

Рекомендации персоналу по обеспечению безопасности детей

Условия детского оздоровительного лагеря достаточно экстремальны как таковые. Фактически каждый лагерь – это небольшой городок с определенным количеством строений, автономными системами отопления и водоснабжения, хранилищами запасов продуктов и питьевой воды, с собственной системой оказания первой медицинской помощи квалифицированным персоналом. Все это делает ДОЛ уязвимым в случае возникновения ЧС. Отсюда вытекает необходимость подготовки персонала к разумным, организованным и адекватным действиям.

Порядок действий в условиях чрезвычайной ситуации и экстренной эвакуации детей

Одними из основных способов защиты от чрезвычайных ситуаций является оповещение населения и его своевременная эвакуация из опасной зоны.

Оповещение – это оперативное доведение специальных сигналов и речевых сообщений до органов управления, сил предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций и населения с целью предупреждения об опасности.

Сигнал «Внимание всем!» подается непрерывным звучанием сирен, сигнальных гудков промышленных предприятий, транспортных средств и других звуковых устройств (рисунок 1).



Рисунок 1- Репродуктор



Информационное сообщение, как правило, передается несколько раз с интервалом 30 секунд в течение 5 минут.

При объявлении чрезвычайной ситуации техногенного (радиационная, химическая, биологическая или гидродинамическая авария) или природного (землетрясение, сель, наводнение) характера может потребоваться эвакуация воспитанников лагеря. Для этого разрабатывается порядок действий в чрезвычайных ситуациях и выдается под роспись каждому воспитателю и вожатому отряда.

Лицо, узнавшее о чрезвычайной ситуации, незамедлительно информирует о ситуации руководителя лагеря, который узнает дополнительную информацию в ближайшем подразделении МЧС России.

Руководитель лагеря или ответственный по вопросам безопасности:



- ✓ Незамедлительно информирует о чрезвычайной ситуации (направляет экстренное извещение) в службы экстренной помощи, надзорные органы.
- ✓ Незамедлительно отдает команду воспитателям о выводе детей в безопасное место для организации эвакуации.
- ✓ При необходимости организует первую медицинскую помощь пострадавшим детям силами медицинских работников лагеря.
- ✓ Обеспечивает питание детей сухим пайком и питьевой режим с использованием бутилированной воды в индивидуальной упаковке.
- ✓ Назначает ответственных и определяет порядок вывоза детей из лагеря (заказ автобусов, взаимодействие с ГИБДД по сопровождению автобусов, взаимодействие с МЧС России).
- ✓ Назначает ответственных из числа воспитателей (по количеству дверей в автобусе) по сопровождению организованных детей, по каждому автобусу формирует список детей в 2-х экземплярах – для сопровождающих группы детей и руководителя лагеря.
- ✓ Организует передачу детей от воспитателя отряда родителям (законным представителям) только по письменному заявлению родителей (законных представителей) под роспись, при согласовании с медицинским работником и при отсутствии угрозы здоровью детей.
- ✓ При завершении эвакуации детей и передаче их родителям сопровождающий информирует руководителя лагеря.

При эвакуации воспитанников в летнем лагере вожатые и воспитатели обязаны:



- ✓ Подготовить детей к эвакуации.
- ✓ При необходимости подготовить средства индивидуальной защиты или простейшие средства защиты органов дыхания и кожи.
- ✓ Объявить детям порядок, направление движения и место сбора.

- ✓ В соответствии с планом эвакуации: открыть двери в направлении движения, вывести детей.
- ✓ Собрать всех детей в предусмотренном планом эвакуации месте.
- ✓ Проверить наличие детей по списку и результаты доложить руководителю лагеря или ответственному за безопасность.

Правила поведения при чрезвычайных ситуациях природного характера, свойственных регионам Российской Федерации

Чрезвычайная ситуация природного характера – обстановка, сложившаяся на определенной территории или акватории, в результате возникновения опасного природного явления, которое может повлечь или повлекло за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью и (или) окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Действия персонала лагеря во время бури, урагана, грозы

За несколько часов до надвигающегося урагана, бури или грозы вышестоящие организации или штаб по делам ГО и ЧС передает по каналам связи штормовое предупреждение.

Во избежание несчастных случаев в целях сохранения жизни и здоровья детей во время бури, урагана и грозы персоналу лагеря нужно соблюдать следующие правила:

- ✓ Сохранять порядок, дисциплину и самообладание.
- ✓ Подать штормовое предупреждение о приближении бури, урагана, грозы ударом железного била по рельсу и др.
- ✓ Немедленно собирать детей и укрыть их в своих корпусах на первых этажах со стороны противоположной ветру.
- ✓ В корпусах следует закрыть двери, балконы, окна. Стекла заклеить полосками бумаги и ткани. С балконов, подоконников убрать вещи, которые при падении могут нанести травмы.



Нельзя:

1. Разрешать детям выходить на улицу сразу после ослабления ветра, грозы, через несколько минут порыв может повториться.
2. Разрешать детям подходить к окнам, т.к. дети могут быть ранены осколками разлетающегося стекла и другими предметами.

- ✓ Подготовить аварийное освещение – фонари, свечи. Положить на безопасное место медикаменты и перевязочные материалы, создать запас воды.

В случае если буря, ураган, гроза застали детей на открытой местности, лучше всего укрыться в канаве, яме, овраге, любой выемке, лежь на дно и плотно прижаться к земле.

При неблагоприятных метеорологических условиях и стихийных бедствиях, возникших во время похода, руководитель похода совместно с медицинским работником решает вопрос о прекращении или изменении маршрута.

Если буря, ураган, гроза застала детей во время катания на лодках:

- ✓ Немедленная эвакуация на берег – один из способов сохранения жизни детей.
- ✓ Во время движения лодки сопровождающие должны следить, чтобы дети не менялись местами, не садились на борта, не толкались, не спрыгивали с лодки в воду и пытались доплыть до берега самостоятельно без спасательного жилета и круга. После причаливания один из сопровождающих выходит на берег и держит лодку за борт до тех пор, пока все дети не окажутся на суше.
- ✓ При необходимости - вызвать скорую помощь.

Действия персонала лагеря во время землетрясения

Землетрясение – подземные толчки, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний (рисунок 2).

Во избежание несчастных случаев в целях сохранения жизни и здоровья детей во время землетрясения нужно соблюдать следующие правила:

В корпусе:

- ✓ При нахождении на первых этажах корпусов необходимо немедленно вывести детей на улицу (для этого есть, как правило, не более 15-20 секунд);
- ✓ Не паниковать, сохранять спокойствие.



Рисунок 2 - Последствия землетрясения в Китае, 2010 г

- ✓ При нахождении на верхних этажах нужно поставить детей в углах, дверных проемах, образованных капитальными стенами или узких коридорах, помочь детям спрятаться под столы или кровати.



Нельзя:

1. Разрешать детям оставаться около оконных проемов и рядом со стеклянными предметами;
2. Разрешать детям выпрыгивать из окон или с балконов;
3. Разрешать детям пользоваться лифтом;
4. Разрешать детям зажигать спички, свечи и пользоваться зажигалками во время или сразу после подземных толчков.



- ✓ Как только толчки прекратятся – немедленно вывести детей из корпусов. После выхода сразу же отойти вместе с детьми на открытое место.

На улице:

- ✓ При первых толчках землетрясения немедленно отвести детей как можно дальше от корпусов, ближайших зданий и сооружений, высоких столбов и заборов.

В завале (если вожатого завалило вместе с детьми и есть возможность передвигаться):

- ✓ Успокоить и ободрить детей.
- ✓ Попросить детей экономить силы, по возможности меньше двигаться.
- ✓ Подавать сигналы о своем местонахождении (стучать железом о железо: по батарее, трубам и т.п.).
- ✓ Запретить детям зажигать огонь.

После землетрясения:

- ✓ Сохранять спокойствие, успокоить детей оказывать посильную помощь пострадавшим, по возможности напоить детей питьевой водой.
- ✓ Не пускать детей в корпуса до официального разрешения.

Действия персонала лагеря во время наводнения

Наводнение – значительное затопление местности в результате подъема уровня воды в реке, озере, море (рисунок 3).

Во избежание несчастных случаев в целях сохранения жизни и здоровья детей нужно соблюдать следующие правила (если не удалось эвакуировать детей):

- ✓ Успокоить детей, убедить их не поддаваться панике и не терять самообладание.



Рисунок 3 - Наводнение на Алтае, май 2014 г.



- ✓ Как можно быстрее отвести детей в ближайшее безопасное возвышенное место, верхние этажи, чердаки или крыши корпусов и быть готовым к эвакуации по воде, в том числе с помощью подручных плавсредств.
- ✓ До прибытия помощи, если не угрожает опасность, не разрешать детям покидать выбранные безопасные места.
- ✓ Принять меры, позволяющие спасателям своевременно Вас обнаружить.

Действия персонала лагеря во время возникновения природного пожара

Природный пожар – это неконтролируемый процесс горения, стихийно возникающий и распространяющийся в природной среде (рисунок 4).

Во избежание несчастных случаев в целях сохранения жизни и здоровья детей во время природных пожаров нужно соблюдать следующие правила:



Рисунок 4 - Лесной пожар - страшное зрелище

При обнаружении пожара:



- ✓ Успокоить детей, убедить их не поддаваться панике.
- ✓ Помочь детям защитить органы дыхания.

✓ Проанализировать обстановку, определить путь эвакуации: отвести детей на возвышенную точку на местности и внимательно осмотреться по сторонам, выявить границы очага пожара, направление и примерную скорость его распространения.

✓ Укрывать детей от пожара нужно на отмелях, расположенных посреди больших озер, на оголенных участках болот, на скальных вершинах хребтов, расположенных выше уровня леса.

✓ Уводить детей от пожара следует в наветренную сторону (на ветер), в направлении, перпендикулярном распространению огня, стараясь обойти очаг пожара сбоку. Идти лучше по берегу реки, по дороге или просеке.

✓ После выхода из зоны пожара руководитель лагеря или ответственный по вопросам безопасности должен сообщить о месте пожара, размерах и характере в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу.

В очаге пожара:

- ✓ Сообщить о пожаре в спасательную службу.
- ✓ Очистить вокруг себя и детей как можно большую площадь от листвы, травы и веток.
- ✓ Помочь детям снять всю плавящуюся одежду, избавиться от горючего и легковоспламеняющегося снаряжения.
- ✓ Помочь детям защитить органы дыхания.
- ✓ Если есть возможность, - помочь детям обильно смочить одежду, голову и открытые участки тела обмотать любым негорючим, влажным материалом, но не очень плотно.
- ✓ Если поблизости есть водоем - завести детей в него.

Действия персонала лагеря во время обвалов в горах

Обвал - обрушение масс горных пород (земли, песка, камней, глины) с крутого склона. Чаще всего обвалы происходят в периоды дождей, землетрясений, при проведении взрывных и строительных работ (рисунок 5).

Во избежание несчастных случаев в целях сохранения жизни и здоровья детей во время пребывания в горах в зоне возникновения обвалов нужно соблюдать следующие правила:

✓ Вожатые отрядов, планируя пешую прогулку в горы с детьми должны тщательно продумать маршрут: заранее изучить места возможных камнепадов, обвалов в районе запланированного маршрута. Выбрать маршрут с хорошо просматриваемой местностью, без выступов и нависающих скал.

✓ Информацию о направлении маршрута и его особенностях вожатые должны оставить руководителю лагеря и в спасательной службе.

✓ Оказавшись свидетелем обвала и зная, что под него могли попасть люди – вожатые должны срочно сообщить о случившемся в спасательную службу.

✓ Если начался обвал, необходимо бегом увести детей с его пути в безопасное место или укрыть детей (за выступом скалы, большим камнем и т.п.).

Обеспечение безопасности детей во время прогулок или походов в лес:

✓ Собираясь вместе с отрядами на прогулку или в поход в лес, вожатые должны проследить о наличии в рюкзаках у детей следующих предметов: средство от укусов насекомых, солнцезащитный крем для кожи, питьевая вода, минимальный запас еды (бутерброд и др.), нож, спички, часы, компас, аптечка, свисток.

✓ Вожатые отрядов должны проследить, чтобы одежда и обувь у детей были удобными, яркого цвета, и соответствовали погодным условиям. Лучше наклеить на одежду светоотражающие полоски или рисунки.

✓ Перед походом в лес вожатые должны тщательно продумать маршрут и сообщить о нем руководителю лагеря. Нельзя уходить с маршрута, увлекаясь прогулкой и отходить далеко от натоптанных троп.

✓ Вожатые должны следить за тем, чтобы дети не сорили в лесу и тщательно убирали за собой мусор после похода.

✓ После прогулки или похода медицинский работник должен немедленно осмотреть детей на наличие клещей.

✓ Если кто-то из детей заблудился, сопровождающие воспитатели должны незамедлительно сообщить о случившемся руководителю лагеря и в спасательную службу.



Рисунок 5 - Обвал в горах

✓ Во время пребывания в лесу вожатые должны следить за растениями, которые встречаются на пути и не позволить ребенку съесть ядовитый плод.

Съедобные растения: брусника, морошка, дикая роза, черника, голубика (рисунок 6).



Рисунок 6 - Съедобные ягоды: черника, брусника, морошка, голубика

Съедобные грибы: белый гриб, груздь настоящий, дождевик, лисичка (лисичка желтая настоящая), лисичка серая, маслята, моховик, опята, подберезовики, подосиновики, рыжики, радовики, сыроежки (желтая, зеленая, золотисто-красная и т. д.), шампиньоны (рисунок 7).



Рисунок 7 - Съедобные грибы: белый, сыроежка, лисичка, опята

Ядовитые грибы: на европейской территории их около 200 видов. Среди них: бледная поганка (самый ядовитый гриб), мухоморы (партерный, серый, поганковидный, красный) (рисунок 8).



Рисунок 8 - Ядовитые грибы

Дикие животные, змеи и обеспечение безопасности детей при встрече с ними

Правила поведения во время прогулок:

- ✓ Вожатые должны иметь представление о повадках и местах обитания зверей, птиц и змей. Также следует заранее предупредить детей о возможных опасностях, которые таит в себе лес.



Достойно внимания

Кабаны во время гона или кормёжки ведут себя столь шумно, что заметить их не так трудно. Следует избегать звериных труднопроходимых троп, заросших кустарником и буреломов. В таких местах высока вероятность встречи с животным, к тому же здесь крайне неудобно отступать. Отправляясь в лес, обязательно предупредите о том, куда собираетесь пойти и когда предполагаете вернуться.

- ✓ Вожатые должны быть особенно внимательны и осторожны во время лесных прогулок, первыми проходить вперед, обращать внимание на местные признаки, следить, чтобы отряд не наткнулся на диких животных или змей.



Достойно внимания

На присутствие хищников или опасных копытных могут указывать самые различные признаки: следы на почве, примятая трава и подлесок, ободранная кора на деревьях, помёт, места кормёжки. Волки, первыми почувствовав человека, издают специфические звуки (фырканье, вой, звонкий лай), предупреждая других членов стаи.

- ✓ Стоит иногда давать знать о своём присутствии (голосом или другим способом), как бы предупреждая животных и давая им возможность уйти.

Правила поведения при встрече с диким животным:

- ✓ Успокоить детей и убедить их не поддаваться панике. Объяснить, что зверь чувствует, когда человек боится его, и страх только подстегнёт агрессию.
- ✓ Объяснить детям, что нельзя делать резких движений и издавать пронзительных криков – по крайней мере, пока не убедитесь, что действительно сможете таким способом именно испугать, а не привлечь зверя.



Достойно внимания

При встрече с медведем нельзя поворачиваться к зверю спиной: такую позу он расценит как доказательство слабости (рисунок 9). От опасности человек старается убежать, однако в данном случае бегство хорошо,



Рисунок 9 - Бурый медведь

только если вы абсолютно уверены, что достигнете более безопасного места (например, охотничьего домика, дерева, автомобиля и т. п.) быстрее, чем хищник, а сделать это в условиях леса крайне сложно, - убежать от медведя практически невозможно. В качестве оптимального выхода из положения лучше замереть на месте, а затем как можно спокойнее, пятясь, отступить и, только удалившись метров на 10-15, также медленно отходить.

Правила поведения в местах обитания змей:

- ✓ Убедиться, что на ногах у детей надеты высокие сапоги, способные защитить от укусов.
- ✓ Если путь лежит через густую траву или заросшие ямы, вожатым следует быть особенно внимательными. Необходимо сначала тщательно проверить эту местность на наличие змей.
- ✓ Запретить детям трогать змей (рисунок 10).

Если во время похода предстоит организовать ночлег вожатым необходимо соблюдать следующие правила:

- ✓ Не разрешать детям ходить ночью – по крайней мере, без фонаря: многие змеи особенно активны в теплые летние ночи.
- ✓ Помнить, где много грызунов, там следует ожидать и змей.
- ✓ Не устраивать ночлег возле дуплистых деревьев, прогнивших пней.
- ✓ Прежде чем лечь спать - тщательно осмотреть места детей для сна.
- ✓ Если на кого-то из детей заползла змея, успокойте ребенка и окажите помощь.



Рисунок 10 – Гадюка

Обеспечение безопасности детей во время купания

Правила безопасного поведения на воде:

- ✓ Перед походом с детьми на водоем вожатые должны позаботиться о наличии у детей: головных уборов, солнцезащитных средств, питьевой воды.
- ✓ Вожатые должны следить за тем, чтобы дети: не ныряли в воду, не заплывали за буйки, не приближались к моторным лодкам и к судам, не устраивали игры в воде, связанные с захватами, не находились долго в воде.



Нельзя:

1. Находиться в воде на надувном матраце или камере детям, не умеющим плавать.
2. Разрешать детям резко входить в воду или нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи или в состоянии утомления.
3. Организовывать купание в штормовую погоду и во время грозы.
4. Организовывать купание в очень холодной воде.

Рекомендации персоналу летнего лагеря по действиям во время аварий на транспорте

Дорожно-транспортное происшествие

В случае дорожно-транспортного происшествия с травмированием детей сопровождающий сообщает с ближайшего пункта связи, с сотового телефона или с помощью проезжающих водителей о происшествии администрации летнего лагеря, в органы ГИБДД и медицинское учреждение.



Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- ✓ При появлении неисправности в работе двигателя и систем автобуса сопровождающий должен рекомендовать водителю принять вправо, съехать на обочину дороги и остановить автобус. Движение продолжать только после устранения возникшей неисправности.
- ✓ При возникновении аварийных ситуаций (технической неисправности, пожара и т.п.) после остановки автобуса по указанию водителя дети должны под руководством сопровождающего лица быстро и без паники покинуть автобус.
- ✓ В первую очередь сопровождающие должны вывести из автобуса травмированных детей.
- ✓ Сопровождающие отводят детей от автобуса в безопасное место и организуют пребывание там детей до подъезда специалистов экстренных служб и транспорта для эвакуации.
- ✓ Сопровождающие вызывают службы экстренной помощи (скорая помощь, ГИБДД и пр.), если водитель ранен и сам не может этого сделать.
- ✓ В случае необходимости сопровождающие оказывают детям первую помощь, используя для этого все наличные средства и возможности.

Авария на железнодорожном транспорте

Наиболее распространенными аварийными ситуациями, которые приводят к травмам и гибели пассажиров, являются пожары, аварии токоснабжения и крушения поездов.



Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- ✓ Сопровождающие и проводник вагона при возникновении пожара обязаны немедленно приступить к эвакуации детей, не допуская паники.
- ✓ Сопровождающие, ответственные за безопасность детей должны оповестить их об аварийной ситуации и указать порядок выхода из вагона.
- ✓ Эвакуация должна производиться в соседние вагоны и на полевую сторону железнодорожного пути.
- ✓ При сильном задымлении сопровождающие должны проследить, чтобы дети закрыли нос и рот мокрой тряпкой (полотенцем и др.).
- ✓ Запрещается после аварии уходить далеко от вагона или поезда.
- ✓ На месте крушения надо соблюдать крайнюю осторожность, поэтому отходя в безопасное место первыми должны идти сопровождающие, внимательно осматривая дорогу перед собой (лежащие на земле контактные оборванные провода могут оставаться под напряжением и представлять смертельную опасность. Подходить к ним ближе 30-50 метров запрещается).
- ✓ Сопровождающие должны проследить, чтобы дети не касались руками металлических частей (при аварии токоснабжения).
- ✓ Сопровождающие должны проследить, чтобы дети не разбредались во все стороны. Иначе у прибывших спасателей и у сопровождающих появятся дополнительные трудности с оказанием помощи.
- ✓ Наиболее важные оперативные действия сопровождающих и спасателей после выведения детей из опасной зоны - оказание первой помощи, вид которой определяется характером и тяжестью травмирования пострадавших в аварийной ситуации.
- ✓ Первая помощь пострадавшим при несчастных случаях должна оказываться в соответствии с инструкцией.

Авария на речном (морском) транспорте

Авария морского (речного) объекта – опасное техногенное происшествие на морском (речном) объекте, представляющее угрозу жизни и здоровью людей, приводящее к повреждению или к потере мореходности судна, загрязнению окружающей природной среды. Как правило, для ликвидации аварии требуется помочь поисково-спасательных и других специальных сил и средств.

При пожаре на судне:



- ✓ Сопровождающие должны оповестить детей о аварийной ситуации и не допустить возникновения паники.
- ✓ При сильном задымлении сопровождающие должны проконтролировать, чтобы дети закрыли нос и рот смоченным водой платком, салфеткой, полотенцем, одеждой.
- ✓ При сильном пожаре, сопровождающие должны отвести детей к спасательным средствам, выполняя указания капитана судна.

При оставлении судна:



- ✓ Решение об оставлении судна принимает только капитан.
- ✓ Сопровождающие должны отвести детей к месту сбора для последующей эвакуации.
- ✓ Перед посадкой в шлюпку или на спасательный плот сопровождающий должен проследить, чтобы дети надели спасательные жилеты.
- ✓ Если есть возможность, сопровождающие должны разместить в шлюпке одеяла, дополнительную одежду, питьевую воду и еду.
- ✓ При вынужденном прыжке с борта корабля в воду, сопровождающий должен проследить, чтобы все дети покинули судно, затем прыгнуть самому. Если сопровождающих несколько, то один должен прыгнуть в воду первым, чтобы помочь детям забраться на спасательное средство.
- ✓ На спасательном средстве необходимо отплыть на безопасное расстояние (150-200 м) от тонущего судна, так как шлюпку (плот) может затянуть в водоворот.

Рекомендации персоналу летнего лагеря по обеспечению безопасности детей при возникновении пожара

Первоочередной обязанностью каждого работника лагеря является спасение жизни детей. Исход любого пожара во многом зависит от того, насколько своевременно был вызван пожарный расчет и готовности всего обслуживающего персонала к действиям при пожаре (рисунок 11).



Во всех случаях обнаружения пожара, признаков горения, запаха гари, задымления, повышения температуры *каждый, обнаруживший пожар или загорание, обязан:*



- ✓ Немедленно вызвать пожарную охрану по телефону (при этом необходимо четко назвать адрес лагеря, место возникновения пожара, а также свою фамилию) и организовать вызов к месту пожара администрации лагеря.
- ✓ Подать сигнал тревоги для добровольной пожарной дружины (пожарного расчета).
- ✓ Принять меры по эвакуации детей в безопасную зону, тушению пожара и сохранности материальных ценностей.
- ✓ Организовать встречу пожарной охраны.

Вызвать пожарную охрану необходимо даже в том случае, когда пожар потушен своими силами: огонь может остаться незамеченным в скрытых местах, поэтому через некоторое время пожар может вспыхнуть вновь, в больших размерах. Поэтому место пожара должно быть обязательно осмотрено специалистами пожарной охраны.

Встреча пожарного подразделения обеспечивается после вызова пожарной помощи, для чего выделяется специальное лицо из персонала лагеря.

Встречающий должен:

- ✓ оказать помощь в выборе кратчайшего пути для подъезда к очагу пожара;

- ✓ четко проинформировать пожарных о сложившейся обстановке;
- ✓ рассказать, все ли дети и взрослые эвакуированы из горящего или задымленного здания, если нет, то о степени угрозы детям и взрослым, сколько их осталось в здании, где они находятся, на каком этаже и в каких помещениях, как в эти помещения быстрее проникнуть;
- ✓ рассказать, какие помещения охвачены огнем и куда он распространяется, о местах размещения наиболее ценного имущества, которое необходимо эвакуировать в первую очередь.

При эвакуации детей нельзя допускать их скапливание у выхода, а также возникновения паники. Детей нужно призывать к спокойствию, все эвакуированные должны находиться под неослабным надзором взрослых.

Лестничные клетки необходимо использовать в первую очередь для эвакуации детей из помещений верхних этажей.



Достойно внимания

Если во внутренние лестницы проникает пламя, или они уже охвачены огнем или очень задымлены, то необходимо спасать детей через окна и балконы с помощью стационарных и приставных лестниц. При этом следует плотно закрыть все неиспользуемые для эвакуации балконные двери и окна, чтобы в помещение не проникал воздух, усиливающий огонь и направляющий дым в это помещение. Двери, ведущие в соседние помещения, и коридор из помещения, где находятся дети, во избежание проникновения дыма рекомендуется плотно закрыть, а щели в притворе и снизу дверей заткнуть подручным материалом (простыни, одеяла, шторы и т.п.), предварительно смочив их в воде.

При возникновении пожара в деревянном здании, где находятся дети, эвакуация должна производиться немедленно из всего здания, независимо от места и размера пожара, в соответствии с заранее разрабатываемым планом и особенностями развития пожара. Делать это нужно быстро и спокойно, принимая все меры к предотвращению паники.

По окончании эвакуации необходимо убедиться, что все дети удалены из горящего или находящихся под угрозой огня помещений. Для этого нужно тщательно осмотреть все помещения, а особенно задымленные, помня о том, что дети от испуга часто прячутся в темные углы, под кровати и столы, в шкафы и за шкафы и т.п. Лица, ответственные за эвакуацию, должны лично убедиться в наличии полного состава каждой эвакуационной группы путем переклички по списку.

Примерный план проведения эвакуации в случае возникновения пожара в летнем лагере представлен в таблице 1.

Таблица 1

Примерный план эвакуации детей на случай возникновения пожара в спальном корпусе детского загородного стационарного оздоровительно-образовательного лагеря

№ п/п	Действие	Последовательность действий	Должность, фамилия исполнителя
1.	Сообщение о пожаре	<p>При обнаружении пожара, загорания или задымления необходимо:</p> <p>а) немедленно вызвать по телефону пожарную охрану, сообщив при этом название лагеря, объект возгорания, количество этажей в корпусе, а также свою фамилию и телефон;</p> <p>б) оповестить администрацию лагеря (директор либо заменяющее его лицо) о случае возгорания, дежурного воспитателя (вожатого) по лагерю;</p> <p>в) подать сигнал тревоги для лагерной добровольной пожарной дружины (пожарного расчета), включив сирену из комнаты дежурного по лагерю, которая находится в административном корпусе;</p> <p>г) собрать обслуживающий персонал и людей из соседнего лагеря либо организации, где имеется большое количество взрослых</p>	
2.	Подготовка к эвакуации детей	<p>При обнаружении пожара, загорания или задымления в ночное время необходимо немедленно и спокойно во всех комнатах и помещениях разбудить, а в зимнее время и одеть детей. Объявить о необходимости какого-либо срочного построения на улице</p>	
3.	Эвакуация детей	<p>Немедленно вывести всех детей из здания через ближайшие коридоры и выходы в заранее определенное место сбора</p> <p>Эвакуация детей производится по указанию директора лагеря или лица, его заменяющего, а в случае прямой угрозы - незамедлительно, не ожидая указаний</p> <p>К эвакуации детей привлекаются весь обслуживающий персонал и прибывшие на помощь люди из соседних организаций</p>	
4.	Вариант №1 - эвакуация детей через основные и запасные выходы	<p>Дети эвакуируются из спальных комнат ____ со второго этажа через выходы ____ по наружной лестнице</p> <p>из спальных комнат ____ со второго этажа по внутренней лестнице через выходы №№ ____</p> <p>из спальных комнат ____ на первом этаже через выходы №№ ____</p> <p>из спальных комнат ____ на первом этаже через выходы ____</p>	
5.	Вариант № 2 - эвакуация детей через запасные выходы	<p>Дети эвакуируются:</p> <p>из спальных комнат ____ со второго этажа через выходы ____ по наружной лестнице</p> <p>из спальных комнат ____ со второго этажа через выходы ____</p> <p>из спальных комнат ____ на первом этаже через выходы ____</p> <p>из спальных комнат ____ на первом этаже через выходы ____</p>	

№ п/п	Действие	Последовательность действий	Должность, фамилия исполнителя
6.	Сверка списочного состава с фактическим наличием эвакуированных из здания детей	Все эвакуированные из здания дети пересчитываются, и наличие их сверяется с имеющимися в отрядах поименными списками Закрепленный воспитатель (вожатый) лично проверяет наличие детей по списку, о результатах проверки докладывает директору лагеря	
7.	Пункты размещения эвакуированных детей	В дневное и ночное время эвакуированные дети из отрядов размещаются в заранее обусловленных местах	
8.	Тушение пожара или загорания обслуживающим персоналом до прибытия пожарной части	Тушение пожара или загорания организуется и проводится немедленно с момента его обнаружения сотрудниками лагеря, не занятыми эвакуацией детей Для тушения используются все имеющиеся в лагере средства пожаротушения	
9.	Встреча пожарной части	Место встречи – основной въезд в лагерь. Встречающий обязан информировать прибывшего начальника караула пожарной части о следующем: все ли дети, а также взрослые эвакуированы из здания, где произошел пожар (загорание); в каком помещении горит и куда распространяется огонь; указать места хранения ценного имущества в здании и места расположения пожарных гидрантов и водоемов	

Если на человеке загорелась одежда:

- ✓ Не давайте ему бежать, чтобы пламя не разгорелось еще сильнее.
- ✓ Опрокиньте его на землю, при необходимости сделайте подножку, а затем погасите огонь при помощи плотной ткани, воды, земли, снега и т. п., оставив голову открытой, чтобы он не задохнулся продуктами горения.
- ✓ Вызовите скорую помощь, сообщите в пожарную охрану.
- ✓ Окажите первую помощь.

Правила безопасного поведения при захвате в заложники

Общие правила поведения при захвате террористами детского лагеря:



- ✓ Оставайтесь на своем месте, не перемещайтесь по территории, старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников.
- ✓ Успокойте детей и следите за их морально-физическим состоянием.
- ✓ Избегайте необдуманных действий, которые могут поставить под угрозу Вашу жизнь и жизнь детей (рисунок 12).
- ✓ Если вы хотите встать, перейти на другое место, - спросите разрешения.
- ✓ Внимательно осмотрите место, где вы находитесь, отметьте места, где можно укрыться в случае перестрелки.
- ✓ Используйте любую возможность для сообщения (передачи информации) о своем местонахождении, приметах преступников, особенностях их поведения правоохранительным органам.
- ✓ Попытайтесь отойти и увести детей от входных дверей, окон, люков и занять горизонтальное положение. Наиболее безопасное положение – руки за голову, закрывающие шею. Локтями прикройте бока и живот. В таком положении необходимо оставаться до поступления команды на выход от штурмовой группы. В дальнейшем беспрекословно выполняйте все их команды.
- ✓ Если во время спецоперации по освобождению используется газ - защитите и проследите, чтобы дети защищили органы дыхания и зрения: используйте простейшие средства защиты (шарф, носовой платок, косынку и т.д.). Их необходимо сложить несколько раз и по возможности смочить водой или другой жидкостью.
- ✓ В момент штурма не берите в руки оружие преступников, так как вас могут принять за бандитов и открыть по вам огонь на поражение.



Рисунок 12 - Не ставьте под угрозу свою жизнь или жизнь детей

- ✓ Страйтесь, по возможности, не позволять бандитам занять место среди заложников.
- ✓ Отнеситесь с пониманием, если во время штурма сотрудники спецслужб поступят с вами не совсем корректно до окончания идентификации всех лиц и выявления истинных преступников.
- ✓ После освобождения не допускайте скоропалительных заявлений и высказываний. Сначала успокойтесь и соберитесь с мыслями.



В случае силового освобождения заложников запрещается:

1. Стоять в то время, когда прозвучала команда упасть на пол.
2. Бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как в этом случае они могут принять вас за террористов.

Рекомендации персоналу по оказанию первой помощи детям

При возникновении несчастного случая с пострадавшим воспитанником лагеря персоналу необходимо:



- ✓ незамедлительно оказать первую помощь пострадавшему;
- ✓ при необходимости вызвать скорую помощь;
- ✓ сообщить начальнику лагеря о случившемся, написать объяснение обстоятельств несчастного случая, указать очевидцев случившегося;
- ✓ сохранять расположение предметов и место, где произошел несчастный случай, для расследования; исключение составляют только те предметы, которые представляют опасность для окружающих людей;

Первая помощь при кровотечениях

Травмы, которые сопровождаются повреждениями сосудов, всегда очень опасны. Любое повреждение сосудов приводит к истечению крови из них и называется **кровотечением** (рисунок 13).



Для артериального кровотечения

Рисунок 13 - Виды кровотечений

характерно быстрое и обильное кровотечение, сильная боль в поврежденной части тела, ярко красный цвет крови, кровь обычно бьет из раны фонтаном.

Для венозного кровотечения характерно более ровное вытекание крови из раны, кровь темно-красного или бордового цвета и льется непрерывно и равномерно.

Капиллярное кровотечение можно быстро остановить, наложив на кровоточащий участок чистую марлю. Поверх марли кладется слой ваты, сама рана перевязывается. Если в нет ни марли, ни бинта, то кровоточащее место можно перевязать чистым носовым платком. Для предотвращения отека и воспаления к ране необходимо приложить холод.

Венозное кровотечение лучше всего останавливается давящей повязкой. На кровоточащий участок накладывают чистую марлю, поверх неё неразвернутый бинт или сложенную в несколько раз марлю (чистый носовой платок). При прижатии бинтом такого давящего предмета к ране просветы сосудов сдавливаются, и кровотечение прекращается. Если нет возможности сделать давящую повязку, то кровоточащее место надо прижать пальцами. При кровотечении из вены верхней конечности в некоторых случаях достаточно поднять раненную руку вверх.

Артериальное кровотечение всегда чрезвычайно опасно, даже если речь идет о небольшом порезе. Мощность потока в артериях такова, что летальный исход может произойти в течение нескольких минут. Особенно опасны повреждения крупных сосудов - аорты, сонной, плечевой, бедренной артерий. Характерная особенность таких ран - сильный, пульсирующий поток алоей крови.

Существует несколько способов остановки артериального кровотечения: пальцевое прижатие артерии выше места раны, максимальное сгибание конечности, наложение жгута.

При кровотечении из крупной артерии следует немедленно остановить приток крови к раненному участку, придавив артерию пальцем выше места ранения (рисунок 14).

При наложении жгута, место наложения покрывают слоем марли или куском одежды для того, чтобы кожа не повреждалась. Затем жгут подводится под конечность, сильно растягивается. С сохранением натяжения делается первый тур вокруг конечности, так чтобы получился «нахлест». Последующие туры делаются с постепенным ослаблением натяжения жгута до момента его фиксации.

При кровотечении из носа пострадавшего необходимо усадить так, чтобы его голова была расположена прямо, расстегнуть воротник, расслабить пояс (не следует резко наклонять голову вперед); вложить в ноздрю небольшой ватный тампон и зажать крылья носа на 3-5 минут (если есть возможность - смочить тампон 3% раствором перекиси водорода); приложить к переносице холод.

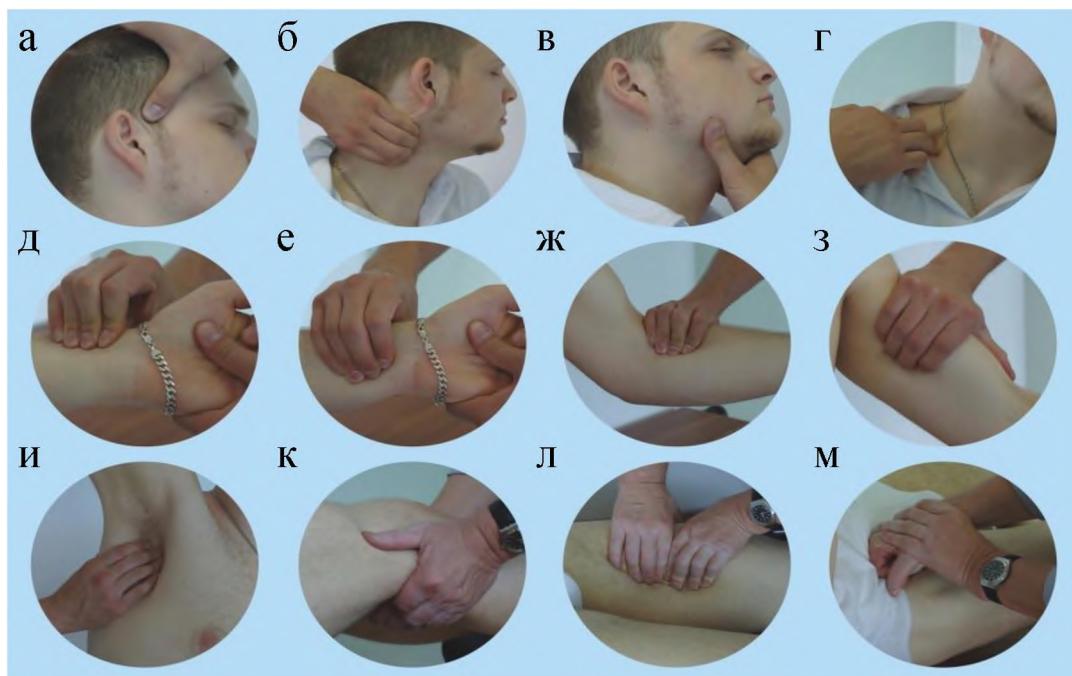


Рисунок 14 - Точки прижатия артерий: а – височная; б – сонная; в – наружная челюстная; г – подключичная; д – лучевая; е – локтевая; ж, з – плечевая; и – подмышечная; к - подколенная; л, м - бедренная

Первая помощь при ранах

Рана – это нарушение целостности кожи, слизистой оболочки или органов тела. При глубоких ранах повреждаются мышцы, кости, нервы, сухожилия, связки.

В зависимости от того, чем нанесена рана, она может быть резаной, рубленой, колотой, ушибленной, укушенной, огнестрельной.

Правила оказания первой помощи:

- ✓ остановить кровотечение;



Если какой-либо предмет (нож, шило, осколок стекла и т.д.) остался в ране, его вынимать нельзя! Возможно, он закрывает перерезанные сосуды и ослабляет внутреннее кровотечение. Даже с ножом в сердце пострадавший может иногда оставаться в живых.

- ✓ обработать раны антисептическим или дезинфицирующим средством.

Для обработки раны берут стерильную вату (бинт), смоченную любым антисептиком. Кожу протирают от края раны к неповрежденному участку. Данную процедуру необходимо провести три-четыре раза: такая обработка является более эффективной в борьбе с проникновением бактерий в рану из окружающих участков кожи;



Рану **нельзя** ополаскивать водой, спиртом или йодной настойкой, засыпать никакими порошками, а также нельзя накладывать на неё никакую мазь, также запрещается класть вату непосредственно на рану. Если из раны выступают наружу какие-либо ткани — мозг, кишечник, — то их сверху прикрывают чистой марлей, но ни в коем случае не вдавливают вовнутрь.

✓ перевязать рану. Правильно наложенная повязка должна надежно фиксировать перевязочный материал, не причиняя пострадавшему неприятных ощущений (таблица 2).

Таблица 2

Основные типы бинтовых повязок

Тип повязки	Область наложения	Способ бинтования
«Циркулярная (круговая) повязка»	ограниченные нижней трети плеча, поверхности лба, голеностопного сустава и бедра	Обороты бинта ложатся друг на друга, причем каждый идущий следом тур полностью прикрывает предшествующий.
«Спиральная повязка»	конечности, грудная клетка, туловище, для закрытия ран большого размера	После двух-трех закрепляющих туров каждый последующий тур следует в косом направлении и прикрывает предшествующий на 1/2 или на 2/3 ширины бинта.
«Крестообразная (8-образная) повязка»	поверхности тела с неправильной конфигурацией	Ходы бинта образуют фигуру восьмерки. Например, повязку затылка начинают двумя-тремя циркулярными круговыми оборотами вокруг головы, далее спускаются за ухо вниз на шею, обходят шею спереди, а сзади поднимаются вверх за ухо и вокруг головы.
«Колосовидная повязка»	плечевой сустав, надплечье и подмышечная область, тазобедренный сустав и другие труднодоступные области	Напоминает 8-образную с тем отличием, что последующие ходы бинта частично прикрывают предыдущие и перекрещиваются по одной линии.
«Черепашья повязка»	накладывается на крупные суставы — коленный, локтевой, голеностопный	Расходящуюся повязку начинают с двух-трех круговых оборотов бинта на одном уровне с расхождением последующих оборотов от центра в стороны, вверх и вниз.
«Т-образная повязка»	накладывается на промежность или подмышечную область	Повязка накладывается с помощью двух бинтов, из которых основной охватывает пояс или плечо, а второй, удерживает перевязочный материал и проходит через область промежности или подмышечной впадины.
«Повязка на		Накладывают повязку с помощью двух

Тип повязки	Область наложения	Способ бинтования
«голову»		<p>бинтов. Первым бинтом выполняют два–три круговых укрепляющих тура вокруг головы. Начало второго бинта фиксируют одним из круговых туров первого бинта, затем ход второго бинта через свод черепа проводят до пересечения с круговым ходом первого бинта в области лба.</p> <p>После перекреста, тур второго бинта через свод черепа возвращают на затылок, прикрывая слева предыдущий тур на половину ширины бинта. Выполняют перекрест бинтов в затылочной области и следующий тур бинта проводят через свод черепа справа от центрального тура.</p>
«Працевидная повязка»	нос, верхняя и нижняя губа, подбородок	Неразрезанной частью бинта закрывают асептический материал в области раны, а концы ее перекрещивают и связывают сзади (верхние - в области шеи, нижние - на затылке либо на темени).
«Повязка на грудь, плечевой пояс и верхнюю конечность»		Перед наложением повязки марлевый бинт длиной около метра укладывают серединой на левое надплечье. Одна часть бинта свободно свисает на грудь, другая – на спину. Затем другим бинтом накладывают закрепляющие круговые туры в нижних отделах грудной клетки и спиральными ходами (3-10) снизу вверх бинтуют грудь до подмышечных впадин, где закрепляют повязку двумя-тремя круговыми турами. Каждый тур бинта перекрывает предыдущий на 1/2 или 2/3 его ширины.

Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах и переломах

Оказание первой помощи при ушибах

Ушиб – это повреждение мягких тканей, которое сопровождается разрывом мелких капилляров, припухлостью и кровоподтеком.

Первое, что нужно сделать – приложить к месту ушиба лед, снег, металлический предмет или смоченный в холодной воде кусочек ткани. Если это рука или нога рекомендуется немного приподнять их, если речь идет об ушибе головы, грудной клетки или области живота, перемещать пострадавшего нельзя. Необходимо опасаться внутреннего кровотечения, признаками которого являются бледность, головная боль, потеря сознания. Пострадавшего в таких случаях следует немедленно доставить в больницу.

Оказание первой помощи при растяжении

Растяжение - повреждение связок, мышц, сухожилий и других тканей без нарушения их анатомической целости.

Первая помощь (рисунок 15):



- ✓ в первые два часа после травмы обеспечьте приток холода: прикладывайте полотенце, смоченное холодной водой, пластиковую бутылку с холодной водой, пакет со льдом;
- ✓ наложите тугую повязку на область травмированного сустава (с этой целью лучше использовать эластичный бинт, но в качестве подручного средства подойдет косынка, шарф, пояс и др.);
- ✓ если боль и отечность сильно выражены, то обеспечьте суставу полный покой, для этого наложите на область, где произошло растяжение связки, шину;
- ✓ растяжение связок может сопровождать вывих, подвывих и даже перелом, что можно определить только в условиях медицинского учреждения.



Рисунок 15 - Последовательность оказания первой помощи при растяжении

Оказание первой помощи при вывихе

Вывих- смещение суставных концов костей, при котором утрачивается их правильное соприкосновение.

Основными признаками вывиха являются:

- ✓ изменение формы сустава;
- ✓ неестественное положение конечности;
- ✓ резкая боль в области поврежденного сустава;
- ✓ отечность и припухлость в месте вывиха;
- ✓ частичное ограничение или невозможность производить движения.

Первая помощь при вывихе:

Прежде всего, необходимо зафиксировать травмированную конечность в том положении, в котором она оказалась, обеспечивая тем самым полный покой. Для этого используются транспортные шины, специальные повязки и любые другие подручные средства. Для уменьшения болей и отека на поврежденный сустав прикладывается холод.

Для иммобилизации *верхней конечности* можно использовать косынку, узкие концы которой завязывают через шею.

При вывихе *нижней конечности* под неё подкладывают шины или доски и прибинтовывают к ним конечность.

При вывихе *пальцев кисти* производят иммобилизацию всей кисти к какой-либо ровной твердой поверхности, в области суставов между шиной и конечностью прокладывают слой ваты.



Рисунок 16 - Вправлять вывих должен только специалист

При вывихе *нижней челюсти* под неё подкладывают пращевидную повязку, концы которой перекрестным образом завязывают на затылке.

После иммобилизации травмированной конечности пострадавшему должна быть оказана профессиональная медицинская помощь: вывих должен быть немедленно вправлен, поэтому пострадавшего нужно доставить в ближайшую больницу (рисунок 16).

Оказание первой помощи при переломе

Перелом – это нарушение целостности кости. Чаще всего подвержены переломам ключица, предплечье, лучевая кость, шейка бедра, голень.

Основными признаками такой травмы являются:

- ✓ сильная, неутихающая боль в области травмы;
- ✓ образование припухлости, с возможным последующим появлением кровоподтека или синяка;

- ✓ сильное ограничение движений в месте травмы;
- ✓ изменение внешнего вида конечности (она деформируется, может быть неестественно изогнута, либо быть короче непоражённой конечности).

Помощь при переломе костей заключается в иммобилизации конечности с помощью шины или подручного материала (рисунок 17). При открытом переломе в первую очередь останавливают кровотечение, обрабатывают рану, накладывают стерильную повязку и только затем проводят иммобилизацию.



Рисунок 17 - В любой ситуации главное не терять спокойствия

Запрещено вытаскивать из раны отломки костей!

Первая помощь при переломах:

При переломах бедра накладывается две шины: одна — по внутренней поверхности бедра от паховой области до подошвы стопы, другая (длинная) — от подмышечной впадины до стопы. Длинную шину прибинтовывают к туловищу в области груди и живота, обе шины в нескольких местах — к ноге.

При переломах костей рук необходимо придать определенное положение травмированной конечности: рука должна быть согнута в локте под прямым или острым углом, ладонь обращена к животу, пальцы полусогнуты, для чего в ладонь вкладывается бинт или платок, обернутый марлей. Для иммобилизации в подмышечную впадину вставляют плотный валик, который укрепляют бинтами через надплечье здоровой руки. Длинную (не менее метра) и широкую шину изгибают по размерам и контурам поврежденной руки с таким расчётом, чтобы она захватывала всю конечность. Затем шину прибинтовывают к руке и частично к туловищу, рука подвешивается на косынке.



Нельзя накладывать шину на обнаженное тело: часть тела предварительно нужно накрыть мягким материалом. Так же необходимо следить за тем, чтобы концы шины не врезались в тело и не ранили кожу.

Занято

В XIX веке летальность при открытых переломах голени или бедра составляла более 30% и единственным выходом была ампутация



конечности, особенно при огнестрельных переломах Лейб-хирург Наполеона Ларрея на Бородинском поле боя лично сделал за сутки более 150 ампутаций.

Эра современной антисептической хирургии началась с работы Дж. Листера (1870-71 гг.), который благодаря использованию карболовой кислоты в качестве антисептика, добился для своего времени блестящего результата при оперативном лечении открытых переломов голени — ни одной ампутации у более чем 100 пострадавших.

При *переломе костей носа* необходимо посадить пострадавшего таким образом, чтобы голова и туловище были чуть наклонены вперёд для предотвращения затекания крови в трахею и пищевод. Если на поверхности лица есть рана, её нужно обработать или промыть чистой водой, а затем прикрыть бинтом или чистой тканью. Если идёт кровь из ноздрей, их нужно с осторожностью затампонировать тонкой марлей, смоченной водой. На область переносицы нужно приложить холод (лед, бутылка с водой), обернув его источник в ткань.

Правила переноски пострадавших

Часто при оказании первой помощи возникает необходимость в перемещении или транспортировке пострадавшего.

Прежде чем транспортировать пострадавшего следует осмотреть его голову, шею, грудь и живот, уточнить природу и степень тяжести травм, особенно, если они касаются шеи и позвоночника. Если есть необходимость, то нужно остановить кровотечение, наложить повязки на раны, зафиксировать с помощью шин переломы костей.

Правила переноски пострадавших в зависимости от вида травм:



- ✓ пострадавших с повреждением позвоночника, живота, переломами костей таза и нижних конечностей, ранениями головы переносят и транспортируют в положении лёжа;
- ✓ при травмах грудной клетки или с подозрением на такую травму, переносить и транспортировать пострадавшего надо в полусидячем положении;
- ✓ при ранении передней поверхности шеи пострадавшего также необходимо укладывать на носилки в полусидячем положении с наклонённой головой так, чтобы подбородок касался груди;
- ✓ если нет тяжёлых травматических повреждений позвоночника, рёбер, грудины, но пострадавший находится в бессознательном состоянии, переносить и перевозить его следует в положении на боку или на животе, при этом под грудь и лоб пострадавшему необходимо подложить валики из одежды;
- ✓ пострадавших с ранением в затылок и спину надо укладывать на бок, а с травмой живота - на спину с полусогнутыми коленями.

Правила переноски пострадавших на носилках:



- ✓ по ровной поверхности пострадавшего надо нести ногами вперёд; если пострадавший без сознания, то - головой вперёд;
- ✓ на крутых подъёмах и спусках надо следить, чтобы носилки находились в горизонтальном положении;
- ✓ передвигаться следует осторожно, короткими шагами;
- ✓ нести пострадавших на носилках на большие расстояния значительно легче, если использовать лямки, которые уменьшают нагрузку на кисти рук.

Основные способы переноски пострадавших (рисунок 18):

- ✓ *использование пальто, плащ-палатки, брезента:* пострадавшего осторожно укладывают на разостланное пальто, продевают через рукава ремень или верёвку и закрепляют его вокруг тулowiща. Перетаскивают пострадавшего волоком;

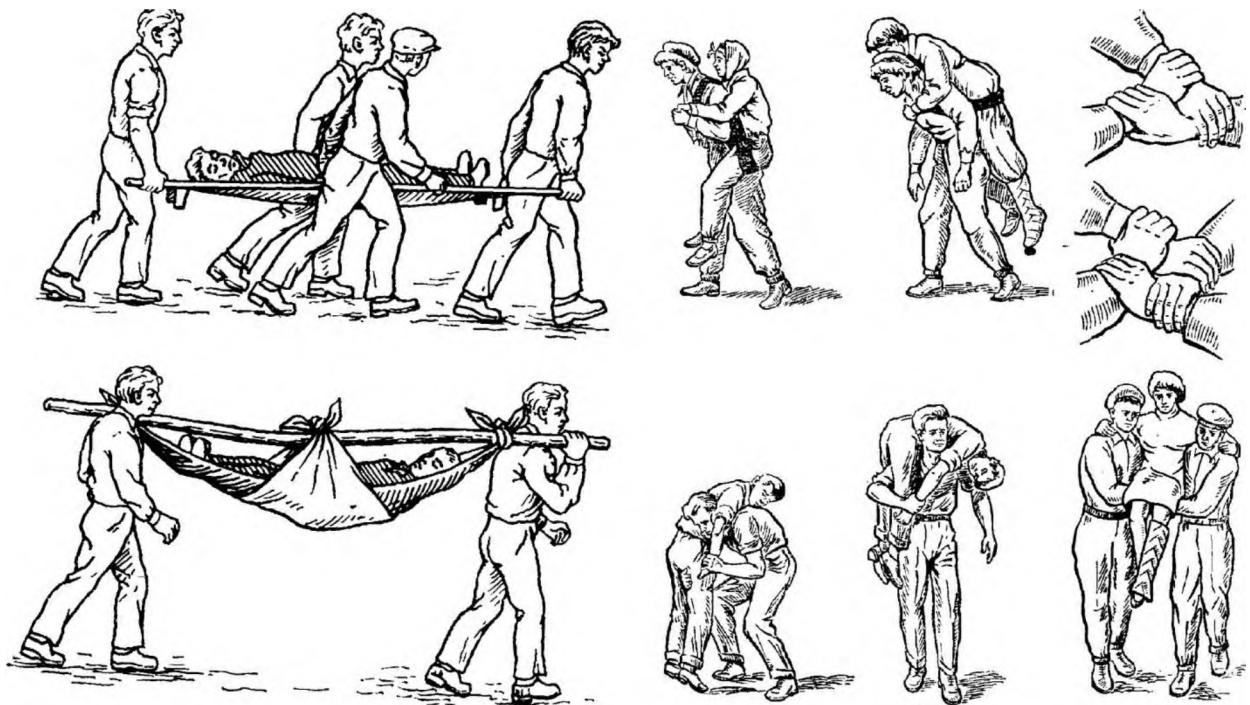


Рисунок 18 - Оптимальные позы транспортировки пострадавших в зависимости от травмы

- ✓ *переноска с помощью жерди:* жердь можно сделать из трубы, деревянного шеста длиной не менее 2,5 - 3 метра, концы пристыни завязываются узлом и просовываются под жердь, второй

простыней или одеялом обхватывает ягодицы пострадавшего, и её концами завязывают за жердь.

- ✓ *переноска на руках*: оказывающий помощь становится около пострадавшего, опускается на колено, одной рукой подхватывает его под ягодицы, а другой - под лопатки. Пострадавший обнимает спасателя за шею, а носильщик выпрямляется и несёт пострадавшего;
- ✓ *переноска на спине*: носильщик усаживает пострадавшего на возвышенное место, становится спиной к нему и опускается на колено. Обхватив пострадавшего обеими руками за бёдра, поднимается вместе с ним. Пострадавший удерживается, обнимая несущего за шею;
- ✓ *переноска на плече*: если пострадавший без сознания, носильщик взваливает его на плечо животом вниз;
- ✓ *переноска вдвоём*: один из носильщиков берёт пострадавшего под мышки, второй становится между его ног и спиной к нему, подхватывает его ноги чуть ниже колен;
- ✓ *переноска на «замке»*: для образования «замка» каждый из двух оказывающих помощь захватывает правой рукой свою левую руку у кисти, а своей левой рукой - правую руку напарника, - таким образом получается кресло, в котором переносится пострадавший.

Правила проведения сердечно-легочной реанимации

Сердечно-лёгочная реанимация - это неотложная процедура, направленная на восстановление жизнедеятельности организма и выведение его из состояния клинической смерти.



Клиническая смерть — обратимый этап умирания, переходный период между жизнью и смертью. На данном этапе прекращается деятельность сердца и дыхания, полностью исчезают все внешние признаки жизнедеятельности организма. При этом кислородное голодание не вызывает необратимых изменений в наиболее чувствительных к ней органах и системах (рисунок 19). Данный период в среднем продолжается не более 3-4 минут, максимум 5-6 минут (при исходно пониженной или нормальной температуре тела).

Искусственная вентиляция легких

Необходимость в искусственном дыхании возникает в случаях, когда дыхание отсутствует или нарушено в



такой степени, что это угрожает жизни больного.

Искусственное дыхание представляет собой замену воздуха в легких больного, осуществляющую искусственным путем с целью поддержания газообмена при невозможности или недостаточности естественного дыхания.

Искусственное дыхание может проводиться методами «*рот-в-рот*», «*рот-в-нос*», а также с помощью специального устройства «*рот-устройство-рот*». Искусственную вентиляцию легких необходимо осуществлять через марлю или носовой платок, чтобы предупредить инфицирование дыхательных путей спасающего.

Рисунок 19 - Время – решающий фактор для спасения жизни



При способе «*рот-в-рот*» необходимо:

- ✓ освободить рот и нос пострадавшего от всего содержимого;
- ✓ запрокинуть голову пострадавшего так, чтобы между подбородком и шеей образовался тупой угол;
- ✓ сделать глубокий вдох, зажать нос пострадавшего, губами плотно обхватить губы пострадавшего и произвести выдох в рот, убрать пальцы от носа;
- ✓ интервал между вдохами должен составлять 4-5 секунд.

При способе «*рот-в-нос*» необходимо:

- ✓ положить руку на лоб и запрокинуть голову пострадавшего назад;
- ✓ другой рукой захватить нижнюю челюсть и плотно прижать её к верхней челюсти, плотно закрывая рот;
- ✓ губами захватить нос пострадавшего и произвести выдох;
- ✓ положение пострадавшего, частота и глубина вдохов те же, что и при искусственном дыхании способом «рот в рот».

При правильном применении эти методы искусственного дыхания способны поддержать газообмен в лёгких пострадавшего в течение длительного времени.

Непрямой массаж сердца

Массаж сердца — механическое воздействие на сердце после его остановки с целью восстановления его деятельности и поддержания непрерывного кровотока до возобновления работы сердца. Успех, достигнутый при непрямом массаже, определяется по сужению зрачков, появлению самостоятельного пульса и дыхания. Этот массаж должен проводиться до прибытия врача, или до появления признаков смерти.

Признаками внезапной остановки сердца являются: резкая бледность, потеря сознания, исчезновение пульса на сонных артериях, прекращение дыхания или появление редких, судорожных вдохов, расширение зрачков.

Непрямой массаж сердца наиболее эффективен, когда начат немедленно после остановки сердца. Для этого необходимо:

- ✓ уложить пострадавшего на плоскую твердую поверхность – землю, пол, доску;
- ✓ встать слева или справа от пострадавшего, положить ладонь ему на грудь таким образом, чтобы основание ладони располагалось на нижнем конце грудины, а большой палец ладони был направлен либо на подбородок пострадавшего, либо на его живот (рисунок 20);
- ✓ поверх одной ладони поместить другую для усиления давления и сильными, резкими движениями, помогая себе всей тяжестью тела, осуществить быстрые ритмичные толчки с частотой один раз в секунду. Грудина при этом должна прогибаться на 3-4 см, а при широкой грудной клетке – на 5-6 см (рисунок 21);
- ✓ для облегчения притока венозной крови к сердцу, ногам пострадавшего придают возвышенное положение.

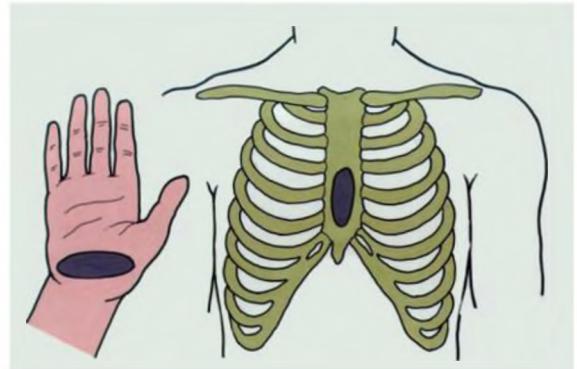


Рисунок 20 - Место соприкосновения руки и грудины при непрямом массаже сердца

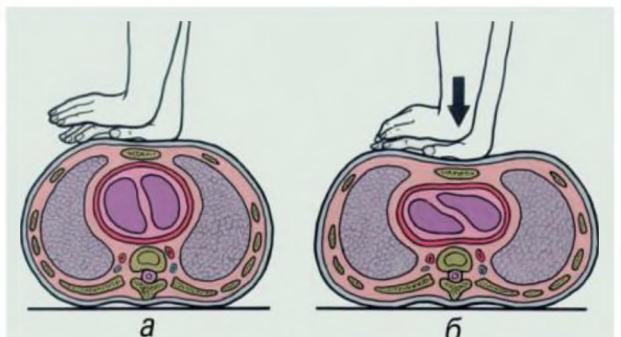


Рисунок 21 - Схема непрямого массажа сердца:
а — наложение рук на грудь; б — нажатие на грудь



Запрещается:

- ✓ проводить непрямой массаж сердца при наличии пульса на сонной артерии;
- ✓ подкладывать под плечи кирпичи, ранцы или другие плоские твердые предметы.

Первая помощь при утоплении

Утопление — смерть или терминальное состояние, возникающее в результате проникновения воды в лёгкие и дыхательные пути (рисунок 22).

Различают несколько *типов утопления*:

✓ *истинное* («мокрое»),

возникающее, когда в дыхательные пути и лёгкие попадает большое количество жидкости. Как правило, это случается с теми людьми, которые до последнего борются за жизнь. Встречается в среднем в 20% случаях;

✓ *ложное* («асфиксическое», «сухое», «спастическое»),

возникающее, когда происходит спазм голосовой щели и в результате жидкость не проникает в лёгкие. Встречается в среднем в 35% случаях;

✓ *синкопальное* («рефлекторное», «бледное»), происходящее

при рефлекторной остановке сердца из-за спазма сосудов. В этом случае потерпевший, как правило, сразу идёт на дно. Встречается в среднем в 10% случаях;

✓ *смешанное*, характеризующееся наличием признаков как

«мокрого», так и «сухого» типов. Встречается в среднем в 20% случаях.



Рисунок 22 -- При оказании помощи нельзя терять ни минуты



Рисунок 23 – Помощь при утоплении

Помощь при истинном утоплении:

✓ переверните утонувшего на живот таким образом, чтобы голова оказалась ниже уровня его таза. Ребенка можно положить животом на свое бедро (рисунок 23);

✓ введите пострадавшему два пальца в

рот и круговым движением удалите содержимое ротовой полости;

✓ после очищения полости рта резко

надавите на корень языка для провоцирования рвотного рефлекса и стимуляции дыхания - наличие или отсутствие этого рефлекса будет важнейшим тестом для определения дальнейшей тактики



В первую минуту после утопления в воде можно спасти более 90% пострадавших, через 6-7 минут – лишь около 1-3%.



Первая помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов:

- ✓ если после надавливания на корень языка вы услышали характерный звук «э» и вслед за этим последовали рвотные движения, то у пострадавшего сохранён рвотный рефлекс и он может быстро восстановиться;
- ✓ дальнейшая задача - как можно скорее и тщательнее удалить воду из лёгких и желудка: в течение 5-10 минут периодически с силой надавливайте на корень языка, пока изо рта и верхних дыхательных путей не перестанет выделяться вода;
- ✓ после удаления воды из верхних дыхательных путей, лёгких и желудка уложите потерпевшего на бок и вызовите «Скорую помощь», до прибытия которой не оставляйте утонувшего без внимания: каждую минуту может произойти внезапная остановка сердца.



Первая помощь пострадавшему без признаков жизни:

- ✓ если при надавливании на корень языка рвотный рефлекс не появляется, то переверните пострадавшего на спину, посмотрите реакцию зрачков на свет и проверьте пульсацию на сонной артерии - при их отсутствии немедленно приступите к сердечно-легочной реанимации;
- ✓ через каждые 3-4 минуты прерывайте искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца, быстро переворачивать пострадавшего на живот и с помощью салфетки удалять содержимое полости рта и носа.

Особенности оказания первой помощи при «бледном» утоплении

Сразу же после извлечения тела из воды и установления признаков клинической смерти приступите к проведению сердечно-легочной реанимации.

Необходимо помнить, что каждого пострадавшего следует обязательно показать врачу, даже в случае его отличного самочувствия после реанимации: существует опасность отёка лёгких и других тяжких последствий (например, повторной остановки сердца). Только через одну неделю можно будет с уверенностью сказать, что его жизнь вне опасности (рисунок 24).



Рисунок 24 - Безопасность на воде не бывает лишней

Первая помощь при отравлении

Отравление – патологическое состояние, возникающее при воздействии на организм химического соединения (яда), вызывающего нарушения жизненно важных функций и создающего опасность для жизни.

Отравления классифицируются:

- ✓ *по условиям попадания отравляющих веществ в организм:* ингаляционные (через дыхательные пути), пероральные (через рот), перкутанные (через кожу), инъекционные (при введении яда в вену, внутримышечно) и др.;
- ✓ *по их виду:* пищевые; лекарственные; алкогольные; отравления химией; газовые отравления; отравления от укусов животных, змей или насекомых.

Целями первой помощи при отравлении являются скорейшее выведение яда из организма и (или) его обезвреживание с помощью препаратов-антидотов.

Первая помощь при отравлении алкоголем

Признаки отравления: эмоциональная неустойчивость, нарушенная координация движений, покрасневшая кожа лица, тошнота и рвота, угнетение дыхательной функции и нарушение сознания.

Первая помощь:

- ✓ если пострадавший находится в сознании, но у него наблюдаются выраженная слабость, заторможенность, сонливость, то дать ему понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом, промыть желудок;



Для промывания желудка нужно выпить 1-1,5 л воды с добавлением пищевой соды (1 ч. л. соды на 1 л воды), после чего следует раздражать корень языка для вызывания рвотного рефлекса. Можно повторить процедуру несколько раз.



- ✓ затем его следует согреть, дать выпить крепкий чай;
- ✓ если пострадавший находится в коматозном состоянии, его необходимо уложить на живот;
- ✓ если произошла остановка дыхания и сердечной деятельности необходимо применить методы сердечно-легочной реанимации.

Первая помощь при отравлении угарным газом

Признаки отравления: потеря сознания, выраженная синюшность слизистых оболочек и лица, могут происходить зрительные и слуховые галлюцинации, сильная головная боль, головокружение, боль в груди, слезотечение, тошнота.



Первая помощь:

- ✓ вынести пострадавшего из помещения на свежий воздух, обеспечить ему удобное горизонтальное положение, освободить от стесняющей одежды;
- ✓ в случае отсутствия дыхания или его значительного ослабления - начать проведение искусственного дыхания;
- ✓ для устранения последствий вдыхания угарного газа следует растереть тело пострадавшего, приложить согревающие грелки к его ногам, дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;
- ✓ если произошло отравление легкой степени, то пострадавшему необходимо дать чай или кофе.

Помощь при отравлении уксусной кислотой

Признаки отравления: резкая боль в ротовой полости, глотке и по ходу желудочно-кишечного тракта, осипший голос, отёк дыхательных путей, синюшность кожи, удушье.

Первая помощь:

- ✓ если уксусная кислота попала в глаза - немедленно промыть их под струей проточной воды и обратиться к врачу;

- ✓ при вдыхании паров уксусной кислоты следует прополоскать горло и нос 2%-ным раствором пищевой соды, выпить теплое молоко с содой или щелочную минеральную воду;
- ✓ при попадании кислоты на кожу необходимо промыть её под струёй проточной воды (можно использовать мыло или слабый раствор щёлочи), поражённый участок кожи обработать дезинфицирующим раствором;
- ✓ при приеме уксусной кислоты внутрь необходимо срочно провести промывание желудка: необходимо использовать холодную воду, в которую можно добавить молоко или яичный белок.

Помощь при пищевых отравлениях

Признаки отравления: боли в животе, тошнота, рвота, жидкий стул, головная боль и головокружение, резкая слабость, повышение температуры тела, головная боль, ломота в теле (рисунок 25).

Первая помощь:

- ✓ вызвать рвоту и сделать промывание желудка;
- ✓ после повторения промывания нужно принять внутрь активированный уголь;
- ✓ уложить пострадавшего, согреть ноги с помощью грелок, дать обильное питье.



Рисунок 54 - Трудно застраховаться от отравления, но знать, как действовать должен каждый

Необходимо помнить, что при любом отравлении, даже если состояние потерпевшего стабилизировалось, необходимо вызвать «Скорую помощь».

Первая помощь при попадании инородных тел в ухо, глаз, горло

Первая помощь в случае попадания инородного тела в ухо

Первая помощь (рисунок 26):

- ✓ Основными симптомами и признаками наличия инородного тела в ухе являются наличие видимого предмета, боль и дискомфорт в ухе, которая может усиливаться при надавливании, ухудшение слуха с одной стороны.

✓ наклоните голову вбок, ухом вниз, чтобы попытаться сместить инородное тело;

✓ удалите инородное тело, если его хорошо видно и можно легко захватить пинцетом;

✓ если что-то мешает глубоко в ухе, то не пытайтесь удалить инородное тело ватной палочкой, спичкой, пинцетом или любым другим инструментом - тем самым можно ввести инородное тело еще глубже в ухо или повредить его;

✓ если удаление инородного тела из уха не удалось или невозможно - немедленно обратитесь за медицинской помощью.

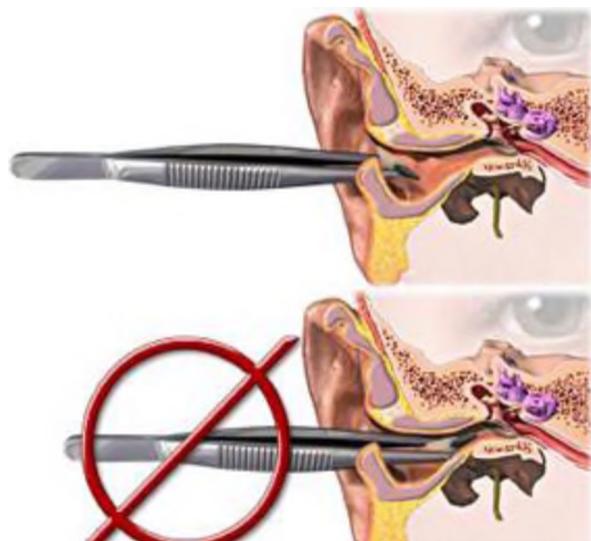


Рисунок 26 - Способ удаления инородного тела

Первая помощь при попадании инородного тела в глаз

Если вам в глаз попало инородное тело (соринка, щепка, мелкое насекомое), попробуйте удалить его промыв глаз чистой водой. Если вам не удалось удалить инородное тело из глаза самостоятельно - обратитесь за медицинской помощью.

Чтобы помочь другому человеку (рисунок 27):

✓ тщательно вымойте руки с мылом;

✓ посадите человека на хорошо освещённое место;

✓ аккуратно осмотрите глаз, чтобы найти инородное тело: оттяните нижнее веко вниз и попросите человека посмотреть вверх; затем наоборот, оттяните верхнее веко и попросите посмотреть вниз;

✓ снимите инородное тело углом чистой салфетки.

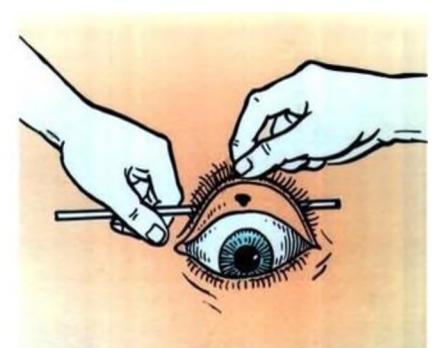
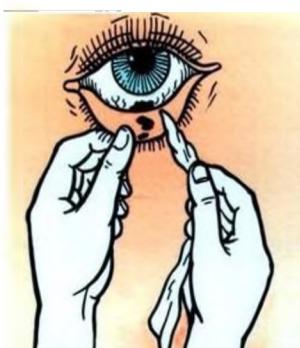


Рисунок 27 - Способ удаления инородного тела из глаза

Если вы не можете удалить инородное тело самостоятельно, если инородное тело проникло в глазное яблоко или поцарапало его, если в результате попадания инородного тела в глаз резко ухудшилось зрение, а также если поврежденный глаз покраснел, появилась боль и чувство присутствия инородного тела в глазу даже после его удаления – обратитесь за медицинской помощью.

Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути

Инородное тело, попавшее в дыхательные пути, может привести к их полной закупорке и удушению. Удушение происходит в том случае, когда пища или посторонний предмет вместо пищевода попадает в трахею.

Первая помощь (рисунок 28):

1 способ: если пострадавший в сознании, необходимо встать позади него и, попросив наклонить туловище вперед под углом 30-45°, ладонью не сильно, но резко 2-3 раза ударить его между лопатками.

2 способ:

- ✓ встаньте сзади пострадавшего;
- ✓ обхватите талию пострадавшего;
- ✓ сожмите руку в кулак;
- ✓ прижмите кулак со стороны большого пальца к средней части живота чуть выше пупка и ниже оконечности грудины пострадавшего;
- ✓ обхватите кулак ладонью другой руки;

- ✓ быстрым толчком, направленным вверх, вдавите кулак в живот пострадавшего;
- ✓ каждый толчок совершается отдельно в попытке удалить посторонний предмет.

Оказание самопомощи (рисунок 29):

- ✓ сожмите одну руку в кулак и положите себе на живот выше пупка;
- ✓ придерживая кулак другой рукой, упритесь кулаком к твёрдой поверхности (стол, скамейка);
- ✓ с силой упритесь животом на кулак, повторяя до тех пор, пока инородный предмет не выйдет.



Рисунок 28 - Прием Хеймлиха – эффективный способ помощи пострадавшему



Рисунок 29 - В случае, когда Вы находитесь одни дома и вдохнули инородное тело, используйте прием Хеймлиха

Успешность в оказании помощи пострадавшему напрямую зависит от грамотных действий оказывающего помощь. Решающим является фактор времени: чем быстрее начата помощь, тем выше вероятность оживления пострадавшего.

Первая помощь при ожогах

Ожог (термический ожог) - это повреждение тканей, вызываемое действием высокой температуры (пламя костра, кипяток). Чаще всего наблюдаются ожоги рук и ног.

Первая помощь при термических ожогах (рисунок 30):



✓ погасите охваченную пламенем одежду;
✓ удалить одежду с поверхности тела. Делать это надо очень осторожно, чтобы грубыми движениями не нарушить кожных покровов. Снимать всю одежду не рекомендуется;

✓ ожоговую поверхность необходимо охладить холодной водой. После охлаждения накройте пораженную область чистой влажной салфеткой, чтобы предотвратить попадание инфекции и облегчить боль;

✓ не прокалывайте волдыри. Если волдыри лопнули, обработайте поврежденную поверхность перекисью водорода или промойте водой с мылом и наложите стерильную повязку;
✓ соблюдая необходимую предосторожность, как можно быстрее доставьте пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.



Рисунок 30 - Первая помощь при ожоге

Первая помощь при обмороке



Рисунок 31 - Первая помощь при обмороке

Обморок – это состояние, когда человек резко бледнеет, его сердечная деятельность резко ослабевает и больной теряет сознание.

Самое главное, что нужно сделать – обеспечить приток свежего воздуха, открыв окно или вынести пострадавшего на воздух. Затем нужно освободить грудную клетку от всех сдавливающих предметов, уложить больного так, чтобы голова

была ниже туловища. Желательно приподнять ноги, чтобы усилить приток крови к голове (рисунок 31). Чтобы привести пострадавшего в сознание, нужно поднести ему к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом. Не стоит класть ему на голову холодные компрессы, за исключением обмороков вследствие солнечного или теплового удара.

Первая помощь при тепловом и солнечном ударах

Тепловой удар – перегревание организма человека в результате длительного воздействия высокой температуры. Тепловой удар человек может получить не только при жаркой погоде, но и в помещениях с повышенной температурой, таких как: баня, сауна и т.п.

Солнечный удар – разновидность теплового удара, который обусловлен прямым воздействием солнечных лучей на незащищенного человека. Зачастую, солнечный удар получают дети и подростки, которые долго находятся на солнце, и не замечают угрозы перегревания.

Признаки теплового и солнечного удара (рисунок 30): ощущение внезапной усталости, головной боли, слабости, вялости, головокружения, учащённое дыхание, возможно носовое кровотечение; шум в ушах, потемнение в глазах, тошнота, рвота; в некоторых случаях могут возникнуть: одышка, учащение сердцебиения, снижение артериального давления,



Рисунок 30 - Симптомы солнечного удара

судороги, кратковременная потеря сознания.

Основные приёмы оказания помощи при тепловом или солнечном ударах:

- ✓ немедленно вызвать врача или спасателей;
- ✓ перенести пострадавшего в прохладное место, тень;

- ✓ уложить пострадавшего на спину, приподнять его ноги с помощью валика из одежды, подложенного под голени; расстегнуть ремень, воротник, снять стесняющую одежду;
- ✓ обеспечить движение воздуха и ускоренное испарение влаги (обмахивать пострадавшего, при возможности использовать вентилятор);
- ✓ при тепловом ударе необходимо охладить пострадавшего путём обтирания полотенцами, смоченными холодной водой; прикладыванием холодных предметов к затылочной области головы; обертыванием в мокрые простыни, обливанием прохладной водой;
- ✓ если пострадавший в сознании – дать ему обильное питьё (слегка подсоленную холодную воду, холодный чай);
- ✓ если пострадавший находится без сознания - у него возможна рвота, поэтому необходимо осторожно повернуть его голову набок, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути.