

Тематичний матеріал для проведення "Тижня знань з основ безпеки життєдіяльності"

1. Правила безпечної поведінки на воді влітку

Нещасні випадки на воді трапляються внаслідок недотримання заходів безпеки. Щоб не було біди необхідно поводитись на водоймах так, як вимагають заходи безпеки життя: обачно і обережно.

Купатися краще вранці або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання. Температура води повинна бути не нижче 17-19⁰ С, у більш холодній - перебувати небезпечно.

Плавати у воді не більше 20 хвилин, причому цей час повинен збільшуватись поступово, починаючи з 3-5 хвилин.

Не слід доводити себе до ознобу. При переохолодженні можуть виникнути судоми, припинення дихання, втрата свідомості. Краще купатися декілька разів по 15-20 хвилин.

Не можна входити та пірнати у воду після тривалого перебування на сонці. Якщо немає поблизу обладнаного пляжу, безпечне місце для купання необхідно вибирати з поступовим схилом та твердим чистим дном. У воду слід заходити обережно.

Не влаштовуйте ігри на воді, підпливаючи під тих, хто купається, не можна хапати їх за ноги, "топити", подавати помилкові сигнали про допомогу.

Дуже обережно плавайте на надувних матрацах, іграшках, автомобільних камерах! Вітром або течією їх може віднести дуже далеко від берега, а хвилиною - захлеснути, із них може вийти повітря і вони втратять плавучість.

Ніколи не пірнайте в незнайомих та спеціально необладнаних місцях. Навіть якщо напередодні це місце було безпечним для стрибків, то за ніч могли щось кинути у воду або плином могло принести корчі. Не запливайте далеко, тому що можна не розрахувати своїх сил.

Купання з маскою, трубкою і ластами потребує обережності. Не плавайте з трубкою при сильному хвилюванні води у морі. Плавати треба тільки уздовж берега та обов'язково під постійним наглядом, щоб вчасно люди змогли прийти на допомогу. Не наближайтеся до суден, човнів і катерів, які пропливають поблизу. Порушення цих правил залишаються головною причиною загибелі людей на воді. Особливо багато тоне людей влітку під час спеки.

Коли у воді судоми зводить м'язи, це лякає людину. На якусь мить розладнується дихання, втрачається координація рухів, голосову щілину зводить спазм. Цього часом буває цілком достатньо, аби захлинутися. Коли звело литку (а це, до речі, буває найчастіше), слід захопити рукою пальці ноги, сильно притягти їх до себе і тримати так, незважаючи на біль. Допомагає й енергійний масаж у воді напружених м'язів. Та, як правило, через 3-5 хвилин судоми минають без стороннього впливу. Отже, треба просто протриматися цей час на плаву, не панікувати. Багаторічні спостереження свідчать, що переважно тонуть ті, хто вміє плавати.

2. Заходи пожежної безпеки

В Україні щорічно виникає близько 45 тис. пожеж, внаслідок яких гине понад 3,5 тис. людей, серед них більше 100 дітей, отримують травми близько 1500 осіб. Вогнем знищуються десятки тисяч будівель, понад 1000 одиниць техніки, гине худоба. Основна кількість пожеж (80%) виникає в житловому секторі громадян.

Головними причинами пожеж є:

- необережне поводження громадян з вогнем;
- порушення правил монтажу та експлуатації електричного обладнання;
- порушення правил монтажу та експлуатації приладів опалення;
- порушення правил користування газовими та гасовими приладами;
- дитячі пустощі з вогнем (щороку виникає близько 2,5 тис. пожеж).

Найчастіше пожежі виникають від необережного поводження з вогнем. У жодному разі діти не повинні гратися з сірниками, запальничками, запалювати папір, пух, сухе листя тощо.

Також не можна запалювати вогнища у полі, в лісі, на торфовищах. Недопустимо дітям самостійно запалювати газові прилади, вмикати електрообігрівачі, праски, телевізори. Дуже

небезпечно запалювати речовини, які легко займаються. Пожежа може виникнути і від розпаленого поблизу будівлі вогнища. Під впливом вітру вогонь або іскри можуть потрапити на споруди, автотранспорт тощо. Тому розводити вогнища дозволяється в безвітряну погоду на відстані 15 метрів від будівлі під постійним наглядом.

Сірники в руках дитини найчастіше створюють безпосередню загрозу виникнення пожеж. В жодному разі не можна бавитися з сірниками, підпалювати ними сміття, сухе листя, папір, запалювати сірники та розкидати їх. Сірник може призвести до опіку. Були випадки, коли іскри від нього потрапляли в очі дитини, призводили до вибухів парів легкозаймистих рідин.

Сьогодні в багатьох торгівельних закладах є в продажу запальнички. Вони не менш небезпечні, ніж сірники. Час їх горіння триваліший, ніж у сірника, тож часто діти користуються ними під час відвідування підвалів, горищ, комор, зазвичай без дозволу дорослих - а це дуже небезпечно. Якщо вже виникла необхідність освітити приміщення (у випадках тимчасового відключення електроенергії), доцільніше використовувати кишенькові електричні ліхтарики, які відносяться до безпечних освітлювальних засобів.

Не менш пожежонебезпечними є свічки. Користуватися ними можуть лише дорослі. Але діти повинні знати, що свічка встановлюється тільки на стійкий підсвічник з неспалимого матеріалу та подалі від штор, меблів й інших спалимих матеріалів. Свічками, так само як і сірниками та запальничками, бавитися не можна.

Розповсюдженою причиною пожеж є порушення правил безпеки при користуванні електроприладами. При користуванні ними потрібно запам'ятати, що **ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:**

- включати в одну розетку декілька побутових приладів;
- обгортати електричну лампочку тканиною чи папером;
- залишати електроприлади ввімкненими без нагляду;
- застосовувати саморобні обігрівачі;
- користуватися пошкодженою електропроводкою, розетками, вимикачами;
- використовувати в запобіжниках некалібровані плавки вставки (жучки);
- встановлювати електронагрівальні прилади на горючі основи.

Щоб уникнути пошкодження електропроводки та уникнути виникнення коротких замикань її, **забороняється:**

- вішати на проводку різноманітні речі, закріпляти за газові труби та батареї;
- допускати доторкання електромережі з телефонними проводами, гілками дерев та дахами будинків;
- використовувати для електромережі телефонні чи радіо дроти.

Всім мешканцям, як багатопверхових, так і приватних житлових будинків, потрібно завжди пам'ятати, що недотримання правил пожежної безпеки при експлуатації електрообладнання може обернутися пожежею. Тому, користуватися ним необхідно уважно і обережно. Електронагрівальні прилади повинні вмикатися в електромережу за допомогою справних штепсельних з'єднань та розеток заводського виконання, без пошкоджень. Не можна встановлювати електронагрівальні прилади в безпосередній близькості від горючих предметів, виготовляти та використовувати саморобні нагрівальні прилади.

Електронагрівальні прилади (праски, чайники, плитки) слід встановлювати на негорючих підставках, а при виході з дому обов'язково вимикати. Забороняється перевантажувати електромережу одночасним включенням великої кількості електроприладів в одну розетку. В жодному разі не можна встановлювати ввімкнені праски "підшвоєю" на спалимі матеріали. Якщо електроприлад іскрить, його потрібно негайно вимкнути з електромережі. Не можна накривати електронагрівальні прилади, що працюють, папером, тканиною або іншими легкозаймистими матеріалами, сушити на них одяг, взуття тощо.

Пожежну небезпеку створюють телевізори. Їх не можна ставити в меблевій стінці, накривати корпус тканиною. У всіх цих випадках порушується вентиляція в середині апарата, що може призвести до його перегріву та пожежі. Якщо на екрані зникло зображення, або почалося миготіння чи з'явився надмірний шум, апарат слід негайно вимкнути з електромережі.

При експлуатації телевізорів потрібно дотримуватись наступних правил пожежної безпеки:

- допускається застосовувати тільки стандартні запобіжники, які передбачені заводом-виготовлювачем;

розетка підключення вилки живлення повинна знаходитись в доступному місці для швидкого відключення телевізора від електромережі;

обов'язково вимикати вилку шнура живлення з розетки, якщо телевізор вимкнений;

якщо органи керування пошкоджені чи телевізор несправний (нема зображення, гул, запах горілого), необхідно негайно вимкнути телевізор з електромережі, викликати спеціаліста та до його приходу не вмикати самим телевізор.

Забороняється :

встановлювати телевізор поблизу легкозаймистих та горючих предметів та в меблеву стінку, де внаслідок недостатнього доступу повітря телевізор погано охолоджується;

закривати вентиляційні отвори в задній кришці корпусу телевізора;

залишати увімкнений телевізор без нагляду.

У випадку загоряння електро побутових приладів необхідно :

знеструмити електроприлад (вийняти вилку з розетки, а якщо доступ до неї неможливий, вимкнути автомат чи викрутити пробку в електролічильнику), викликати пожежно-рятувальну службу за номером 101;

якщо горіння після знеструмлення не перестало, загасити вогонь підручними засобами, якщо це телевізор - накрити покривалом;

щоб уникнути отруєння продуктами горіння, негайно вивести з приміщення людей, не зайнятих гасінням пожежі, в першу чергу дітей;

після ліквідації загоряння провітрити кімнату.

Часто виникають пожежі від порушення правил пожежної безпеки при експлуатації побутових газових приладів. Основна причина цих пожеж - витікання газу внаслідок порушення герметичності трубопроводів, з'єднувальних вузлів та через горілки газових плит. Природний та скраплений балонний газ (пропан-бутанова суміш), можуть утворювати з повітрям вибухонебезпечні суміші. Тому, при наявності запаху газу в приміщенні забороняється запалювати сірники, запальнички, вмикати електричні прилади, заходити в приміщення з цигаркою - все це може послужити причиною вибуху. Якщо витікання газу виникло з відкритого крану, то його необхідно закрити і провітрити приміщення. У випадку витікання газу в результаті пошкодження газової мережі чи приладів - користування ними потрібно призупинити і негайно викликати представників газової служби.

Категорично забороняється користуватися відкритим вогнем для виявлення витікання газу з трубопроводів, балонів. Для цього застосовують мильний розчин. Забороняється включати та користуватись газовими приладами дітям. При користуванні газовими колонками та газифікованими печами, забороняється користування ними при недостатній тязі в димарі.

Як уникнути ураження електричним струмом.

Для профілактики уражень електричним струмом виконують наступні поради:

ніколи не використовуйте електричні прилади поблизу води;

зношені електричні шнури слід відремонтувати або викинути;

якщо у домі є маленькі діти - надійно закривайте від них електророзетки.

3. Дії під час виникнення пожежі у помешканні.

Небезпека отруєння чадним газом.

Дії при виникненні пожежі:

негайно повідомити пожежно-рятувальну службу за номером 101, назвати точну адресу пожежі, кількість поверхів будівлі, місце виникнення загоряння, обстановку на пожежі, наявність людей та повідомити своє прізвище;

прийняти заходи (по можливості) по евакуації людей, гасінні пожежі і збереження матеріальних цінностей;

приступити до гасіння пожежі всіма підручними засобами пожежогасіння;

забезпечити зустріч пожежно-рятувальних підрозділів.

До підручних засобів пожежогасіння відносяться: вода, пісок, кошма (щільна тканина для ізоляції джерела горіння від повітря), вогнегасники.

Пам'ятайте, що під час пожежі виділяється велика кількість токсичних продуктів горіння, вдихання яких може призвести до отруєння, а в деяких випадках і до загибелі людини. При пожежі дим та продукти горіння підіймаються в гору, а з низу йде приплив свіжого повітря, тому необхідно пригинатися ближче до підлоги. Для того, щоб вийти із задимленого приміщення застосовують зволожену хустку або марлю.

Якщо на людині загорівся одяг, перша допомога повинна бути направлена на припинення впливу високої температури на потерпілого. Вертикальне положення тіла сприяє опікам обличчя, загорянню волосся та ураженню органів дихання. Тому, потерпілого кладуть в горизонтальне положення та швидко гасять одяг, що горить, будь яким способом: накривають покривалом, заливають водою, засипають піском.

Якщо погасити пожежу до прибуття пожежно-рятувальних підрозділів неможливо, необхідно з іншими мешканцями будинку, не створюючи паніки, вийти на вулицю, використовуючи для цього сходіві марші або пожежні драбини між балконами. Під час переходів через задимлені ділянки затримуйте дихання. Варто 2-3 рази вдихнути дим і ви можете знепритомніти та загинути. Категорично забороняється використовувати для евакуації ліфти.

Якщо пожежа виникла в сусідній квартирі і через сильний дим і вогонь неможливо вибратися назовні, залишайтеся у своїй квартирі. Зачинені та добре ущільнені двері надійно захистять вас від небезпечної температури і диму.

В разі загоряння дверей вашої квартири поливайте їх зсередини водою. Щоб уникнути отруєння продуктами горіння, позакривайте щілини у дверях та вентиляційні отвори мокрими ковдрами, рушниками тощо. Якщо дим проникне у квартиру - лягайте на підлогу, там завжди є свіже повітря.

4. Дії у разі загрози та виникнення вибухів, у тому числі тих, що виникли внаслідок терористичної діяльності.

Виникнення надзвичайних ситуацій, спричинених вибухами, несе значну загрозу життю та здоров'ю людей, а також системам життєзабезпечення населення. Здебільшого причиною вибухів є порушення вимог безпеки під час поводження із легкозаймистими та вибуховими речовинами на об'єктах підвищеної небезпеки, в місцях з масовим перебуванням людей, адміністративних та житлових будинках тощо. У той же час існують загрози вибухів, спричинених терористичною діяльністю.

ЗАГРОЗА ВИБУХУ

Запорукою запобігання вибухам є неухильне дотримання правил пожежної та техногенної безпеки, а також пильність та відповідальність людей.

Однією із найпоширеніших причин вибухів є **витік побутового газу** у житлових і адміністративних будівлях.

Ознакою загрози вибуху побутового газу є різкий запах деодоранту, який змішується з метаном (запах газу).

Якщо ви відчули стійкий запах деодоранту необхідно:

зберігати спокій;

негайно вимкнути газові прилади;

відкрити вікна та двері і провітрити приміщення;

не курити та не користуватись електричними приладами;

вийти з приміщення та зателефонувати до Служби газу (тел. 104);

якщо будинок багатоквартирний, повідомити інших мешканців та, не користуючись ліфтом, залишити будівлю;

надайте допомогу в евакуації літнім та важкохворим людям;

перевірте сусідні квартири на наявність у них дітей, які тимчасово залишилися без нагляду дорослих, та повідомте про це представників Служби газу (правоохоронних органів, аварійно-рятувальних підрозділів);

відійти на безпечну відстань від будинку (у разі можливості на відкритий майданчик або пустир) та чекати подальших інструкцій спеціалістів.

Також причиною багатьох вибухів є боєприпаси, що залишилися з часів Великої Вітчизняної війни та сучасні боєприпаси (далі - **вибухонебезпечні предмети**).

У разі виявлення вибухонебезпечних предметів або речей, що схожі на них, необхідно: негайно припинити всі роботи в районі виявлення вибухонебезпечного предмета; вивести (відвести) на максимальну відстань усіх людей (не менше 100 метрів), які знаходились поблизу, намагаючись рухатись назад по своїх слідах;

позначити місце перебування предмета, а по можливості огородити його (для огорожі можна використовувати підручні матеріали: дошки, гілки, мотузки, шматки тканини тощо);

негайно повідомити про знахідку в місцеві органи виконавчої влади, у пожежно-рятувальну службу та міліцію (повідомлення робити не поспішаючи, чітко, із зазначенням точної адреси (орієнтирів) місця знаходження вибухонебезпечного предмета);

очікувати на безпечній відстані від місця знаходження вибухонебезпечного предмета або предмета схожого на нього, представників органів місцевої влади, пожежно-рятувальної служби, міліції, при цьому здійснити заходи щодо недопущення до небезпечної зони інших людей.

Категорично забороняється:

курити та використовувати відкритий вогонь поблизу місця знаходження вибухонебезпечного предмета або предмета, схожого на нього;

піднімати, витягувати з ґрунту, зрушувати з місця, кидати, ударяти і розбирати будь-які вибухонебезпечні предмети;

приносити в місця перебування людей предмети, що схожі на вибухонебезпечні.

Слід пам'ятати:

при виявленні вибухонебезпечного предмета або предметів підозрілого характеру лише безумовне виконання заходів безпеки є гарантом того, що не станеться випадку каліцтва чи загибелі.

Загроза терористичних атак.

Найбільш вразливими цілями терористичних атак є місця масового перебування людей та об'єкти підвищеної безпеки, що внаслідок підриву призводить до значної кількості людських жертв і може створити додаткову загрозу населенню та територіям, внаслідок викиду у навколишнє середовище небезпечних речовин (хімічних, біологічних, радіоактивних).

Типовою зброєю терористів є використання **замаскованих вибухових пристроїв**. Залежно від мети терористичного акту, такі пристрої, що споряджені годинниковим механізмом, можуть залишатись терористами у житлових будинках, навчальних закладах, установах і організаціях, підприємствах, громадському транспорті тощо.

Завдяки пильності громадян можна запобігти численним жертвам від спрацювання вибухового пристрою.

Терористи намагаються розмістити вибухові пристрої у **найбільш уразливих місцях**, де зможуть завдати найбільшої шкоди населенню.

До таких місць, як правило, належать:

автомобілі;

входи, внутрішні двори, підсобні приміщення адміністративних і житлових будинків, складських приміщень;

урни для сміття, інженерні комунікації в місцях масового перебування людей (фестивалі, ярмарки, базари, супермаркети, підземні переходи тощо);

громадський транспорт (тролейбуси, автобуси, трамваї, поїзди тощо);

об'єкти підвищеної безпеки тощо.

В окремих випадках вибуховий пристрій може бути замаскований у поштових посиленнях (посилки, конверти), букетах квітів, подарунках тощо.

До ознак підозрілих предметів, що можуть бути вибуховими пристроями можна віднести:

електропроводи, що виходять з невідомого предмета, антени, лампочки на його поверхні, хід годинника, що прослуховується;

залишені предмети побутового призначення (валізи, сумки, гаманці, дитячі іграшки, ручні ліхтарики тощо);

предмети, що знаходяться в не призначених для цього місцях (наприклад, велика дитяча іграшка біля вхідних дверей);

предмети з прикріпленими до них мобільними телефонами, радіостанціями, акумуляторами.

Слід пам'ятати: вибухова речовина може бути різноманітного виду та мати різні властивості, що, у свою чергу, надає можливість замаскувати вибуховий пристрій навіть у поштовому конверті.

З метою **попередження вибуху** та з'ясування **наявності вибухового пристрою** необхідно:
бути уважними, звертати увагу на покинуті речі (валізи, сумки, пакунки, парасольки тощо);
звернути увагу на ділянки свіжоскопаної землі, свіжопоштукатуреної або свіжопофарбованої стіни будівлі;

не приймати від сторонніх осіб подарунків, квітів, поштових посилок;
користуючись громадським транспортом, не погоджуватись на пропозиції супроводжувати речі невідомої особи (у тому числі провідників, стюардів, контролерів).

При виявленні вибухового пристрою або підозрілої речі необхідно:

зберігати спокій;

негайно повідомити про знахідку представників міліції, охорони, аварійно-рятувальних служб або зателефонувати за номерами 101, 102;

не курити;

не користуватись запальничками, іншими джерелами відкритого, а також предметами, що можуть його утворювати;

не торкатись до підозрілої речі руками або іншими речами;

у жодному разі не намагатися переміщувати вибуховий пристрій (підозрілий предмет) або змінювати його положення;

залишити місце, де виявлено підозрілий предмет, при можливості організувати охорону на безпечній відстані, як зазначено нижче.

У разі отримання повідомлення про евакуацію із будинку (зони ймовірної надзвичайної ситуації або проведення антитерористичної операції) необхідно зберігати спокій та чітко виконувати отримані інструкції.

Якщо Ви знаходитесь у квартирі:

візьміть з собою документи, гроші, цінності та, у разі необхідності, ліки;

потрібно знеструмити квартиру та перекрити воду і газ;

надайте допомогу в евакуації дітям, літнім і важкохворим людям;

перевірте сусідні квартири на наявність у них дітей, які на час оголошення евакуації залишились без нагляду дорослих, та повідомте про це представників правоохоронних органів чи аварійно-рятувальних підрозділів;

обов'язково замкніть свою квартиру;

залишайте будинок спокійно, не створюючи паніки.

Якщо Ви знаходитесь на вулиці:

унікайте великих скупчень людей;

якщо Ви опинились у натовпі, не намагайтесь вийти з нього, рухайтесь у тому ж напрямку, що й натовп;

руки зігніть у ліктях на рівні грудей та розсуньте їх, звільняючи від тиску грудну клітину;

не тримайте руки у кишенях;

якщо натиск натовпу набрав загрозливого характеру, негайно покиньте будь-яку ношу та позбавтесь від сумок на довгому ремні і шарфу;

якщо Ви упали, намагайтесь одразу встати на ноги, не опираючись на руки, а якщо це неможливо, потрібно згорнутись клубком і захистити голову передпліччями, поклавши долоні на потилицю.

ВИБУХ

У разі вибуху у Вашій або сусідній квартирі необхідно:

негайно по телефону повідомити про подію правоохоронні (тел. 102), аварійно-рятувальні (тел. 101) та медичні (тел. 103) служби;

у разі можливості та наявності необхідних знань і навичок, надати першу медичну допомогу постраждалим;

обов'язково відкрити вікна і двері для провітрювання, оскільки продукти вибуху містять отруйні та шкідливі компоненти;

дочекатись прибуття представників правоохоронних органів, аварійно-рятувальних служб та у подальшому діяти за їх вказівками.

Якщо в результаті вибуху важким предметом **притиснуло будь-яку частину тіла**, необхідно: масажувати її для підтримання циркуляції крові;

намагатись перебувати як можна довше при свідомості (читайте вірші, співайте пісні тощо); подавати сигнали всіма доступними засобами (мобільний телефон, стукіт по перекриттях та металевих предметах тощо).

Слід пам'ятати: одразу після повідомлення про вибух, аварійно-рятувальними підрозділами розпочинаються роботи щодо визволення постраждалих з-під завалів. Під час аварійно-рятувальних робіт передбачено періодичні "хвилини тиші", коли зупиняється робота спеціального обладнання та приймаються сигнали про допомогу.

В окремих випадках терористи використовують **вибуховий пристрій у поєднанні з ємністю з хімічно або біологічно небезпечною речовиною**. Хімічно та біологічно небезпечні речовини можуть також розповсюджуватись без допомоги вибухового пристрою (аерозольним шляхом, через речі масового використання тощо).

У разі коли після вибуху (або раптово) з'являються хмара або різкий сторонній запах, ознаки нездужання в оточуючих людей (запаморочення, нудота, слабкість у суглобах і кінцівках тощо), необхідно:

негайно залишити місце забруднення, орієнтуючись на погодні умови та фізичні властивості хмари (у разі її наявності);

негайно по телефону повідомити про подію правоохоронні, аварійно-рятувальні та медичні служби;

у разі коли покинути місце забруднення неможливо, вжити заходів для захисту органів дихання і шкіри підручними засобами (застебнути одяг, закрити обличчя, закрити органи дихання вологою тканиною);

після виходу з місця зараження негайно звернутись до медичних закладів.

5. Правила поведінки при виявленні вибухонебезпечних або інших підозрілих предметів.

Не зважаючи на те, що після Великої Вітчизняної війни минуло вже багато років, але й досі трапляються випадки знаходження боєприпасів або предметів, які зовнішнім видом схожі на міни, гранати, снаряди, бомби.

Найбільша кількість випадків знаходження невідомих предметів або боєприпасів припадає на весняно - літній період, коли вони вимиваються повеневими водами на поверхню ґрунту, під час проведення будівельних робіт та на присадибних ділянках.

При виявленні невідомих або вибухонебезпечних предметів:

ні в якому разі не можна чіпати їх, а тим більше переносити в інше місце, не намагатись розбирати чи знешкодити;

за допомогою палиць, мотузки та яскравої тканини зробіть огороження цього місця, де знайдений предмет;

не допускайте до нього людей, а тим більше дітей;

припиніть будь-які роботи поблизу небезпечного місця;

про свою знахідку повідомте в пожежно-рятувальну службу за телефоном 101 або у поліцію за телефоном 102.

6. Пожежна безпека у лісах і на торфовищах

Там де великі залежи торфу майже кожен рік виникають пожежі. Досить низька температура самозаймання торфу обумовлює його підвищену пожежну небезпеку. Ця небезпека підвищується завдяки наявності на поверхні торфовища сухого торф'яного пилу, який в результаті взаємодії з поривами вітру горить полум'ям. Горіння торфу проходить на поверхні з поступовим вигорянням у глибину пласту. При невеликому вітрі торф горить дуже повільно. При затяжних пожежах на великих площах під час сильного вітру підіймаються великі маси сухого торфу та його пилу, які горять полум'ям, створюючи вогняні смерчі, які в свою чергу можуть призвести до загибелі людей, а також знищенню поблизу розташованих будівель і навіть селищ. Також небезпеку в результаті горіння торфу створюють прогари, які виникають при затяжних пожежах, коли торф прогорає в середину пласту на декілька метрів. В такі прогари можуть потрапити люди або техніка. Від пожеж на торфовищах можуть загорітися також ліса, які розташовані поруч.

Причини загорянь лісових масивів можуть бути самі найрізноманітніші. До 90% лісових пожеж виникають від недотримання правил пожежної безпеки при поводженні з вогнем в містах праці та відпочинку. При сильному вітрі, такі пожежі розповсюджуються на велику площу, можуть перекинутися на житлові будинки та споруди, які знаходяться неподалік. Швидкість розповсюдження пожежі може досягати 15-20 кілометрів на годину. В суху та спекотну погоду причиною загоряння може стати непогашений недопалок, сірник або вогнище.

В лісі необхідно дотримуватися елементарних правил пожежної безпеки. Вогнища можна розпалювати тільки в тих місцях де немає хвойного молодняку та у безвітряну погоду. Місце розведення вогнища необхідно обкопати навколо, а коли ви вже збираєтесь піти, вогонь треба ретельно загасити за допомогою піску або води. Потрібно слідкувати, щоб не було розлітання іскор від вогнища. Забороняється кидати непогашені недопалки чи сірники.

Якщо в лісі виникла пожежа, негайно повідомте про це дорослих та пожежно-рятувальну службу за телефоном 101. Найпоширеніший засіб гасіння вогню - захльостування полум'я віником з гілок листяних дерев. Потрібно рухатись по вогнищу і наносити ковзаючі удари, начебто замітаючи полум'я в сторону, на вигорілу площу. Також, для гасіння лісових пожеж використовують спосіб закидування кромки пожежі рихлим ґрунтом, яке виконують штиковими лопатами. Для цього ґрунт, який забирається лопатою поблизу кромки пожежі, кидають вповодж неї. Ґрунт, який попадає на горючі матеріали, охолоджує їх та ізолює від повітря. При гасінні спочатку збивають полум'я, а потім, зупинивши пожежу, насипають на кромку шар ґрунту товщиною 6-8 см. Також, якщо поблизу є водоймище - вогонь заливають водою. При цьому починають наступ на вогонь з того боку, куди він рухається, і намагаються оточити район пожежі з усіх боків.

7. Небезпека отруєнь неїстівними грибами

Гриби можуть привести до отруєння, а іноді й смерті. Отруєння організму викликають токсини, алкалоїди та сполучення важких металів, які містяться в грибах.

Основні причини отруєнь:

вживання отруйних грибів;

неправильне приготування умовно їстівних грибів;

вживання старих або зіпсованих їстівних грибів;

вживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації.

Симптоми отруєння: нудота, блювання, посилене потовиділення, біль у животі, знижується артеріальний тиск, судоми, мимовільне сечовиділення, проноси, розвиваються симптоми серцево-судинної недостатності.

Щоб запобігти отруєнню грибами купуйте тільки у відведених для їх продажу місцях (магазинах, теплицях, спеціалізованих кіосках), особливо уникайте купівлі на стихійних ринках. Збирайте і купуйте тільки ті гриби, про які вам добре відомо, що вони їстівні. Не збирайте гриби, якщо не впевнені, що знаєте їх.

Не збирайте гриби поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, в радіаційно-небезпечних зонах. Перевірте, при можливості, гриби на радіоактивність. Не збирайте невідомих грибів, особливо з циліндричною ніжкою, у основі якої є потовщення "бульба", обрамлене оболонкою.

Не збирайте грибів з ушкодженою ніжкою, старих, в'ялих, червивих або ослизливих. Ніколи не збирайте пластинчаті гриби. Отруйні гриби маскуються під них. Не збирайте "шампіньйони" та "печериці", у яких пластинки нижньої поверхні капелюха гриба білого кольору. Не куштуйте сирі гриби на смак.

Ще раз перевірте вдома принесені гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні сміливо викидайте. Нижню частину ніжки гриба, що забруднена ґрунтом, - викидайте. Гриби ретельно промийте, у маслоків та мокрух зніміть з капелюшка слизьку плівку.

Гриби підлягають кулінарній обробці в день збирання, інакше в них утворюється трупна отрута. При обробці кип'ятіть гриби 7 хвилин у воді, після чого відвар злийте. Лише тоді гриби можна варити або смажити.

Обов'язково вимочіть або відваріть умовно їстівні гриби, які використовують для соління, - грузді, вовнянки та інші, котрі містять молочний сік, тим самим позбудетесь гірких речовин, які уражають слизову оболонку шлунку.

Не пригощайте ні в якому разі грибами дітей, літніх людей та вагітних жінок. Гриби (зеленушка, синяк-дубовик та деякі інші) містять отруйні речовини, які у шлунку не розчиняються. У взаємодії із алкоголем отрута розчиняється та викликає бурхливе отруєння.

Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними, містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд також може статись отруєння. Суворо дотримуйтеся правил консервування грибів. Неправильно приготовлені консервовані гриби можуть викликати дуже важке захворювання - ботулізм. Гриби, які довго зберігалися, обов'язково прокип'ятіть 10-15 хвилин.

Первинні ознаки отруєння (нудота, блювота, біль у животі, пронос) - з'являються через 1-4 години після вживання грибів, залежно від виду гриба, віку та стану здоров'я потерпілого, кількості з'їдених грибів.

Біль та напади нудоти повторюються декілька разів через 6-48 годин, а смерть настає через 5-10 днів після отруєння.

Перша допомога при отруєнні грибами.

Викличте негайно швидку медичну допомогу.

Одночасно, не очікуючи її прибуття, негайно промийте шлунок: випийте 5-6 склянок кип'яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки, натисніть пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту, вживіть активоване вугілля 4-5 пігулок), коли промивні води стануть чистими.

Після надання первинної допомоги, дайте випити потерпілому міцний чай, каву або злегка підсолену воду, відновіть тим самим водно-сольовий баланс, покладіть на живіт і до ніг потерпілому грілки для полегшення його стану.

З'ясуйте, хто вживав разом із постраждалим гриби, проведіть профілактичні заходи.

Забороняється:

вживати будь-яку їжу, алкогольні напої або молоко - це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишечнику;

займатися будь-якими іншими видами самолікування.

Запам'ятайте!

Отруєння грибами дуже важко піддається лікуванню. Рятування життя потерпілого залежить від своєчасного надання йому допомоги. Краще недорахувати кількох грибів у кошику, ніж поставити під загрозу здоров'я, а інколи життя своєї родини та своє власне життя.

8. Запобігання ураженню блискавкою

Блискавка - це гігантський електричний розряд, що виникає внаслідок електризації атмосфери під час грози.

Проходження заряду блискавки через людину найчастіше закінчується миттєвою смертю у зв'язку з термічним ураженням внутрішніх органів. У деяких випадках можливе короткочасне припинення дихання.

Щоб уникнути ураження блискавкою, під час грози необхідно дотримуватись таких правил:

заховайтесь у приміщенні;

в приміщенні вимкніть всі електроприлади, за винятком екстрених випадків намагайтесь не користуватися телефоном.

Якщо гроза застала Вас у дорозі, не виходьте з транспортного засобу, повністю закрийте вікна.

Якщо ніде сховатись, наприклад в полі:

намагайтесь не знаходитись на вершинах пагорбів;

не наближайтесь до телеграфних стовпів або високих дерев;

не стійте поряд з залізною огорожею, стальними трубами та рейками, опорами електропередач та мостів, а також поблизу інших провідників електрики;

якщо ви не один, тримайтесь на відстані один від одного та намагайтесь не стояти, а лягти на землю;

намагайтесь сховатися в невеликих заглибленнях, біля підніжжя високих схилів, у лісі.

Якщо ви плаваєте або знаходитесь у човні, найшвидше намагайтесь вибратися на берег. Вода є провідником електрики.

При ураженні блискавкою людини необхідно:

розстебнути на потерпілому одяг, укласти на спину, підкласти валик із одягу під шию, щоб створити кращу прохідність шляхів дихання;

очистити порожнину рота від крові, слини, блювотних мас за допомогою бинта або носової хустки, обгорнутої на вказівний палець;

у разі відсутності дихання розпочати штучне дихання способом "рот у рот" або "рот у ніс";

у разі зупинки серця негайно почати одночасно робити закритий масаж серця та штучне дихання;

негайно звернутись за допомогою до лікаря.