

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА  
МОСКВЫ

«ШКОЛА № 1552»

115580, г. Москва, ул. Мусы Джалиля, д.25, тел./факс (495)396-16-00, E-mail:1552@edu.mos.ru

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ Школы № 1552  
Пушкин П.П. \_\_\_\_\_

ПЛАН – КОНСПЕКТ  
проведения занятия с учебной группой

**Тема 7. СПОСОБЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ И ОПАСНЫХ ФАКТОРОВ  
БЫТОВОГО ХАРАКТЕРА И ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЕ ИХ  
ВОЗНИКНОВЕНИЯ**

**Цель:**

1. Изучить возможные и опасные факторы бытового характера.
2. Изучить правила поведения при возникновении негативных и опасных факторов бытового характера.

**Время проведения:** 2 часа

**Метод:** семинар

**Место:** служебное помещение

**Методическая литература:**

1. Библиотечка журнала «Военные знания». Выпуск №1, Москва, 1998 год.
2. Библиотечка журнала «Гражданская защита», Москва, 2002-2004 год.
3. Библиотечка журнала «Основы безопасности жизнедеятельности», Москва, 2003-2004 год.
4. «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» Н.А. Крючек, учебник для населения; Москва - МЧС России 2001 г.;

**План занятия:**

№ п/п	Учебные вопросы	Время, мин.	Содержание учебного вопроса
<b>I</b>	<b>Введение</b>	<b>5</b>	➤ Проверка личного состава обучаемых.
			➤ Заполнение журнала учета занятий.
			➤ Объявление темы и цели занятия.
<b>II</b>	<b>Основная часть</b>	<b>90</b>	
1	Возможные негативные и опасные факторы бытового характера	5	➤ Понятие о негативных и опасных факторах бытового характера.
2	Правила действий по обеспечению личной безопасности при возникновении негативных и опасных факторов бытового характера	30	➤ В местах массового скопления людей; ➤ При пожаре; ➤ В общественном транспорте; ➤ На водных объектах; ➤ В походе и на природе ➤ При дорожно-транспортных происшествиях; ➤ Бытовых отравлениях; ➤ Укусе животных
3	Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментом	25	➤ Возможные последствия при нарушении правил обращения с приборами и электроинструментом; ➤ Меры безопасности
4	Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице	15	➤ Возможные опасности, возникающие при нарушении правил содержания животных и поведения с ними на улице; ➤ Меры безопасности
5	Способы предотвращения и преодоления паники и панических отравлений	15	➤ Причины возникновения паники ➤ Правила поведения для избегания тяжелых последствий при возникновении паники

III	Заключительная часть	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Объявление оценок</li> <li>➤ Ответы на вопросы</li> <li>➤ Объявление темы, времени и места проведения следующего занятия</li> </ul>
-----	----------------------	---	--

### **Вопрос 1. Возможные негативные и опасные факторы бытового характера..**

К возможным негативным и опасным факторам бытового характера относятся ситуации, угрожающие жизни и здоровью человека в повседневной деятельности. Это:

- Пожары;
- Происшествия на транспорте;
- Нарушение правил требований безопасности с электроприборами и бытовой техникой;
- Происшествия на воде, в походах и на природе;
- Нарушение правил содержания животных, поведение с ними на улице;
- Пищевые отравления;
- Ситуации, связанные с нахождением в местах массового пребывания людей и в случаях возникновения паники.

### **Вопрос 2. Правила действий по обеспечению личной безопасности при возникновении негативных и опасных факторов бытового характера**

#### **В местах массового скопления людей:**

- ни в коем случае не иди против толпы. Если толпа тебя увлекла, старайся избежать ее центра и края – опасного соседства витрин, решеток, набережной. Уклоняйся от всего неподвижного на пути – столбов, тумб, стен, деревьев, иначе вас могут просто раздавить или размазать. Не цепляйся ни за что руками: их могут сломать. Если есть возможность, застегнись. Ботинки на высоких каблуках или развязавшийся шнурок могут стоить тебе жизни.

- брось от себя сумку, зонтик и т.д. Если у тебя что-то пало, ни в коем случае не пытайся поднять. Защити диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди. Еще один прием: упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу. Толчки сзади надо принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук.

- Главная задача в толпе – не упасть. Но если ты все же упал, следует защитить голову руками и немедленно встать, что бывает сделать очень трудно. С колен подняться в плотной толпе вряд ли удастся – тебя будут сбивать. Поэтому одной ногой (полной подошвой) надо упереться в землю и резко встать, используя движение толпы.

#### **При пожаре:**

#### **Особенности развития пожара в зданиях повышенной этажности**

К зданиям повышенной этажности относятся дома высотой 50 и более метров (это 10 и более этажей).

Пожары в таких зданиях характеризуются быстрым распространением огня снизу вверх по горючим предметам и внутренней отделке коридоров и помещений, а также через оконные проемы. Основными путями распространения огня и дыма являются лестничные клетки, шахты лифтов, каналы для различных коммуникаций, неплотности в перекрытиях. Скорость движения дыма на лестничной клетке составляет 7-8 метров в минуту. При возникновении пожара на одном из этажей уже через 5-6 минут дым распространяется по всей высоте лестничной клетки, и уровень задымления таков, что находиться без средств индивидуальной защиты органов дыхания невозможно. Одновременно происходит задымление помещений верхних этажей, особенно расположенных с подветренной стороны. Ухудшение видимости, паника, токсичное воздействие продуктов горения могут привести к гибели людей.

Дома повышенной этажности имеют свои особенности: оборудуются незадымляемыми лестничными клетками, устройствами дымоудаления, противопожарным водопроводом с пожарными кранами, автоматической пожарной сигнализацией и др. Каждый жилец такого дома должен знать основы пожарной защиты здания и действия при возникновении пожара. Лифты не являются средством эвакуации людей при пожаре. После спуска на первый этаж их отключают.

### **Каждый жилец зданий повышенной этажности должен:**

- ✓ Следить за наличием и исправностью уплотняющих прокладок в притворах квартирных дверей;
- ✓ Постоянно держать свободным доступ к люкам на балконах, а в зимнее время очищать их от снега и льда;
- ✓ Не закрывать на замки и запоры двери коридоров, в которых расположены пожарные краны;
- ✓ Следить, чтобы двери лестничных клеток, лифтовых холлов и их тамбуров имели устройства самозакрывания;
- ✓ Не хранить вещи в коридорах, на балконах и лоджиях;
- ✓ Не заменять на переходных балконах и лоджиях легкие перегородки между секциями на капитальные;
- ✓ Не устраивать в вестибюлях незадымляемых лестничных клеток и на самих лестничных клетках кладовые;
- ✓ При обнаружении каких-либо неисправностей средств (систем) противопожарной защиты немедленно сообщите об этом в диспетчерский пункт.

### **В случае пожара или появления дыма необходимо:**

- ✓ Немедленно сообщить в пожарную охрану по телефону «01».
- ✓ До прибытия пожарных принять меры по эвакуации людей;
- ✓ Сообщить о пожаре соседям по лестничной площадке;
- ✓ Приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения.

**Для тушения загорания надо** проложить от пожарного крана к очагу возгорания рукавную линию с пожарным стволом, открыть клапан, нажать кнопку дистанционного пуска и направить струю воды в зону горения.

При задымлении здания необходимо:

- ✓ Включить устройство дымоудаления (дымовой люк, вентиляторы)
- ✓ Если концентрация дыма не позволяет покинуть здание по парадной лестнице, спуститься по незадымляемой лестничной клетке; при ее отсутствии – закрыться в квартире, заложить щели в дверях влажными тряпками;
- ✓ В случае поступления дыма в квартиру – выйти на балкон, лоджию, прикрыв за собой балконную дверь; ожидать помощи, привлекая к себе внимание прибывших пожарных спасателей.

### ***Пожар в кабине лифта***

При первых признаках загорания в кабине или шахте лифта немедленно сообщите диспетчеру, нажав кнопку «Вызов» в кабине. Если лифт движется, не останавливайте его сами, дождитесь остановки. Выйдя из кабины, чем-нибудь заблокируйте двери, чтобы никто не смог вызвать лифт. Вызовите пожарную охрану. Если это не опасно, попытайтесь ликвидировать загорание. При этом не входите в кабину, так как она может самопроизвольно начать движение из-за замыкания горящих проводов. Электропроводка в кабине находится под напряжением, поэтому нельзя пытаться ликвидировать очаг загорания водой. Если в результате короткого замыкания лифт остановился между этажами, поднимите шум, крик, стучите по стенам кабины, зовите на помощь. При невозможности самостоятельно выйти из лифта, до прибытия помощи закройте нос и рот носовым платком, рукавом или воротником одежды. Сохраняйте выдержку и спокойствие.

### ***Пожар в местах массового скопления людей***

Прежде всего, входя в любое незнакомое здание, постарайтесь запомнить свой путь, обращайтесь внимание на расположение основных и запасных выходов. Если вы услышали крики «Пожар! Горим!», либо сами почувствовали запах дыма, увидели пламя, постарайтесь сохранять спокойствие и выдержку. Спокойно, без паники покиньте помещение наиболее безопасным путем. Не входите туда, где большая концентрация дыма. Не пытайтесь спастись на расположенных выше этажах или в удаленных помещениях.

### ***Пожар в метро***

Если в вагоне метро на пути следования вы почувствовали запах дыма, немедленно сообщите об этом машинисту, используя переговорное устройство. Далее следуйте его указаниям. При задымлении дышите через ткань. Постарайтесь не поддаваться панике и не допускать паники других. Выходите из

вагона по прибытии на станцию. Если в вагоне во время движения появился открытый огонь, надо попытаться его ликвидировать с помощью огнетушителя, который имеется в каждом вагоне. Нельзя останавливать поезд в тоннеле стоп-краном, так как в этом случае усложняются условия эвакуации. Если поезд остановился в тоннеле, покинуть его можно только по команде машиниста. При этом до отключения напряжения на участке аварии опасно прислоняться к металлическим частям вагона. После получения разрешения на выход необходимо открыть двери или выбить стекла и двигаться к ближайшей станции. Идти нужно вдоль полотна между рельсами, стараясь не касаться токоведущих шин, расположенных сбоку от рельсов, и быть очень внимательным. В местах пересечения путей возможно появление встречного поезда. В этом случае необходимо вжаться в нишу стены тоннеля.

*При загорании в вагоне метро:*

- по внутренней связи сообщите машинисту о загорании;
- приступите к ликвидации горения с помощью огнетушителя и подручных средств;
- при задымлении дышите через смоченный водой платок, воротник, рукав, одежду;
- при сильном пожаре разбейте окно в торце вагона и переберитесь в соседний вагон в направлении движения поезда;
- по прибытии на станцию после открывания дверей пропустите вперед детей, стариков и женщин.

### ***Пожар в поезде***

Пожар в поезде страшен не пламенем, а, в первую очередь, ядовитыми продуктами горения синтетических отделочных материалов. Уже на четвертой минуте после возникновения пожара их концентрация превышает предельно допустимую. Наиболее частыми причинами возникновения пожаров в пассажирских составах являются неосторожное обращение с огнем пассажиров и обслуживающего персонала (до 40%), неисправность электрооборудования (25%). В большинстве случаев (58%) загорания в вагонах возникают при движении по пути следования. Наиболее тяжелые последствия бывают при несвоевременном обнаружении загорания (в ночное время); при вспышке разлитой горючей жидкости; при открывании дверей купе, в котором до этого происходило скрытое развитие пожара. При обнаружении задымления вагона закройте нос и рот смоченной водой тканью (полотенцем, наволочкой, простыней, одеждой). В полупустых вагонах можно передвигаться на коленях, так как внизу (у пола) дыма бывает меньше.

*При возникновении горения в поезде:*

- сообщите проводнику вагона о загорании;
- разбудите спящих пассажиров;
- пресекайте панику;
- ни в коем случае не открывайте окна, чтобы от притока кислорода не усилилось горение
- уходите в передние вагоны; если это невозможно – в задние, плотно закрывая за собой двери.

Если огнем отрезаны выходы: зайдите в туалет или купе; плотно закройте за собой дверь и откройте окно; ожидайте помощи, подавая сигналы голосом и стуком.

Если потушить огонь невозможно – остановите поезд стоп-краном, откройте двери, выбейте окна, помогите эвакуироваться детям и пострадавшим, выйдите из вагона и отойдите от него на безопасное расстояние.

### ***Пожар на теплоходе***

В случае объявления о пожаре по судовому радио покиньте каюту и направляйтесь на палубу к спасательным шлюпкам. Предварительно наденьте спасательные жилеты, которые, как правило, хранятся в каютах. Если выход из каюты отрезан огнем, плотно закройте дверь каюты и выбирайтесь через иллюминаторы. При невозможности сделать это, обмотайте голову, тело мокрым одеялом, полотенцем и попытайтесь, задерживая дыхание, пробежать сквозь огонь и дым. В случае отсутствия спасательных шлюпок прыгайте за борт и плывите в сторону от корабля. Сбросьте с себя обувь и тяжелую одежду. По возможности зацепитесь за любой плавающий предмет или привяжитесь к нему (на случай потери сознания). Подайте сигнал о помощи.

### ***Пожар в самолете***

При возникновении пожара в самолете:

- слушайте и выполняйте команды членов экипажа;
- защититесь от возможных ожогов, закрыв открытые участки тела имеющейся одеждой, пледами и т.д.;
- защититесь от дыма, пригнитесь и ползите к выходу на четвереньках;

- после остановки самолета немедленно направляйтесь к ближайшему выходу;
- если проход завален, пробирайтесь через кресла, опуская их спинки;
- не стойте в толпе у выхода, если очередь не двигается; помните, что есть другие выходы;
- не открывайте запасные люки в тех местах, где снаружи есть огонь и дым;
- не берите с собой ручную кладь, это может стоить вам жизни;
- боритесь с паникой на борту любыми средствами;
- после выхода из самолета удалитесь от него как можно дальше. Если это невозможно, ложитесь на землю животом вниз, обхватив голову руками, - возможен взрыв.

### ***Пожар в троллейбусе, автобусе, трамвае***

При пожаре в троллейбусе, автобусе, трамвае:

- немедленно сообщите о пожаре водителю, потребуйте остановиться и открыть двери.
- Используйте для ликвидации очага горения огнетушитель, а также подручные средства;
- как можно быстрее и без паники покиньте салон, помогая тем, кто слаб или в шоке;
  - не касайтесь металлических частей, не заливайте огонь водой;
  - при блокировании дверей используйте для эвакуации аварийные люки в крыше и боковые стекла. При необходимости выбейте стекла обеими ногами или твердым предметом;
  - покидайте салон быстро, закрывая нос и рот платком или рукавом, так как в любом виде транспорта при горении выделяются токсичные вещества;
  - выбравшись из салона, отойдите подальше, так как могут взорваться баки с горючим (автобус) или произойти замыкание высоковольтной электрической сети (троллейбус, трамвай);
  - сообщите о пожаре в службу спасения «01». Окажите помощь пострадавшим.

Пожар в автомобиле

При пожаре в автомобиле:

- остановите автомобиль и выключите двигатель;
- поставьте автомобиль на ручной тормоз;
- выйдите из машины;
- если есть пострадавшие, помогите им покинуть салон автомобиля и удалиться на безопасное расстояние;
- воспользуйтесь огнетушителем;
- выставьте сигнал на дороге;
- по телефону или через водителей проезжающих машин вызовите помощь.

### **В общественном транспорте**

Современный транспорт – зона повышенной опасности. На автодорогах теряет свою жизнь и здоровье больше людей, чем в авариях на всех других видах транспорта.

В случае ДТП безопасность гарантируется устойчивым фиксированным положением тела:

\* сидя в кресле, наклонитесь вперед и положите скрещенные руки на впереди стоящее кресло, голову прижмите к рукам, ноги продвиньте вперед, но не просовывайте их под кресло, так как сломанное кресло может повредить их;

\* при падении группируйтесь, закройте голову руками; не пытайтесь остановить падение, ухватившись за поручень или за что-то другое. Это приводит к вывихам и переломам.

\* не засыпайте во время движения: опасно не столько проспать свою остановку, сколько получить травму при резком торможении транспорта.

\* если в салоне возник пожар, немедленно сообщите об этом водителю.

\* откройте двери с помощью кнопки аварийного открытия дверей; если это не удастся, разбейте боковые окна.

\* по возможности сами гасите огонь с помощью огнетушителя, находящегося в салоне.

При пользовании транспортом необходимо знать:

- в темное время суток избегайте пустынных остановок; ожидая транспорт, необходимо стоять на хорошо освещенном месте рядом с другими людьми;

- свои вещи держите на виду, лучше на коленях. Не засматривайтесь в окно, если на полу стоит ваш рюкзак. Если не удалось сесть, рюкзак или сумку прислоните к стене;

- избегайте пустынных автобусов, трамваев, троллейбусов, вагонов метро. Если все же приходится ехать поздно, то садитесь лучше около водителя, причем не у окна, а ближе к проходу, чтобы к вам неудобно было подсесть. Если подозрительный незнакомец хочет сесть рядом, пропустите его к окну или пересядьте.

### ***Особенности поведения в метро***

Каждый пассажир метро постоянно подвергается опасности.

Экстремальные ситуации в метро могут возникнуть на эскалаторе, на платформе, в вагоне. Опаснее всего нарушать инструкцию на эскалаторе.

Следует обратить внимание на безопасность маленьких детей. При спуске с эскалатора ребенка нужно держать за руку, иначе он может потерять равновесие, и падая, попасть пальцами в гребенку эскалатора. Ребенок, трогая поручень снизу, рискует попасть под него пальцем.

На платформе экстремальные ситуации возникают реже. И все же лучше не подходить близко к краю платформы. Кто-то на бегу может нечаянно толкнуть вас, вы сами можете поскользнуться и т.д. При посадке есть риск оказаться на рельсах: толпа толкает человека в проем между вагонами.

Если вы оказались на рельсах, не следует пытаться подтянуться за край платформы, поскольку под ней проходит рельс, по которому идет ток. Если поезд еще не въезжает на станцию, то следует бежать к началу платформы, вы успеете, так как машинист обязательно начнет притормаживать. Если поезд уже показался, остается лечь в лоток между рельсами, глубина которого рассчитана таким образом, чтобы нижняя часть вагонов не касалась лежащего человека.

Если при аварии или технических неполадках на линии ваш поезд стоит в тоннеле, прежде всего сохраняйте спокойствие и выполняйте все распоряжения работников метрополитена. Если вагон стоит долго и пассажиры начинают задыхаться, падать в обморок, необходимо разбить окна (например, огнетушителем).

### **На водных объектах**

В нынешнем году в России может утонуть 3,5 тысячи детей. В среднем, именно такое число трагедий повторяется из года в год. За последние пять лет в пределах России на воде погибло более 63 тысяч человек, свыше 14 тысяч из них – дети младше 15 лет.

Выделяют два этапа оказания помощи при утоплении. Первый – это действие спасателя непосредственно в воде, когда утопающий еще в сознании, предпринимает активные действия и в состоянии самостоятельно держаться на поверхности.

### **Плавание на глубине и далеко от берега**

Заплывать на глубину и далеко от берега можно только в том случае, если вы умеете хорошо плавать. Тогда вы не растеряетесь и не утонете, даже оказавшись в затруднительном положении. Длительное пребывание в холодной воде может вызвать судороги.

\* едва почувствовав судорогу, сразу же останавливайтесь и, повернувшись на спину, ложитесь на воду.

\* если у вас свело судорогой переднюю мышцу бедра, распрямите ногу и оттяните носок вперед;

\* если судорога в икроножной мышце или на задней поверхности бедра, то, выпрямив ногу, тяните носок на себя;

\* если судороги очень сильные и нога сама не распрямляется, попробуйте сделать это руками;

### ***Если вас подхватило сильное течение***

- не тратьте силы напрасно и не боритесь с течением;

- следуйте за потоком, направляясь по диагонали к ближайшему берегу;

- увидев впереди излучину, устремляйтесь к ее внутреннему радиусу, где течение более спокойное.

### ***Если вы упали в воду***

- задержите дыхание и зажмите пальцами нос, чтобы не нахлебаться воды;

- попытайтесь нащупать пальцами дно;

- постарайтесь как можно скорее избавиться от обуви и тяжелой одежды, чтобы она не тянула вас ко дну;

- добирайтесь вплавь к ближайшему берегу, плывя по течению по диагонали.

### ***Плавание в шторм***

- не тратьте силы и не боритесь с волнами, пусть они сами несут вас к берегу;

- с приближением волны начинайте энергично работать руками и ногами, стараясь продвинуться на ее гребне как можно дальше;

- как только волна уйдет, расслабляйтесь и ждите следующую.

### ***Меры предосторожности при спасении утопающего***

\* в холодной воде не снимайте с себя одежду, чтобы избежать переохлаждения организма. Следует сбросить только обувь и вытащить все из карманов;

\* следите, чтобы утопающий в панике не хватался за вас. Если этого не удастся избежать, примените специальные приемы освобождения.

\* в крайнем случае погружайтесь с головой в воду и, вынырнув за спиной утопающего, крепко обхватите его за плечи;

\* постарайтесь успокоить паникующего человека и внушить ему, что он спасется только в том случае, если будет вам подчиняться.

### **В походе и на природе**

Находясь в лесу зимой, если вы отморозили руку, необходимо в первую очередь установить степень обморожения, нельзя растирать кожу снегом, согреть обмороженный участок у костра.

Никогда не ешьте незнакомых вам растений, ягод, грибов. Возьмите в рот небольшое количество ягод, разжуйте и подержите во рту несколько минут. Если они покажутся вам вкусными, их можно есть, но в небольшом количестве.

Провалившись в болото, не нужно поддаваться панике, делать резкие движения. Необходимо осторожно, опираясь на лежащий поперек шест, принять горизонтальное положение, затем попытаться руками достать камыш, траву и, подтягиваясь, отползти от опасного места. Проходимыми для человека являются моховые болота. Они покрыты сплошным слоем старого (отмершего) мха или торфа. Следует иметь в виду, что в ряде случаев на труднопроходимых и даже непроходимых участках болот встречаются небольшие полосы, по которым могут двигаться люди. На этих местах могут быть муравьиные кучи, густая трава попеременно с осокой, а также поросль соснового леса.

Если разразилась сильная гроза и зона интенсивных молний приближается к вам, укрываться под большими, обособленно стоящими деревьями опасно. Не прячьтесь под навесами скал, так как молния может ударить в край навеса, вызвать обвал и обжечь. Найдите не выделяющееся на местности укрытие, накройте палаткой и переждите грозу.

Потеряв ориентировку при движении по лесу, вы должны сразу же прекратить движение и попытаться восстановить ее с помощью компаса или пользуясь различными природными признаками. Если это трудно, то следует организовать временную стоянку на сухом месте.

### **При дорожно-транспортных происшествиях**

Началу оказания первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях предшествует оперативное принятие верных решений. Схема определения состояния пострадавшего состоит из трех последовательных этапов:

\* предварительная оценка состояния пострадавшего и безопасности места происшествия;

- определить примерный объем предстоящей медицинской помощи, план дальнейших действий и перечень приспособлений из аптечки, которые могут потребоваться

- выяснить безопасность подхода к месту происшествия для спасателя и опасность для жизни пострадавшего и окружающих (угроза пожара, взрыва, падения и высоты, поражения электрическим током)

- увидеть и оценить угрозу для жизни людей на месте происшествия, наметить меры для ее устранения либо экстренно эвакуировать пострадавшего из опасной зоны.

\* определение признаков наиболее опасных для жизни состояний, которые могут привести к смерти пострадавшего в ближайшие минуты;

- определить признаки наиболее опасных для жизни пострадавшего состояний (клинической смерти, комы, артериального кровотечения, ранения шеи, ранения грудной клетки);

- быстро принять правильное решение о необходимости проведения комплекса сердечно-легочной реанимации, поворота пострадавшего на живот, прижатия кровоточащего сосуда рукой, прижатия ладонью раны на грудной клетке;

\* выявление наличия ран, признаков повреждений костей и суставов.

- обратить внимание на позу пострадавшего и положение его конечностей.

- на этом этапе приоритет отдается не скорости выполнения, а бережному отношению к пострадавшему.

Главное – уберечь его от лишней боли и травмирования. Профилактика развития травматического шока и его осложнений начинается с щадящего осмотра пострадавшего.

Какое бы несчастие ни произошло, в любом случае оказание помощи следует начинать с восстановления сердечной деятельности и дыхания, а затем производить временную остановку кровотечения. Только после решения этих задач можно приступить к наложению повязок и

транспортных шин. Именно такой алгоритм действий поможет сохранить жизнь пострадавшего до прибытия медицинского персонала.

### **При бытовых отравлениях**

Экология жилища зависит от проводимых в нем санитарно-гигиенических мероприятий. Они определяют количество в помещении бытовой пыли, микробов, домашних насекомых, грызунов. Следует систематически проводить влажные уборки помещения, бороться с мухами – разносчиками кишечных инфекций, и с грызунами – переносчиками чумы и туляремии.

Через вентиляцию могут распространяться оксиды азота, угарный газ, табачный дым, радон, формальдегид, озон, минеральные и органические волокна, диоксид серы, продукты сгорания от кухонных плит и печей. Поэтому необходимо следить за исправностью вентиляции, постоянно проветривать жилые помещения.

В квартирном воздухе могут содержаться жирорастворимые токсины – табачный дым, бензпирен, малоновый альдегид и др. В связи с этим не оставляйте открытыми на воздухе продукты питания, особенно жирные: они активно концентрируют в себе яды из воздуха.

Источниками инфекции в помещении может стать больной человек, домашнее животное, пища. Запомните причины, по которым продукты питания становятся источниками кишечных инфекций:

- приготовление пищи задолго до еды (опасность ее повторного заражения микробами);
- недостаточная температурная обработка сырых пищевых продуктов;
- недостаточный прогрев приготовленной заранее пищи;
- соприкосновение приготовленных к употреблению продуктов с сырым мясом, сырой рыбой, сырыми яйцами;
- приготовление пищи инфицированным человеком.

Источником заражения могут быть грязные руки. Запомните пять случаев, когда необходимо мыть руки: перед едой, после посещения туалета, после смены детских пеленок, после обработки сырого мяса, птицы или сырых яиц, после соприкосновения с домашними животными.

### **При укусе животным**

Если собака вас все же укусила, проверьте у хозяина отметку в ее ветеринарном свидетельстве, привита ли она от бешенства, и в любом случае обязательно обратитесь к врачу. Врачи сейчас ограничиваются введением одной вакцины и анализом крови. Правда, если результаты указывают на наличие инфекции, возможен длительный курс лечения.

### **Вопрос 3. Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментом**

Почти четверть зафиксированных пожаров происходит по причине неисправности электроустановок (электрических изделий), причем 70-75% всех пожаров случается в жилом секторе.

Пожары электротехнических изделий могут возникать по следующим причинам:

- недостатки конструкции и изготовления;
- нарушение правил монтажа (и проекта монтажа);
- нарушение правил технической эксплуатации;
- нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации.

Это так называемые юридические причины, которые при более глубоком анализе оказываются «обстоятельствами, способствующими возникновению пожара», как говорят эксперты. Более близки и понятны рядовому потребителю технические причины: короткое замыкание, перегрузка сетей и приборов, плохой контакт и т.п.

При покупке и установке нового изделия (оборудования) можно подстраховать себя, приобретая изделие с сертификатом качества и обратив внимание на его электробезопасность и пожарную безопасность, а также пользуясь при монтаже только услугами специалистов.

При эксплуатации изделия безопасность почти полностью зависит от бдительности и осторожности самого потребителя. Очевидно, что следует внимательно читать инструкции и технические паспорта приборов перед началом их эксплуатации. Нельзя нарушать правила пожарной безопасности в собственном жилище. Могут пригодиться дополнительные сведения о ваших домашних электрических помощниках и о ваших первоочередных действиях при обнаружении загорания.

*Евророзетка* – это розетка, не только питающая электроприбор, но и обеспечивающая его заземление. Она должна быть правильно установлена. Категорически запрещается соединять провода в виде скрутки, потому что надежность соединения и плотность контактов проводников ослабевают, со временем уменьшается площадь их контакта, возможно искрение, образование электрической дуги,

короткое замыкание. Разрешены болтовые, винтовые соединения проводов, сварка, опрессовка. Пайка допускается только в электронике, для силовых проводов она не рекомендуется.

*Электронагреватели.* Нельзя ничего менять в схеме прибора во время его ремонта. Масляные нагреватели считаются наименее опасными, но нужно знать, что при утечке масла нагреватель может взорваться, особенно, когда он работает длительное время без отключения, а где взрыв, там и пожар.

*Телевизор.* Следует помнить, что «режим ожидания» (светящийся фотодиод) – это пожароопасный режим электроприбора. Загорание может произойти в ваше отсутствие из-за бросков напряжения электросети (до 250 В) или во время грозы, если молниезащита дома недостаточна. Телевизор должен располагаться так, чтобы во время работы он нормально охлаждался (не ставить у батареи, не задвигать его в нишу стенки и не закрывать отверстия на задней панели), подход к розетке должен быть максимально доступным и безопасным для быстрого отключения горящего прибора. Первыми признаками неисправности телевизора могут быть увеличение яркости, возрастание помех, искажение изображения. Если произошло загорание внутри телевизора, надо быстро его отключить от розетки, накрыть тяжелой тканью или шерстяным одеялом, плотно обжать по периметру для прекращения доступа воздуха к огню, можно сверху лить воду прямо на одеяло.

*Утюг.* Не отходите от утюга, когда он включен. Ставить утюг можно только на негорючую подставку. Рабочая (нагретая) поверхность утюга не должна касаться горючих материалов. Обязательно замените или отдайте в ремонт свой утюг, если у него не работает терморегулятор, разбита вилка или поврежден шнур.

*Электроплитка.* Не используйте их для обогрева вместо обогревательного прибора, тем более это опасно ночью. Включенная плитка обязательно должна стоять на негорючей и не проводящей ток подставке. Все горючие материалы и предметы должны быть на некоторой дистанции – за этим надо следить постоянно.

*Холодильник.* В доме холодильник считают самым надежным и безопасным электроприбором. Однако работа реле, с помощью которого происходит включение и выключение компрессора холодильника, в пожарном отношении считается самой опасной. Достаточно перегрева, небольшого замыкания, и скопившаяся за холодильником и на его задней панели пыль очень хорошо распространяет пламя. Огонь могут поддержать висящие рядом шторы, полотенца, стоящие сверху холодильника картонные коробки. Необходимо, каждые полгода, отключив холодильник от сети, отодвинуть его, развернуть на 180 градусов, пропылесосить или протереть от пыли и грязи влажной тканью.

*Электросветильники.* Наиболее распространенной причиной, приводящей к пожарам от ламп накаливания, является возникновение в них аварийного пожароопасного режима в результате образования дуги между никелевыми электродами, что в свою очередь связано с качеством изготовления ламп и с качеством питающего напряжения (наличием перенапряжения). Все лампы мощностью от 40 Вт и выше должны иметь в своей конструкции плавкие предохранители, назначение которых – предотвратить нарушение целостности колбы лампы при аварийном режиме. К сожалению, с этой задачей предохранители ламп не всегда справляются. Качество, геометрические размеры и термическая устойчивость светильников (плафонов) тоже не всегда могут гарантировать вашу безопасность, поэтому строго придерживайтесь рекомендаций: не вставляйте в светильник лампу по мощности большую, чем написано в паспорте к светильнику.

*Электрический звонок* предназначен для подачи кратковременной звуковой сигнализации в жилых помещениях. При нормальных условиях работы, регламентированных инструкцией по эксплуатации, они не представляют пожарной опасности. Но при работе в длительном режиме (при заклинивании звонковой кнопки вследствие ее неисправности) пожарная опасность звонков резко возрастает, так как звонковая кнопка не возвращается в исходное положение и не размыкает электрическую цепь. От длительного протекания тока происходит перегрев обмотки и электромагнита (соленоида), разрушение изоляции и межвитковое замыкание. Следует отметить, что токи межвиткового замыкания не превышают номинальной величины защиты квартирной электросети, и защита при этом не срабатывает.

#### **Вопрос 4. Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице.**

Отечественная статистика к породам, наиболее опасным при нападении, относит также кавказских, средне-азиатских, южно-русских овчарок, ризеншнауцеров. Следует быть начеку и с боксерами, черными терьерами, догами и сторожевыми. Каждая из перечисленных пород имеет свои особенности, характер, якобы генетическую степень агрессии, но не следует думать, что какая-то

порода собак может быть опаснее других. Все зависит от воспитания пса, условий проявления агрессии животного, поведения хозяина и целого ряда других факторов. Почти всегда, прежде чем укусить, собаки подают предупреждающие сигналы, надо только научиться распознавать их.

Не предлагайте собаке пищу, тем более из рук, прощаясь с товарищем, рядом с которым собака, не хлопайте его приятельски по плечу – собака может воспринять это как агрессию. Не стоит сильно пугаться, когда собака стремительно выскакивает из подъезда, как правило, у нее это не агрессивное, а эмоциональное состояние.

Не поворачивайтесь к собаке спиной, чтобы она не почувствовала ваш страх и не решилась атаковать. Старайтесь стоять к ней не лицом, а чуть развернувшись боком, чтобы иметь возможность наблюдать за ней краем глаза.

Серьезно стоит опасаться не тех собак, которые лают во все собачье горло, а приседающих на задние лапы – именно такие скорее всего будут прыгать. Если это произойдет, постарайтесь прижать подбородок к груди, чтобы защитить шею и подставить под ее пасть сумку, свернутую куртку, обувь. Можно попытаться ударить из всей силы собаку в пах в момент прыжка. Бить ее палкой или отгонять камнями не очень эффективное средство – это может животное скорее разозлить, чем испугать.

Внимательно оцените бегущую к вам собаку. Если она в ошейнике любого рода, то вы уже имеете шансы на эффективную самооборону. Встречайте ее спокойно, выбросив в сторону руку, тем самым переключив на нее основное внимание разъяренного пса. В момент прыжка резко уберите эту руку, а пролетающую мимо собаку, не мешкая, хватайте другой рукой за ошейник, перекручивая его до тех пор, пока задохнувшееся животное не откажется от борьбы.

Если у собаки нет ошейника, постарайтесь ухватить ее за шерсть ближе к голове, не позволяя дотянуться зубами до ваших конечностей, туловища и тем более лица. В некоторых случаях эффективные результаты дает сжатие носа или удар по моче носу.

Неожиданным для собаки может быть движение ей навстречу с самыми угрожающими намерениями да еще бегом. Но этот прием рассчитан скорее на недрессированных собак, не приученных к активным действиям потенциальной жертвы. Следует учитывать и тот факт, что даже самая трусливая собака, поставленная в самые безвыходные условия (зажатая, что называется в угол) может повести себя не хуже самой решительной.

#### **Вопрос 5. Способы предотвращения и преодоления паники и панических отравлений.**

При простой и сложной реакции страха сознание сужено, хотя в большинстве случаев сохраняются доступность внешним воздействиям, избирательность поведения, возможность самостоятельно находить выход из затруднительного положения. Особое место в этот период занимает угроза развития состояний паники. В прошлом она была типичным явлением при крупных землетрясениях. Индивидуальные панические расстройства определяются эффективно-шоковыми реакциями, основные проявления которых описаны выше. При развитии таких реакций, особенно одновременно у нескольких пострадавших, возможно их влияние друг на друга и на окружающих, приводящее к массовым индуцированным эмоциональным расстройствам, сопровождающимся «животным» страхом. Индукторы паники (паникеры) – люди, которые обладают выразительными движениями, гипнотизирующей силой криков, ложной уверенностью в целесообразности своих действий. Становясь лидерами толпы в чрезвычайных обстоятельствах, они могут создать общий беспорядок, быстро парализующий целые коллективы, лишаящий людей возможности оказывать взаимопомощь, соблюдать целесообразные нормы поведения. «Эпицентром» развития массовой паники обычно являются высококонвушаемые истерические личности, отличающиеся эгоистичностью и повышенным самолюбием.

В различных катастрофических ситуациях и в мирное, и в военное время предотвращение паники состоит в предварительном обучении людей действиям в критических ситуациях, в правдивой и полной информации во время и на всех этапах развития чрезвычайных событий, в специальной подготовке активных лидеров, способных в критический момент возглавить растерявшихся людей, направить их действия на самоспасение и спасение других пострадавших.