собственности, возлагается на соответствующих руководителей, которые являются по должности начальниками гражданской обороны.

Для защиты людей от опасностей, возникающих при ведении военных действий или в следствии этих действий и при чрезвычайных ситуациях применяются различные способы и средства: обучение, оповещение, укрытие в защитных сооружениях (убежища, противорадиационные укрытия, простейшие укрытия и складки местности), эвакуация в загородную зону (отселение в безопасные районы), обеспечение средствами индивидуальной защиты (противогазы, респираторы, защитная одежда, профилактические средства и прививки), установление режимов военного положения или чрезвычайной ситуации, радиационной или химической защиты, карантина или обсервации.

2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ГРАЖДАН

Граждане Российской Федерации в соответствии с федеральными законами «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от

чрезвычайных ситуаций» и иными нормативными правовыми актами имеют право:

- на обучение способам защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения ЧС;
- при необходимости использовать средства индивидуальной защиты и другое имущество органов исполнительной власти и организаций;
- быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны и о мерах необходимой безопасности;
- участвовать в установленном порядке в мероприятиях по ГО;
- на медицинское обслуживание, компенсацию и льготы за причинение вреда при ведении военных действий;
- на возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие ЧС.

Граждане Российской Федерации обязаны знать:

- основные требования руководящих документов по вопросам ГО;
- принципы, средства и способы защиты от чрезвычайных ситуаций;
- правила поведения при возникновении опасностей военного времени;
- правила и порядок оказания само- и взаимопомощи при поражениях, травмах и ранениях.

Уметь:

- четко действовать по сигналам оповещения;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие из них;
- пользоваться убежищами, укрытиями и строить простейшие укрытия;
- обеззараживать свое рабочее место, квартиру, местность, прилегающую к ним;
- оказывать доврачебную медицинскую самопомощь и помощь пострадавшим;
- защитить детей, больных и престарелых при угрозе нападения противника и при ЧС, надевать им средства индивидуальной защиты, обеспечивать их безопасность при эвакуационных и других мероприятиях.

3. СИСТЕМА ОПОВЕЩЕНИЯ

Завывание сирен, сигналы транспортных средств означают предупредительный сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!». Услышав его, необходимо немедленно включить теле-, радиоприемники и слушать экстренное сообщение (речевую информацию) органов власти или администрации предприятия.

Эти сообщения будут содержать информацию об угрозе или начале военных действий, об угрозе или возникновении чрезвычайной ситуации, их масштабах, прогнозируемом развитии, неотложных действиях и правилах поведения населения (персонала).

Главное внимательно прослушать и правильно понять переданное сообщение (оно будет передаваться несколько раз). Переспросите коллег, соседей, знакомых, чтобы выяснить – правильно ли Вы поняли передаваемую информацию и правильно ли собираетесь действовать.

Находясь на работе, выполняйте все указания своего непосредственного начальника.

Строго и неукоснительно следуйте установленным правилам поведения в условиях угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций! Это поможет сохранить жизнь и здоровье Вам и Вашим близким!

С целью своевременного предупреждения населения городов и сельских населенных пунктов о возникновении непосредственной опасности применения противником ядерного, химического, бактериологического (биологического) или другого оружия и необходимости применения мер защиты установлены следующие сигналы оповещения гражданской обороны: «Воздушная тревога» - «Отбой воздушной тревоги»; «Радиационная опасность»; «Химическая тревога».

Сигнал «Воздушная тревога» подается для всего населения. Он предупреждает о непосредственной опасности поражения противником данного города (района). По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание! Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога!» Одновременно с этим сигнал дублируется звуком сирен, гудками заводов и транспортных средств. На объектах сигнал будет дублироваться всеми, имеющимися в их распоряжении средствами. Продолжительность сигнала 2-3 минуты.

По этому сигналу объекты прекращают работу, транспорт останавливается и все население укрывается в защитных сооружениях. Рабочие и служащие прекращают работу в соответствии с установленной инструкцией и указаниями администрации, исключая возникновение аварий. Там, где по технологическому процессу или требованиям безопасности нельзя остановить производство, остаются дежурные, для которых строятся индивидуальные убежища.

Сигнал «Воздушная тревога» может застать людей в любом месте и в самое неожиданное время. Во всех случаях следует действовать быстро, но спокойно, уверенно и без паники. Строгое соблюдение правил поведения по этому сигналу значительно сокращают потери людей.

Сигнал «Отбой воздушной тревоги» передается органами гражданской обороны. По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание граждане! Отбой воздушной тревоги? Отбой воздушной тревоги». По этому сигналу население с разрешения комендантов (старших) убежищ и укрытий покидает их. Рабочие и служащие возвращаются на свои рабочие места и приступают к работе.

В городах (районах, по которым противник нанес удары оружием массового поражения, для укрываемых передается информация об обстановке, сложившейся вне укрытий, о принимаемых мерах по ликвидации последствий

нападения, «режимах поведения населения и другая необходимая информация для последующих действий укрываемых.

Сигнал «Радиационная опасность» подается в населенных пунктах и районах, по направлению к которым движется радиоактивное облако, образовавшееся при взрыве ядерного боеприпаса.

По сигналу «Радиационная опасность» необходимо надеть респиратор, противопылевую тканевую маску или ватно-марлевую повязку, а при их отсутствии - противогаз, взять подготовленный запас продуктов, индивидуальные средства медицинской защиты, предметы первой необходимости и уйти в убежище, противорадиационное или простейшее укрытие.

Сигнал «Химическая тревога» подается при угрозе или непосредственном обнаружении химического или бактериологического нападения (заражения). По этому сигналу необходимо быстро надеть противогаз, а в случае необходимости - и средства защиты кожи и при первой же возможности укрыться в защитном сооружении.

Если защитного сооружения поблизости не окажется, то от поражения аэрозолями отравляющих веществ и бактериальных средств можно укрыться в жилых, производственных или подсобных помещениях.

Если будет установлено, что противник применил бактериологическое (биологическое) оружие, то по системам оповещения население получит рекомендации о последующих действиях.

Необходимо быть предельно внимательными и строго выполнять распоряжения органов гражданской обороны. О том, что опасность нападения противника миновала, и о порядке дальнейших действий распоряжение поступит по тем же каналам связи, что и сигнал оповещения.

4. ДЕЙСТВИЯ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Во время гололеда.

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободными. Хорошо использовать палку с заостренным металлическим наконечником. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения

Во время сильной метели.

Выходите из зданий лишь в исключительных случаях и только не в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем.

При обморожении.

Растирайте рукой отмороженные части тела. В отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растерев спиртом. Водкой,

одеколоном сухой шерстяной тканью, фланелью. Затем наложить сухую повязку и утеплить ватой или тканью.

При тепловом поражении.

Немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих, проведите реанимационные мероприятия (массаж сердца и искусственное дыхание).

При землетрясении, обрушении здания.

Ощувив колебания здания – первые толчки, не поддавайтесь панике, у Вас есть 15-20 секунд. Быстро выйдете из здания, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. Не пользуйтесь лифтом! Находясь на улице не стойте вблизи зданий и сооружений – выйдите на открытое место.

Если Вы вынужденно остались в здании, то откройте входную дверь, встаньте в безопасном месте: у внутренней стены в углу во внутреннем стенном проеме или у несущей опоры, после прекращения толчков покиньте помещение.

Если Вы находитесь в автомобиле, оставайтесь в нем до прекращения толчков, но на открытом месте.

Если Вы оказались в завале, по возможности окажите себе первую медицинскую помощь. Попытайтесь осмотреться и поискать возможный выход, постарайтесь определить, где Вы находитесь, нет ли рядом других людей, подайте голос, поищите в карманах и вокруг себя предметы, которыми можно подать звуковые сигналы. Голосом и стуком привлекайте внимание людей, перемещая влево-вправо любой металлический предмет помогайте обнаружить себя металлолокатором. Если есть узкий лаз – протиснитесь в него, расслабив мышцы и прижав локти к телу. Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, не зажигайте огонь – берегите кислород. Если возможно, с помощью кирпичей досок укрепите потолок от обрушения и дожидайтесь помощи. При сильной жажде положите в рот гладкий камешек или обрывок носового платка и сосите его, дыша носом.

При грозе.

Во время ударов молнии не подходите близко к электропроводке, восточным трубам, не стойте рядом с окном, выключите электроприборы. В лесу не стойте возле высоких деревьев особенно сосен и тополей. Не находитесь в водоеме или на его берегу, спуститесь с возвышенного места в низину. Находясь в автомобиле, не покидайте его, закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

Во время урагана, бури, смерча.

Находясь в здании, отойдите от окна и займите безопасное место у стен внутренних помещений – в коридоре, в ванной, в туалете, в прочных шкафах, под столом. Отключите электроэнергию.

На улице держитесь дальше от легких построек, линий электропередачи, мачт, вышек, деревьев, водоемов, и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков используйте ящики, картонные коробки и другие подручные средства. Старайтесь быстрее укрыться в

каменных зданиях, подвалах и других заглубленных помещениях. Не заходите в поврежденные и ветхие здания.

При химических авариях.

Закройте окна, отключите электроэнергию, наденьте одежду и головной убор из плотной ткани, резиновую обувь, возьмите документы, деньги, теплые вещи, 3-суточный запас непортящихся продуктов в герметичной упаковке, оповестите соседей и быстро выходите из зоны возможного заражения перпендикулярно направлению ветра. Для защиты органов дыхания используйте противогаз, респиратор или ватно-марлевую повязку, или кусок ткани, смоченный водой.

При невозможности покинуть зону заражения плотно закройте окна, двери, вентиляционные отверстия. Имеющиеся в них щели заклейте бумагой или скотчем.

При радиационной аварии.

Находясь на улице, немедленно защитите органы дыхания платком, шарфом, косынкой и поспешите укрыться в помещении. Оказавшись в укрытии, снимите верхнюю одежду и обувь, поместите их в пластиковый пакет и примите душ. Закройте окна и двери, включите телевизор, радиоприемник для получения дополнительной информации об аварии и указаний местных властей о Ваших дальнейших действиях. Загерметизируйте вентиляционные отверстия и щели на окнах и дверях. Сделайте запас воды и продуктов в герметичных емкостях. Приготовьте плащи из полиэтиленовой пленки, резиновые сапоги и перчатки или побольше полиэтиленовой пленки для упаковки необходимых вещей, документов, продуктов на случай эвакуации. Для защиты органов дыхания используйте те же средства, что и при химической аварии.

При железнодорожной аварии.

Сразу после аварии быстро выбирайтесь из вагона через дверь или окна – аварийные выходы, так как высока вероятность пожара. Покидайте вагон только на полевую сторону пути, взяв с собой документы, деньги, одежду или одеяла. При пожаре в вагоне закройте окна, чтобы ветер не раздувал пламя, и уходите от пожара в передние вагоны, а если это невозможно – в конец поезда, плотно закрывая за собой двери. Прежде чем выйти в коридор, подготовьте защиту для дыхания: шапки, шарфы, куски ткани, смоченные водой. Помните, что при пожаре материал облицовки стен вагонов выделяет токсичный газ, опасный для жизни.

При аварии на воздушном судне.

При декомпрессии немедленно наденьте кислородную маску. Не пытайтесь до этого оказывать кому-либо помощь, даже если это Ваш ребенок. Вы не успеете помочь себе и оба останетесь без кислорода. Сразу после надевания масок пристегните ремни безопасности и приготовьтесь к резкому снижению.

При пожаре в самолете наибольшую опасность представляет дым, поэтому дышите через хлопчатобумажные или шерстяные элементы одежды, по возможности, смоченные водой. Пробираясь к выходу, двигайтесь

пригнувшись или на четвереньках, так как внизу салона задымленность меньше. Защитите открытые участки тела от воздействия огня, используя одежду, пледы. После приземления и остановки самолета немедленно направляйтесь к ближайшему выходу, так как велика вероятность взрыва. Если проход завален, пробирайтесь через кресла, опуская их спинки. После выхода из самолета удалитесь от него как можно дальше и лягте на землю, прижав голову руками – возможен взрыв.

При жесткой посадке тщательно подгоняйте ремень безопасности, проверяйте, нет ли у Вас над головой тяжелых чемоданов. Освободите карманы от острых предметов, согнитесь и плотно сцепите руки под коленями. Голову уложите на колени или наклоните как можно ниже. Ноги уприте в пол, выдвинув их как можно дальше, но не под переднее кресло. В момент удара максимально напрягитесь и подготовьтесь к значительной перегрузке. Ни при каких обстоятельствах не покидайте своего места до полной остановки самолета.

При аварии на водном транспорте.

Помнит, что решение об оставлении судна принимает только капитан. Перед посадкой в шлюпку или на спасательный плот оденьте на себя побольше одежды, а сверху – спасательный жилет. Если есть возможность возьмите с собой одеяла, дополнительную одежду, питьевую воду, еду. Если Вы вынуждены прыгать с борта корабля в воду, то желательно с высоты не более 5 метров, закрыв рот и нос одной рукой, второй крепко держась за жилет. Плывайте только к спасательному средству. Находясь в воде, подавайте сигнал свистком или поднятой рукой, при отсутствии спасательных средств двигайтесь как можно меньше, чтобы сохранить тепло – сгруппируйтесь в спасательном жилете, обхватив руками с боков грудную клетку и поднимите бедра повыше, чтобы вода меньше омывала область паха. Если у Вас нет спасательного жилета, поищите глазами какой-нибудь плавающий предмет и ухватитесь за него, чтобы легче держаться на плаву до прибытия спасателей, отдыхайте лежа на спине.

При утечке магистрального газа.

Почувствовав в помещении запах газа, немедленно перекройте его подачу к плите и отключите электроэнергию. При этом не курите, не зажигайте огня. Проветрите помещение, открыв все окна и двери, и покиньте его до исчезновения запаха газа. Если запах не исчезает срочно вызовите аварийную службу.

При пожаре и взрыве.

При обнаружении возгорания реагируйте на пожар быстро, используя все доступные способы для тушения огня (песок, воду, огнетушители). Если потушить огонь в кратчайшее время невозможно, вызовите пожарную охрану и покиньте горящее помещение. При эвакуации не пользуйтесь лифтами, горящие помещения проходите быстро, задерживая дыхание, защитив нос и рот влажной тканью. В сильно задымленном помещении передвигайтесь ползком или пригнувшись – в прилегающем к полу пространстве чистый воздух сохраняется дольше. Не подходите к взрывоопасным предметам. При угрозе

взрыва ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц. При невозможности самостоятельной эвакуации, обозначьте свое местоположение, свесив из окна белую простыню, штору, предмет одежды. Если к спасению один путь – окно, бросьте вниз матрасы, подушки, ковры, сократите высоту прыжка, используя привязанные к батареям веревки, шторы, простыни.

Опасные ситуации в метро.

Если эскалатор разогнался, а тормоза не сработали, единственное верное решение – перескочит через балюстраду на соседнюю лестницу.

Если Вы оказались на пути, не пробуйте подтянуться за край платформы: именно под ней идет 800-вольтный контактный рельс. Если поезд еще не въезжает на станцию, бегите к «голове» платформы (к часам). Если поезд показался, ложитесь между рельсами.

При нападении собаки.

К нападающей собаке повернитесь лицом, примите боевую стойку или, если уверены в себе, бросьтесь ей навстречу, но ни в коем случае не поворачивайтесь к собаке спиной и не убегайте. Для защиты используйте палку, зонтик, камни, одновременно отступая к укрытию (забору, дому) спиной. По возможности обмотайте плащом, пиджаком предплечье и руку, а затем, выставив ее вперед, спровоцируйте собаку на укус и сильно ударьте ее по верхней челюсти, если собака сбила Вас с ног, то упадите на живот и закройте руками шею. Помните, что болевыми точками у собак являются нос, пах и язык.

При нападении преступника.

Если на вас напали, и Вы заведомо слабее преступника, то бегите.

При неизбежности столкновения привлечите внимание прохожих и ближайших жителей призывом о помощи. При попытке вооруженного ограбления, без всякого сопротивления расстаньтесь с деньгами и прочими ценностями.

Если Вам угрожают убийством или изнасилованием, то попытайтесь вывести нападающего из строя, действуя смело, решительно и неожиданно, с максимально возможной силой. Отвлеките внимание нападающего, после чего быстро ударьте его в уязвимые места: рукой по ушам, в нос, под подбородок или ногой (стопой, коленом) по голени, колену, в пах. Смотрите преступнику прямо в глаза, чтобы не выдать место планируемого удара.

В качестве оружия самозащиты применяйте любой имеющийся предмет: горящую сигарету, ручку или карандаш, связку ключей, песок, туфли с каблуком-шпилькой, зонтик, палку, разбитую бутылку, камень.

Если на вас напали сзади, обхватив шею руками, ударьте противника локтем в солнечное сплетение (живот) или ногой по голени, ступне.

Если на Вас напали спереди, ткните распрямленными пальцами руки в глаза или в горло нападающего.

При террористическом акте.

При захвате самолета (автобуса, помещения) не привлекайте к себе внимание террористов, осмотрите салон (помещение) и отметьте места

Сошсавать

возможного укрытия в случае стрельбы. Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону (помещению), не открывайте сумки и не суйте руки в карманы без разрешения. Женщинам в минни-юбках желательно прикрыть ноги. Если начнется штурм – ложитесь на пол между креслами и ждите его окончания. После освобождения немедленно покиньте самолет (автобус, помещение), так как он может быть заминирован.

Если Вы попали в перестрелку на улице, сразу же ложитесь на землю и осмотритесь. Выберите ближайшее укрытие (подъезд, подземный переход, выступ здания, памятник, бетонный столб, бордюр, канава) и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. Спрячьтесь и дождитесь окончания перестрелки. Находясь во время перестрелки дома – укройтесь в ванной комнате, туалете, кладовке и лягте на пол. Находиться в комнате с окнами опасно из-за возможности рикошета.

Если Вы обнаружили взрывоопасный (подозрительный) предмет на улице или в помещении, не подходите к нему, попросите находящихся рядом людей или сами сообщите в милицию и немедленно уйдите из помещения.

Если Вы обнаружили взрывоопасный (подозрительный) предмет в транспорте, немедленно сообщите об этом водителю (машинисту), удалитесь от этого предмета как можно дальше и постарайтесь быстрее покинуть транспортное средство.

5. ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Искусственное дыхание:

- пострадавшего положить на горизонтальную поверхность;
- очистить рот и глотку пострадавшего от слюны, слизи, земли и других посторонних предметов, если челюсти плотно сжаты – раздвинуть их;
- запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку на лоб, а другую на затылок;
- сделать глубокий вдох, нагнувшись к пострадавшему, герметизировать губами область его рта и сделать выдох. Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего. При этом ноздри пострадавшего должны быть закрыты, а рот накрыт марлей или носовым платком из соображений гигиены;
- частота искусственного дыхания – 16-18 раз в минуту;
- периодически освобождать желудок пострадавшего от воздуха, надавливая на подложечную область.

Массаж сердца:

- пострадавшего уложить на спину на ровную и твердую поверхность, расстегнуть ремень и ворот одежды;
- стоя с левой стороны, наложить одну ладонь кисти на нижнюю треть грудины, вторую ладонь положить крестообразно сверху и произвести сильное дозированное давление по направлению к позвоночнику;
- надавливания производить в виде толчков, не менее 60 в 1 минуту.

При проведении массажа сердца у взрослого необходимо значительное усилие не только рук, но и всего корпуса.

У детей массаж производят одной рукой, а у грудных и новорожденных – кончиками указательного и среднего пальцев с частотой 100-110 толчков в минуту.

Эффективность непрямого массажа сердца обеспечивается только в сочетании с искусственным дыханием. Их удобнее проводить вдвоем. При этом первый делает одно вдухание воздуха в легкие, затем второй производит % надавливаний на грудную клетку.

Если у пострадавшего восстановилась сердечная деятельность, определился пульс, лицо порозовело, то массаж сердца прекращают, а искусственное дыхание продолжают в том же ритме до восстановления самостоятельного дыхания.

Остановка кровотечения.

Осуществляется путем придания кровоточащей области приподнятого положения, наложения давящей повязки, максимального сгибания конечности в суставе и сдавливания при этом, проходящих в данной области сосудов, пальцевое прижатие, наложение жгута.

При отсутствии жгута может быть использован любой подручный материал (резиновая трубка, ремень, шнурок, веревка, платок, палка).

Порядок наложения кровоостанавливающего жгута:

1. Жгут накладывают при повреждении крупных артерий конечностей выше раны, чтобы он полностью пережимал артерию.

2. Под жгут подкладывают мягкую ткань (бинт, одежду), делают несколько витков до полной остановки кровотечения. Витки должны ложиться вплотную один к другому, чтобы между ними не попадали складки одежды.

3. Концы жгута надежно фиксируют (завязывают). Правильно затянутый жгут должен привести к остановке кровотечения и исчезновению периферического пульса.

4. К жгуту обязательно прикрепляется записка с указанием времени его наложения.

5. Жгут накладывается не более чем на 1,5 – 2 часа, а в холодное время года – на 1 час.

6. При крайней необходимости более продолжительного пребывания жгута на конечности его ослабляют на 5 – 10 минут (до восстановления кровоснабжения конечности), производя при этом пальцевое прижатие поврежденного сосуда.

При обмороке:

- уложить пострадавшего на спину так, чтобы голова была несколько опущена, а ноги приподняты;

- освободить шею и грудь от стесняющей одежды;

- тепло укрыть, приложить грелку к ногам;

- натереть виски нашатырным спиртом и поднести к носу ватку, смоченную в нем;

- лицо обрызгать холодной водой;

- при затянувшемся обмороке сделать искусственное дыхание;
- после прихода в сознание дать горячее питье.

6. СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

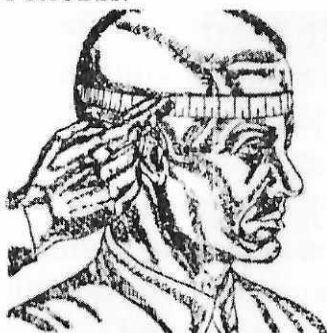
ПРОТИВОГАЗА ГП-7

Подготовка к работе

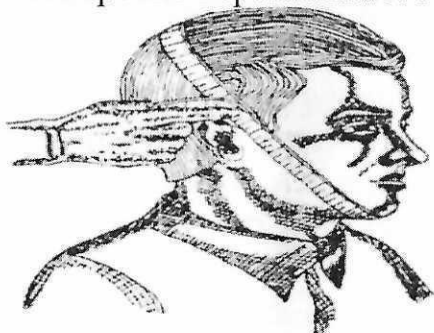
Подбор необходимого типоразмера (роста и положения лямок наголовника) противогаза ГП-7 (ГП-7В) осуществляется на основании результатов определения с помощью мерительной (сантиметровой) ленты следующих размеров:

- горизонтального обхвата головы;
- вертикального обхвата головы.

Горизонтальный обхват определяется путем измерения размера головы по замкнутой линии, проходящей спереди по надбровной дуге, сбоку на 2-3 см выше края ушной раковины и сзади через наиболее выступающую часть головы:



Измерение вертикального обхвата головы:



ТИПОРАЗМЕРЫ МАСКИ

Рост лицевой части	1 рост	2 рост	3 рост
Положение упоров лямок	4-8-8 3-7-8	3-7-8 3-6-7	3-6-7 3-5-6 3-4-5
Сумма горизонтального и вертикального обхватов головы до	1185 1190 1210	1215- 1240- 1235 1260	1265- 1290- 1315 1285 1310 и более

Вертикальный обхват определяется путем измерения размера ГОЛОВЫ по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок.

Измерения округляются с точностью до л мм. По сумме обоих измерений определяют типоразмер маски (табл. I).

Положение (номер) упоров лямок указывается: первой цифрой номер лобной лямки, второй - ВИСОЧНЫХ и третьей щечных.

Проверка комплектности противогаза ГП-7 (ГП-7В), его сборка и укладка.

После получения на руки противогаза с лицевой частью требуемого роста проверьте его комплектность, произведите сборку противогаза и уложите его в сумку. Для этого:

выньте лицевую часть из полиэтиленового пакета (при его наличии);

выньте из лицевой части вкладыш при его наличии и положите его в ящик из-под противогазов;

проверьте целостность корпуса маски, obtюратора и лямок наголовника, а также наличие пряжек;

осмотрите узел выдоха, для чего снимите экран, отвинтите наружную седловину клапана выдоха и проверьте наличие и состояние лепестков (они не должны быть порваны, покороблены или засорены), а также наличие резинового уплотнительного кольца;

проверьте целостность стекол очков и стекол утеплительных манжет, наличие и исправность прижимных колец или резиновых шнуров. Резиновые шнуры вставить в резиновые пазы очковых узлов;

проверьте состояние узла вдоха и надежность крепления обтекателя, а также наличие прокладочного кольца в седловине клапана вдоха.

Обтекатель должен быть зафиксирован с помощью выступа на нем и впадины седловины клапана вдоха в положении, параллельном специально отформованному пазу лицевой части.

В случае обнаружения порывов или проколов корпуса маски или obtюратора, а также в случае порыва лямок наголовника или отсутствия пряжек сдайте неисправную лицевую часть, предварительно обведя место порыва или прокола химическим карандашом или шариковой ручкой.

Получите новую лицевую часть и проведете ее осмотр.

Осмотрите фильтрующе-поглощающую коробку и проверьте, нет ли на ней вмятин, проколов, пробоев.

Отверните колпачок от фильтрующе-поглощающей коробки. Обратите особое внимание на венчик горловины, он не должен иметь вмятин, прикрутите колпачок к горловине коробки.

Внешним осмотром проверьте наличие и целостность приспособления для приема воды (ниппеля, резиновой пробки, мундштука, крышки фляги).

Проверьте наличие и целостность коробки с запотевающими пленками.

Проверьте сумку противогаза, наличие и целостность отдельных ее частей (плечевого ремня, поясной тесьмы, пуговицы, пряжек и т. д.).

Осмотрите трикотажный чехол при его наличии и проверьте, не порвана ли резина, нет ли разрывов или порезов материала, проверьте наличие металлических стяжек.

Сборка противогаза.

Сборка противогаза производится в следующем порядке:

протрите лицевую часть снаружи и внутри чистой тряпочкой (ватой), слегка смоченной водой;

просушите лицевую часть;

продуйте узел вдоха;

снимите резиновый экран, отвинтите наружную седловину и продуйте узел выдоха;

снимите с горловины фильтрующе-поглощающей коробки колпачок с прокладкой и выньте пробку из отверстия в дне. Колпачок, прокладку и пробку храните в сумке противогаза в полиэтиленовом пакете от лицевой части;

возьмите в левую руку лицевую часть и правой рукой присоедините фильтрующе-поглощающую коробку, завинчивая ее до отказа в узел вдоха;

выньте прижимные кольца или резиновые шнуры из пазов очкового узла лицевой части;

протрите мягкой сухой чистой ветошью стекла;

вскройте коробку с НПП;

извлеките две не запотевающие пленки;

закройте коробку с оставшимися не запотевающими пленками и положите в соответствующий карман сумки;

возьмите не запотевающую пленку за края;

вставьте ее любой стороной к очковому стеклу в паз очкового узла;

вставьте прижимное кольцо или резиновый шнур, тщательно заправив его в паз очкового узла;

вставьте вторую не запотевающую пленку в другой паз очкового узла в той же последовательности.

При отрицательных температурах на очковые обоймы с наружной стороны наденьте утеплительные манжеты.

Надевание утеплительных манжет производите следующим образом:

протрите стекла очков лицевой части с наружной стороны и стекла утеплительных манжет с обеих сторон чистой мягкой ветошью;

заверните резиновые края утеплительных манжет до отказа;

прижмите ровно и плотно манжету к очковой обойме маски;

опустите завернутые края манжеты на очковую обойму.

Подготовьте приспособление для приема воды к работе, для этого:

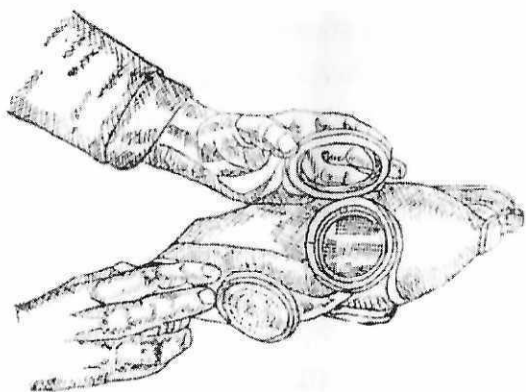
извлеките ниппель из гнезда;

расправьте резиновую трубку, сняв ее с переговорного устройства;

продвиньте трубку на штуцер вглубь на 3-5 мм; оберните трубку вокруг переговорного устройства;

уберите ниппель в гнездо.

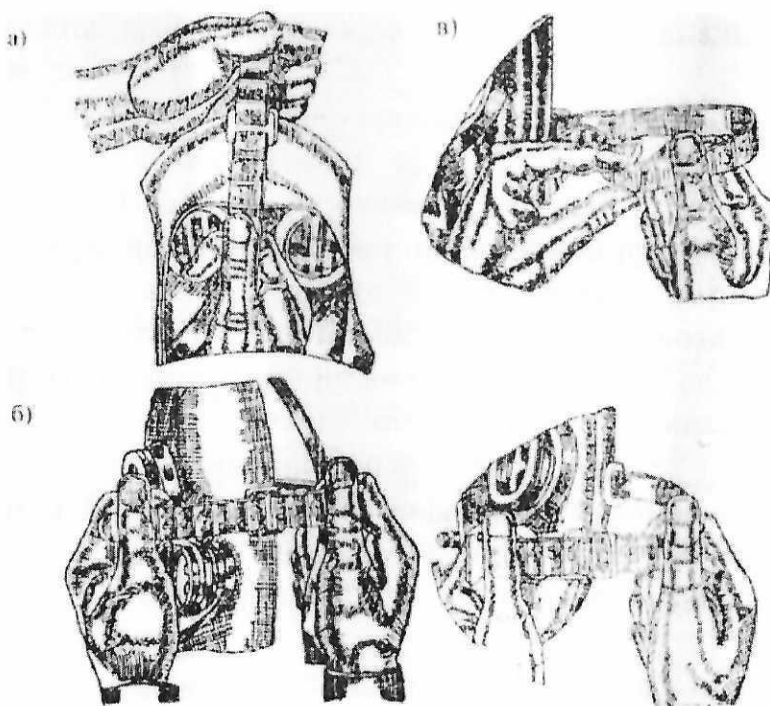
НАДЕВАНИЕ УТЕПЛИТЕЛЬНЫХ МАНЖЕТ



Собранный противогаз уложите в сумку в следующей последовательности:

- уложите трикотажный чехол при его наличии на дно сумки;
- положите противогаз переговорным устройством на ладонь левой руки;
- уберите правой рукой наголовник внутрь маски;
- вложите противогаз в сумку переговорным устройством вниз, а фильтрующе-поглощающей коробкой от себя.

УСТАНОВКА ТРЕБУЕМОГО ПОЛОЖЕНИЯ ЛЯМОК НАГОЛОВНИКА



Подгонка противогаза.

Подгонку противогаза осуществляйте следующим образом:
 установите ПО сумме горизонтального и вертикального обхвата головы в соответствии с табл. 1 рекомендуемое положение лямок наголовника;
 лобную и височную лямки путем протягивания лямок через прорези пряжек установите в пряжках так, чтобы рекомендуемая по табл. 1 цифра полностью прошла через крайнюю прорезь, а уступ на лямке, соответствующий этой цифре, плотно прилег к перемычке пряжки;

щечные лямки распустите до ограничителей;

фиксаторы установите на щечных лямках таким образом, чтобы к перемычке фиксатора прилег уступ на лямке, соответствующий цифре, рекомендуемой для щечных лямок.

Уберите волосы со лба и висков для того, чтобы они не попадали под обтюратор лицевой части.

Для женщин: гладко зачешите волосы назад, косы и пучки распустите, заколки, гребешки, шпильки, украшения (серьги и т. п.) снимите.

Надевание противогаза.

Наденьте противогаз, для чего возьмите лицевую часть обеими руками за щечные лямки так, чтобы большие пальцы изнутри захватывали лямки. Зафиксируйте подбородок в нижнем углублении обтюлятора и движением рук вверх и назад натяните наголовник на голову. Подтяните до упора щечные лямки.

Устраните перекос лицевой части, подвороты обтюлятора и лямок наголовника, убедитесь (субъективно) в том, что обтюратор плотно и без перекосов прилегает к лицу как в состоянии покоя, так и при движениях головой в стороны и вверх-вниз.

Если в области нижней челюсти ощущается сдвиги обтюлятора, снимите противогаз, распустив обе щечные лямки, передвиньте фиксатор от свободного конца лямки на одно деление и снова наденьте противогаз, как было указано выше.

Определение правильности подгонки и герметичности противогаза простейшим способом.

Наденьте противогаз в соответствии с рекомендациями. Закройте отверстие в дне коробки пробкой или рукой, сделайте глубокий вдох.

Если воздух не будет проходить под маску, то маска подобрана и противогаз собран правильно. Если же воздух при вдохе проходит под маску, то устраните причину не герметичности противогаза в соответствии с табл. 2.

Если и после этого противогаз окажется не герметичным, проведите дополнительное подтягивание височных лямок на одно деление (например, если была установлена цифра 5, то необходимо установить цифру 6).

Наденьте противогаз и повторно проверьте герметичность, и если в этом случае герметичность не достигнута, подтяните на одно деление височные и щечные лямки.

Проверка подбора лицевой части и исправности противогаза в помещении (палатке) с раздражающим веществом.

В случае не герметичности:

быстро выйдите из палатки и отойдите в наветренную сторону на 5-10 м; снимите противогаз;

произведите дополнительное подтягивание височных и щечных лямок на одно деление;

зафиксируйте лямки в пряжках;

наденьте противогаз и повторно пройдите проверку в палатке с раздражающим веществом.

Если герметичность не достигнута, подтяните на одно деление височные и щечные ляжки и вновь проверьте герметичность подгонки.

Далее в случае не герметичности смените лицевую часть на другую того же роста, а если и ее подогнать не удалось, смените ее на маску меньшего роста.

В случае герметичной подгонки противогаза с первого раза допускается ослабление лямок на одно деление с обязательной повторной проверкой герметичности. Если герметичность при этом нарушается, положение лямок необходимо установить на первоначальное без последующей проверки на герметичность в помещении с раздражающим веществом.

КОСТЮМ ОЗК

Костюм ОЗК – это общевойсковой защитный комплект. Используются для защиты населения от отравляющих и биоактивных веществ в воздухе, а также от радиации. ОЗК востребован в ВС Российской Федерации и других странах СНГ, практически в любых видах войск. Оптимальная схема использования ОЗК – в комплекте с респиратором или противогазом. ОЗК включает в себя плащ ОП-1, чулки и перчатки. Для изготовления плаща берется особая прорезиненная ткань. У плаща есть две полы, широкие борта, рукава с манжетами, капюшон, хлястик, тесемки, закрепки. Плащ можно использовать как в качестве накидки, так и в качестве комбинезона. Для изготовления чулок также используется прорезиненная ткань. На подошвы их дополнительно прикреплен брезентовая или резиновая накладка для увеличения прочности и износостойчивости. Чулки предназначены для надевания поверх обуви. Крепление к ногам осуществляется за счет тесемок и ремней.

Защитные перчатки в костюме ОЗК тоже пошиты из прорезиненной ткани, которая пропитана особым составом. Перчатки существуют в двух вариантах: для зимы и для лета. Летний вариант пятипалый, а зимний – трехпалый. На зимних дополнительно имеются пуговицы и вкладыши для утепления.

Любой ОЗК закрепляется в индивидуальном порядке за конкретным человеком. Для этого на бирку, пришитую к костюму, наносится соответствующая пометка.

Не допускается длительное непрерывное ношение костюма ОЗК. Это объясняется его герметичностью и замкнутостью движения воздуха. Несоблюдение этой рекомендации может привести к появлению опрелостей и дискомфорта. Во время военных учений и операций командный состав обязан предварительно рассчитать точное время пребывания личного состава в костюмах ОЗК во избежание нанесения вреда здоровью людей.

Костюм ОЗК различается по ростовым размерам. Плащи выпускаются для трех ростов: до 165 см, 166-170 см, 171-175 см, 176-180 см и выше 181 см. Вес плаща – 1,6 кг. Чулки выпускаются для трех размеров обуви: 37-40 размер, 41-42 размер, выше 43 размера. Вес двух чулок – от 0,8 до 1,2 кг. Перчатки

выпускаются только в одном размере, их вес — 350 г. Для надевания ОЗК в виде комбинезона по нормативам отводится 4 мин 35 с, в виде плаща — 3 мин.

Размеры:

Плащи изготавливаются четырёх ростов:

1 рост — для людей ростом до 166 см

2 рост — от 166 до 172 см

3 рост — от 172 до 178 см

4 рост — от 178 см и выше

Масса плаща — около 1,6 кг.

Защитные чулки изготавливаются трех размеров:

для обуви 37—40-го размеров;

для 41—42-го;

для 43-го размера и более.

Масса пары чулок — 0,8—1,2 кг. Все перчатки (зимние и летние) имеют один размер.

Масса пары перчаток — около 350 г.

Норматив надевания ОЗК на оценку «отлично» составляет:

В виде комбинезона (ЗБ) — 4 мин 35 сек

В виде плаща (ЗА) — 3 мин. (Подаётся команда "Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть! Газы!")

Действия по сигналу «Химическая тревога» — 35 сек.

КОСТЮМ Л-1

Костюм Л-1, он же легкий защитный костюм, применяется для защиты от радиоактивной пыли, а также другого воздействия на человека химически активными или биологическими веществами. Он относится к защитной одежде специального назначения, которую используют на зараженной местности — там, где произошел аварийный выброс отравляющими химически опасными веществами.

Конструктивно костюм защитный Л-1 состоит из брюк, рубахи, двупалых перчаток и подшлемника. Дополнительно брюки оснащены защитными чулками (оба элемента одежды сшиты вместе и внизу оформлены резиновой союзкой со специальными тесемками — для надежной фиксации на ногах человека), на рубахе присутствует капюшон. Все предметы изготовлены из прорезиненной ткани. Костюм защитный легкий л-1 отличается наличием плечевых лямок и полуколец, которые прикреплены к верхней части брюк. Позади капюшона имеется хлястик. Пропустив его сзади между ног и застегнув на пуговице, расположенной на рубахе спереди, можно обеспечить

максимально надежную его фиксацию на теле. На концах рукавов находятся петли, которые надеваются на большие пальцы рук поверх защитных перчаток.

Рекомендуется купить костюм Л-1 для защиты кожных покровов, одежды и обуви от продолжительного воздействия отравляющих веществ, пыли с токсическими веществами, кислотных и щелочных растворов, концентрированных растворов морской соли, жиров, масел, лакокрасочной продукции и т. п. Дополнительно костюм защищает от биологических факторов, имеющих негативное влияние, может быть использован в ходе выполнения работ по дезинфекции, дегазации или дезактивации.

**В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЕЗ ПАНИКИ
И РЕШИТЕЛЬНО, ЭТО СПОСОБСТВУЕТ ВАШЕМУ СПАСЕНИЮ.**

**НЕ БЕЗДЕЙСТВУЙТЕ В ОЖИДАНИИ ПОМОЩИ –
ДО ЕЕ ПРИХОДА ПОМОГИТЕ САМОМУ СЕБЕ И ДРУГИМ ЛЮДЯМ,
ОКАЗАВШИМСЯ В БЕДЕ.**