

Затверджено

наказ т.в.о. директора Кам'янець-

Подільського медичного фахового коледжу

від 28 жовтня 2022 року № 137

Віктор КЛИМ



ІНСТРУКЦІЯ № 53-ОП

з охорони праці та безпеки життєдіяльності під час надзвичайних ситуацій
в Кам'янець-Подільському медичному фаховому коледжі

(обов'язкова для виконання всім працівникам та здобувачам освіти коледжу)

Ця інструкція визначає дії працівників та здобувачів освіти у разі виникнення на території коледжу та за його межами надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру, в умовах військового стану

1. Загальні положення

1.1. Інструкція розроблена на підставі вимог наказу № 557 від 15.08.2007 "Про затвердження Правил техногенної безпеки у сфері цивільного захисту на підприємствах, в організаціях, установах та на небезпечних територіях".

1.2. Працівники зобов'язані знати і виконувати положення цієї Інструкції, щоб в надзвичайній ситуації могли оцінити необхідність оперативного інформування керівництва і негайно вжити заходів з ліквідації наслідків події. Працівники повинні усвідомлювати, що особисто несуть відповідальність за своєчасне вжиття заходів щодо запобігання надзвичайних ситуацій.

1.3. Про кожний нещасний випадок або надзвичайної ситуації в коледжі потерпілий, очевидець або учасник пригоди після надання першої допомоги негайно, використовуючи всі доступні засоби зв'язку, повідомляє керівника (начальника підрозділу). Недотримання цієї вимоги може привести до погіршення стану здоров'я потерпілого через відсутність кваліфікованої медичної допомоги, а також може бути причиною несвоєчасного прийняття оперативних заходів з контролю за ситуацією, тобто з мінімізації її наслідків.

1.4. Надзвичайна ситуація - становище на певній території, що склалося в результаті аварії, небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного чи іншого лиха, які можуть спричинити або спричинили людські жертви, шкоду здоров'ю людей, навколишньому природному середовищу, та порушення умов життєдіяльності людей. Результатом надзвичайних ситуацій є заподіяна ними шкода (втрата) внаслідок впливу вражаючих та інших факторів, які супроводжують лихо, на людину, об'єкти промисловості, соціальну сферу, навколишнє природне середовище.

1.5. Надзвичайні ситуації розрізняються за характером джерела на техногенні, природні, під час воєнного стану та інші. У цій Інструкції розглянуті ситуації техногенного та природного характеру, воєнного стану, як найбільш можливі на території коледжу, а також ситуації, виникнення яких може створити загрозу життю та здоров'ю працівників, здобувачів освіти.

2. Дії працівників у разі виникнення надзвичайних ситуацій техногенного характеру

2.1. Дії у випадку виникнення пожежі, вибуху

Пожежа - неконтрольоване горіння, що заподіює матеріальний збиток, шкоду життю і здоров'ю громадян, інтересам суспільства і держави. Основні причини пожежі: несправності в електрообладнанні і мережах, порушення вимог технологічних регламентів проведення вогневих робіт, недотримання заходів пожежної безпеки (куріння, розведення відкритого вогню, застосування несправного обладнання тощо), необережне поводження з вогнем. Основні небезпечні фактори пожежі: теплове випромінювання, висока температура, отруйний вплив продуктів горіння (окис вуглецю та ін.), зниження видимості при задимленні.

Вибух - це горіння, що супроводжується звільненням великої кількості енергії в обмеженому об'ємі за короткий проміжок часу. Вибух призводить до утворення та поширенню ударної хвилі з надлишковим тиском, що надає механічний вплив на навколишні предмети. Основні вражаючі фактори вибуху: повітряна ударна хвиля і осколкові поля, утворені уламками зруйнованих об'єктів, технологічного обладнання, вибухових пристроїв.

2.1.1. При загрозі вибуху слід лягти на живіт, захищаючи голову руками, подалі від вікон, зашкленених дверей, проходів, сходів.

2.1.2. Якщо стався вибух, вжити заходів до недопущення пожежі та паніки, надати першу допомогу потерпілим.

2.1.3. Кожен працівник при виявленні осередку загоряння або ознак горіння (задимлення, запах гару, підвищення температури тощо) повинен :

- негайно повідомити про це за телефоном «101» (пожежна служба), при цьому назвати найменування об'єкта, місце пожежі, а також своє прізвище;

- вжити заходів щодо евакуації людей, гасіння пожежі та збереження матеріальних цінностей

2.1.4. Особи, уповноважені володіти, користуватися або розпоряджатися майном, керівники та посадові особи коледжу, а також особи, призначені в установленому порядку відповідальними за забезпечення пожежної безпеки, після прибуття до місця пожежі повинні:

- продублювати повідомлення про виникнення пожежі за телефоном «101», оперативно довести до відома відповідальних осіб за пожежну безпеку коледжу;
- у разі загрози життю людей негайно організувати їх порятунок, використовуючи наявні сили і засоби;
- перевірити включення в роботу автоматичних систем протипожежного захисту (оповіщення людей про пожежу, пожежогасіння, протидимного захисту);
- при необхідності, відключити електроенергію (за винятком систем протипожежного захисту), зупинити роботу систем вентиляції в аварійному і суміжних з ним приміщеннях, виконати інші заходи, що сприяють запобіганню розвитку пожежі і задимлення приміщень;
- припинити всі роботи в будівлі крім робіт, пов'язаних із заходами щодо ліквідації пожежі;
- видалити за межі небезпечної зони працівників, що не беруть участь у гасінні пожежі, евакуацію проводити відповідно з планами евакуації та інструкціями з евакуації людей з будівлі;
- здійснити загальне керівництво з гасіння пожежі до прибуття підрозділів пожежної охорони;
- забезпечити дотримання вимог безпеки працівниками, які беруть участь у гасінні пожежі;
- одночасно з гасінням пожежі організувати евакуацію і захист матеріальних цінностей;
- організувати зустріч підрозділів пожежної охорони і надати допомогу у виборі найкоротшого шляху для під'їзду до осередку загоряння;
- повідомити підрозділи пожежної охорони, що залучаються для гасіння пожежі та проведення пов'язаних з ними першочергових аварійно - рятувальних робіт, про небезпечні, вибухові, хімічнонебезпечні речовини, що зберігаються на об'єкті.

2.1.5. При евакуації: приміщення які горять і задимлені місця проходити швидко, затримавши подих, захистивши ніс і рот вологою щільною тканиною. У сильно задимленому приміщенні пересуватися поповзом або пригнувшись, в прилеглому до підлоги просторі повітря зберігається чистим довше.

2.1.6. Якщо на людині загорівся одяг, необхідно допомогти скинути його, або згасити: накинути покривало і щільно притиснути. Якщо доступ повітря обмежений, горіння швидко припиниться. Не допускати, щоб людина в палаючому одязі бігла.

2.1.7. Після прибуття пожежного підрозділу керівник коледжу, або особа яка його заміщає: інформує керівника гасіння пожежі про конструктивні і технологічні особливості об'єкта, прилеглих будівель та споруд;

повідомляє відомості, необхідні для ліквідації пожежі;

організовує залучення сил і засобів до здійснення заходів, пов'язаних із ліквідацією пожежі та попередженням її розвитку;

після ліквідації пожежі приймає рішення про подальшу експлуатацію приміщень і доводить інформацію до відома евакуйованих працівників і здобувачів освіти.

2.1.8. Вимоги щодо використання первинних засобів пожежогасіння:

Пінні вогнегасники призначені для гасіння різних речовин і матеріалів (дерево, папір, фарби та ПММ), за винятком електрообладнання, що знаходиться під напругою. Вогнегасящий склад – розчин піноутворювача;

Вуглекислотні вогнегасники призначені для гасіння загорянь різних горючих речовин, за винятком тих, горіння яких відбувається без доступу повітря, а також застосовуються для гасіння електрообладнання, що знаходиться під напругою до 1000В. Вогнегасна речовина

– двоокис вуглецю. Для приведення в дію вуглекислотних вогнегасників необхідно розтруб спрямувати на палаючий предмет, зірвати пломбу, висмикнути чеку, натиснути на важіль (або повернути маховичок вентиля вліво до відмови), направити струмінь на полум'я. Тримати вогнегасник вертикально, перевертати його не потрібно. Щоб уникнути обмороження не торкатися металевої частини розтруба оголеними частинами тіла. При гасінні електрообладнання, що знаходиться під напругою, не допускається підводити до них розтруб ближче 1 м.

Порошкові вогнегасники призначені для гасіння нафтопродуктів, загорянь на автомобільному транспорті. Для приведення в дію порошкового вогнегасника зірвати пломбу, висмикнути чеку, натиснути на пусковий важіль і направити струмінь порошку на осередок горіння через насадку.

Внутрішні пожежні крани (ПК) призначені для подачі води при гасінні твердих горючих матеріалів і горючих рідин. Внутрішній ПК вводиться в роботу двома працівниками: один прокладає рукав і тримає наготові пожежний ствол для подачі води в осередок горіння другий - перевіряє під'єднання пожежного рукава ПК і відкриває вентиль для вступу води.

Азбестове полотно, повсть (кошма) використовуються для гасіння невеликих осередків загоряння будь-яких речовин і матеріалів, горіння яких не може відбутися без доступу повітря. Осередок загоряння накривається азбестовим або повстяним полотном для припинення повітря.

Пісок застосовується для механічного збивання полум'я та ізоляції палаючого або тліючого матеріалу від доступу повітря. Подається в осередок пожежі лопатою або совком.

2.2. Дії у випадку хімічної аварії

Хімічна аварія - це порушення технологічних процесів на виробництві, пошкодження трубопроводів, ємностей, сховищ, транспортних засобів, що призводять до викиду аварійних хімічно небезпечних речовин (далі АХНР) в атмосферу в кількостях, які становлять небезпеку для життя і здоров'я людей, функціонування біосфери.

Небезпека хімічної аварії для людей і тварин полягає в порушенні нормальної життєдіяльності організму і можливості віддалених генетичних наслідків, а за певних обставин - в летальному результаті при попаданні АХНР в організм через органи дихання, шкіру, слизові оболонки, рани і разом з їжею.

2.2.1. При отриманні сигналу про хімічну аварію включити радіоприймач для отримання достовірної інформації про аварію і рекомендованих дій.

2.2.2. Закрити вікна, відключити електропобутові прилади.

2.2.3. Для захисту органів дихання використовувати ватно- марлеву пов'язку або підручні вироби з тканини, змочені у воді, 2-5% -ном розчині харчової соди (для захисту від хлору), 2 %-ном розчині лимонної або оцтової кислоти (для захисту від аміаку).

2.2.4. При неможливості покинути зону зараження щільно закрити двері, вікна, вентиляційні отвори і димоходи; щілини в них заклеїти папером або скотчем.

2.2.5. Не ховатися на перших поверхах будинків, у підвалах і напівпідвалах.

2.2.6. На залізничних і автомобільних магістралях, пов'язаних з транспортуванням АХНР, небезпечна зона встановлюється в радіусі 200 м від місця аварії. Входити в небезпечну зону забороняється.

2.2.7. При підозрі на ураження АХНР припинити будь-які фізичні навантаження, прийняти рясне пиття (молоко, чай) і негайно звернутися до лікаря.

2.2.8. Вхід в будинки дозволяється тільки після контрольної перевірки вмісту в них АХНР.

2.2.9. Утримуватися від вживання водопровідної води - до офіційного висновку про її безпеку.

2.2.10. На зараженій місцевості рухатися швидко, але не бігти, піднімаючи пил, не торкатися навколишніх предметів, не наступати на пролиту рідину або порошкоподібні розсипи невідомих речовин.

2.2.11. Виявивши краплі невідомих речовин на шкірі, одязі, взутті та засобах індивідуального захисту, зняти їх тампоном з паперу, ганчір'я або носовою хусткою.

2.2.12. Після виходу із зони зараження зняти верхній одяг і залишити його на вулиці, прийняти душ (пройти санітарну обробку), ретельно промити очі і прополоскати рот. Заражений одяг випрати (якщо неможливо - утилізувати) . Провести ретельне вологе прибирання приміщення.

2.3. Дії при загрозі радіоактивного зараження

При аваріях на АЕС, а також при ядерному вибуху утворюється радіоактивне зараження місцевості - підступний і небезпечний вражаючий фактор. Радіоактивними речовинами, заражаються повітря, місцевість, будівлі та споруди і всі предмети, що знаходяться на території, що потрапила в смугу сліду. Перебування незахищених людей і тварин на місцевості, зараженої радіоактивними речовинами, неприпустимо, тому що в цьому випадку неминуче їх ураження.

Підступність радіоактивного зараження полягає в тому, що радіоактивні речовини невидимі, не мають ніяких зовнішніх ознак, а вплив радіоактивних випромінювань на людину або тварину невідчутно, ніяких дратівливих чи больових відчуттів вони не викликають. Радіоактивні речовини можна виявити тільки за допомогою спеціальних дозиметричних приладів (індикаторів радіоактивності, рентгенометрів та ін.)

Найкращим захистом населення від радіоактивних речовин є спеціально обладнані споруди. Але при їх відсутності надійний захист можна знайти в добре обладнаному підвалі, землянці, щілини.

При отриманні інформації про радіаційну небезпеку необхідно провести наступні захисні заходи:

2.3.1. Щільно закрити вікна, двері, виключивши попадання пилу в приміщення.

2.3.2. Щодня не менше 2 -х разів проводити вологе прибирання в приміщеннях.

2.3.3. Без необхідності не виходити на вулицю, не відкривати вікна і двері.

2.3.4. В їжу використовувати тільки консервоване молоко і харчові продукти, що не зазнали радіоактивного забруднення .

2.3.5. Продукти харчування помістити в поліетиленові пакети, зробити запаси води в закритих посудинах.

2.3.6. Обладнати вхідні двері м'якими шторами, перед дверима поставити ємність з водою, постелити килимок.

2.3.7. Не можна вживати в їжу:

молоко від худоби, яка знаходилася на пасовищі в момент аварії або після неї; овочі, вирощені на відкритому ґрунті; рибу, виловлену в відкритому водоймищі;

воду з відкритого водоймища або ємності.

2.3.8. У разі пересування на відкритій місцевості необхідно використовувати підручні засоби захисту:

органів дихання - прикрити рот і ніс змоченою водою марлевою пов'язкою, носовою хусткою, рушником або будь-якою частиною одягу;

шкіри волосяного покриву - предметами одягу і головними уборами, на ноги надіти гумові чоботи.

2.3.9. Прийом йодистих препаратів забезпечить захист щитовидної залози від накопичень радіоактивного йоду. Використовувати препарати в строго рекомендованих дозах. Протягом 7 днів щодня приймати по одній таблетці (0,125 г) йодистого калію. Дітям до 2 -х років - 1 / 4 частину таблетки. Увага: вагітним жінкам та людям старше 40 років препарати йоду протипоказані!

2.4. Дії у випадку обвалення будівель, споруд

Повне або часткове раптове обвалення будівлі - це надзвичайна ситуація природного або техногенного характеру, а також виникнення цієї ситуації можливо з причини помилок, допущених на етапі проектування, внаслідок відступу від проекту при веденні будівельних

робіт, при порушенні правил монтажу, введення в експлуатацію будівлі (окремих його частин) з великими недоробками або порушенні правил експлуатації будівлі.

Причиною обвалення будівлі часто може бути вибух, як наслідок терористичного акту, неправильної експлуатації агрегатів, газопроводів, необережного поводження з вогнем, зберігання в будівлях легкозаймистих і вибухонебезпечних речовин.

Раптове обвалення будівлі призводить до виникнення пожежі, руйнування комунально - енергетичних мереж, утворення завалів, травмування та загибелі людей. Почувши вибух або виявивши, що будівля втрачає свою стійкість, треба негайно покинути її.

2.4.1. Залишаючи приміщення, спускатися сходами, а не ліфтом: він у будь-який момент може зупинитися.

2.4.2. Не панікувати, не влаштовувати тисняву в дверях при евакуації. Зупиняти тих, хто збирається стрибати з балконів (поверхів вище першого) і через засклені вікна.

2.4.3. Якщо відсутня можливість залишити будівлю, зайняти безпечне місце: прорізи капітальних внутрішніх стін, кути, утворені капітальними внутрішніми стінами, під каркасами балконів (вони захищають від падаючих предметів і уламків). Відкрити двері з приміщення, щоб забезпечити вихід.

2.4.4. Не піддаватися паніці і зберігати спокій. Триматися подалі від вікон, електроприладів.

2.4.5. Якщо виникла пожежа, негайно спробуйте загасити її. Телефон використовувати тільки для виклику представників правоохоронних органів, пожежної охорони, лікарів, рятувальників.

2.4.6. Не користуватися сірниками: існує небезпека вибуху внаслідок витoku газу.

2.4.7. Опинившись на вулиці, не стояти поблизу будівлі. Перейти на відкритий простір.

2.5. Дії у випадку перебування під завалом

2.5.1. Дихати глибоко, не піддаватися паніці, не падати духом. Зосередитися на найважливішому. Вірити: допомога прийде обов'язково.

2.5.2. По можливості надати собі першу допомогу.

2.5.3. Пристосуватися до обстановки і озирнутися, пошукати вихід. Постаратися визначити, де знаходитесь і чи немає поруч інших людей: прислухатися, подати голос.

2.5.4. Слід пам'ятати: людина здатна витримати спрагу і голод протягом тривалого часу, якщо не буде марно витрачатиме енергію.

2.5.5. Пошукати в кишенях або поблизу предмети, щоб подати світлові або звукові сигнали: ліхтарик або металеві предмети, якими можна постукати по трубі або стіні (привернути увагу рятувальників).

2.5.6. Якщо єдиним виходом є вузький лаз - протиснутися через нього. Для цього розслабити м'язи і рухатися, притиснувши лікті до тіла.

3. Дії у випадку виникнення надзвичайних ситуацій природного характеру

3.1. Дії під час заметілі та снігових заметів

Сніговий замет -це лихо, пов'язане з сильним снігопадом тривалістю більше 12год, при швидкості вітру понад 15 м / с.

Заметіль -перенесення снігу вітром у приземному шарі повітря. Розрізняють буревій, низову і загальну хуртовину. При поземці та низової хуртовини відбувається перерозподіл снігу, що випав раніше, при загальній хуртовини крім того, і випадання опадів.

3.1.1. Отримавши попередження про сильну заметіль, перейти з легких будівель в міцні будівлі; щільно закрити вікна, двері, горищні люки і вентиляційні отвори.

3.1.2. Підготуватися до можливого відключення електроенергії.

3.1.3. Підготувати інструмент для прибирання снігу, теплий одяг і взуття.

3.1.4. Під час сильної хуртовини виходити з будівлі у виняткових випадках.

3.1.5. На автомобілі можна рухатися тільки по великих дорогах і шосе. При виході з машини не відходити від неї за межі видимості. Зупинившись на дорозі, подати сигнал тривоги переривчастими гудками, підняти капот або повісити яскраву тканину на антену. Чекати допомоги в автомобілі, при цьому залишити мотор включеним, відкривши скло для забезпечення вентиляції і запобігання отруєння чадним газом.

3.2. Дії під час ожеледі (ожеледиці)

Ожеледь - це шар щільного льоду, що утворився на поверхні землі, тротуарах, проїжджій частини вулиці і предметах (дерева, дроти і т.д.) при намерзанні переохолодженого дощу і мряки (туману). Спостерігається при температурі повітря нижче 0° С. Корка льоду може досягати декількох сантиметрів.

Ожеледиця - це тонкий шар льоду на поверхні землі, що утворюється після відлиги або дощу в результаті різкого похолодання.

3.2.1. Якщо в прогнозі погоди дається повідомлення про ожеледь або ожеледицю, прийняти заходи для зниження ймовірності отримання травми:

підготувати неслизьке взуття, прикріпити на підбори металеві набійки або поролон, а на суху підошву наклеїти лейкопластир, ізоляційну стрічку або вологостійкий наждачний папір;

пересуватися обережно, не поспішаючи, наступаючи на всю підошву, при цьому ноги повинні бути злегка розслаблені, руки вільні; переміщатися по тротуарах, посипаних піском.

3.2.2. Послизнувшись, присісти, щоб знизити висоту падіння. У момент падіння постаратися згрупуватися і, перекотившись, пом'якшити удар.

3.2.3. Обледеніння проводів часто супроводжується їх урвищем. У цьому випадку особливу увагу слід звертати на проводи ліній електропередачі, контактних мереж електротранспорту. Побачивши обірвані дроти, повідомити про це керівництву.

3.2.4. При отриманні травми звертатися до пункту невідкладної медичної допомоги.

3.3. Дії під час сильної спеки, посухи

Сильна спека характеризується перевищенням середньплюсової температури навколишнього повітря на 10 і більше градусів протягом декількох днів.

Засуха - тривала і значна нестача опадів, частіше при підвищеній температурі і зниженій вологості повітря.

Небезпека полягає в перегріванні організму людини, тобто підвищення температури його тіла вище 37,1° С.

Критичний стан настає при тривалому і (або) сильному перегріванні, здатному привести до теплового удару і порушення серцевої діяльності. Симптомами перегрівання є: почервоніння шкіри, сухість слизових оболонок, сильна спрага. Можлива втрата свідомості, зупинка серця і дихання.

3.3.1. Для зниження загрози теплового удару застатися додатковими ємностями з водою.

3.3.2. Пересуватися не поспішаючи, намагатися частіше перебувати в тіні.

3.3.3. Приготувати електропобутові прилади (вентилятори, кондиціонери).

3.3.4. Носити світлий повітропроникний одяг (бажано з бавовни), головний убір.

Пам'ятати: обпалена шкіра перестає виділяти піт і охолоджуватися.

3.3.5. Не вживати пиво та інші алкогольні напої: це призводить до погіршення загального стану організму.

3.3.6. Порадитися з лікарем: чи потрібне додаткове вживання солі під час спеки.

3.3.7. При тепловому ураженні перейти в тінь, на вітер або прийняти душ, повільно випити багато води. Постаратися остудити своє тіло, щоб уникнути теплового удару.

3.3.8. У разі втрати свідомості хтось з оточуючих повинен провести реанімаційні заходи (зробити непрямий масаж серця і штучне дихання).

3.3.9. Пам'ятати: під час посухи зростає ймовірність пожеж.

3.4. Дії під час грози

Блискавка - це гігантський електричний іскровий розряд. Супроводжується сліпучим спалахом і громом.

Температура розряду блискавки доходить до 30 000° С. Дерево при ударі блискавки розщеплюється і може загорітися внаслідок внутрішнього вибуху через миттєве випаровування всієї вологи деревини.

Пряме попадання блискавки в людину, як правило, закінчується летальним результатом.

Розряд електрики проходить по шляху найменшого опору. Отже, блискавка вразить в першу чергу високий предмет: щоглу, дерево і т.п.

Для зниження небезпеки ураження блискавкою об'єктів промисловості, будівель і споруд влаштовується блискавкозахист у вигляді заземлених металевих щогл і натягнутих високо над спорудами об'єкта проводами.

3.4.1. Блискавка небезпечна, коли слідом за спалахом слід гуркіт грому. У цьому випадку вжити заходів обережності: закрити вікна, двері, димоходи та вентиляційні отвори.

3.4.2. Під час грози не підходити близько до електропроводки, блискавковідводу, водостоків з дахів, антені, не стояти поруч з вікном. По можливості вимкнути електропобутові прилади.

3.4.3. Перебуваючи на відкритому майданчику, сховатися на ділянці з низькорослою рослинністю, не ховатися поблизу високих дерев. Спуститися в низину.

3.4.4. На відкритому майданчику, за відсутності укриття (будівлі), не лягати на землю, підставляючи електричному струму все своє тіло, сісти навпочіпки, обхопивши руками ноги.

3.4.5. Під час грози негайно припинити зовнішні роботи. Металеві предмети (інструмент, пристосування, механізми і т.д.) покласти в сторону, відійти від них на відстань 20-30 метрів.

3.4.6. Перебуваючи під час грози в автомобілі, не залишати його. Закрити вікна і опустити антену радіоприймача.

3.4.7. Вимкнути мобільні телефони.

3.5. Дії у випадку урагану, бурі, штормового попередження

Ураган - це атмосферний вихор великих розмірів зі швидкістю вітру до 120 км / год, а в приземному шарі - до 200 км / год.

Буря - тривалий дуже сильний вітер зі швидкістю більше 20 м / с. Спостерігається при проходженні циклону і супроводжується хвилюванням на морі і руйнуваннями на суші.

Смерч - атмосферний вихор, що виникає в грозовій хмарі і поширюється вниз, часто до поверхні Землі у вигляді темного хмарного рукава або хобота діаметром в десятки і сотні метрів. Існує недовго, переміщаючись разом з хмарою.

Небезпека для людей при особливо небезпечних природних явищах полягає в руйнуванні дорожніх і мостових покриттів, споруд, повітряних ліній електропередачі та зв'язку, наземних трубопроводів, а також у поразці людей уламками споруд, осколками скла, що летять з великою швидкістю. Люди також можуть загинути і отримати травми у випадку повного руйнування будівель.

При пилових бурях небезпечні скупчення пилу («чорні бурі») на полях, дорогах і в населених пунктах, а також забруднення води.

Основними ознаками виникнення ураганів, бур і смерчів є: посилення швидкості вітру і різке падіння атмосферного тиску; зливові дощі і штормовий нагон води; бурхливе випадання ґрунтового пилу.

3.5.1. Після отримання сигналу про штормове попередження:
закрити вікна в приміщеннях;

звільнити підвіконня від сторонніх предметів;
перейти з легких будівель в міцні будівлі або споруди;
перебуваючи в будівлі, відійти від вікон і зайняти безпечне місце коло стін
внутрішніх приміщень, в коридорі.

3.5.2. У темний час доби при відсутності електроенергії використовувати автономні ліхтарі, лампи, свічки.

3.5.3. Перебуваючи під час урагану, бурі або смерчу на відкритій місцевості або вулицях населеного пункту:

триматися якомога далі від легких будівель, будівель, мостів, естакад, ліній електропередачі, щогл, дерев, зовнішніх рекламних щитів;

для захисту від уламків і осколків скла використовувати листи фанери, картонні та пластмасові ящики, дошки та інші підручні засоби;

не заходити до пошкоджених будівель: вони можуть обрушитися при нових поривах вітру;

укриватися на дні дорожнього кювету, в ямах, ровах, вузьких ярах, щільно притискаючись до землі, закривши голову одягом чи гілками дерев;

не залишатися в автомобілі, вийти з нього і сховатися, як зазначено вище. 3.5.4. При

пильній бурі закрити обличчя марлевою пов'язкою, хусткою, шматком тканини, а очі окулярами.

4. Дії при виникненні різних нештатних ситуацій

4.1. Дії в разі вчинення терористичного акту (вибуху)

4.1.1. негайно покинути місце події, так як поруч можуть перебувати додаткові вибухові пристрої. Вийти з будівлі на вулицю або сховатися в укритті, якщо таке є.

4.1.2. Триматися подалі, наскільки це буде можливо, від високих будівель, скляних вітрин або транспортних засобів.

4.1.3. Якщо поблизу знаходяться співробітники правоохоронних органів, слідувати їх вказівкам.

4.1.4. Якщо співробітники правоохоронних органів ще не прибули, негайно зателефонувати їм по **(102)**. Не створювати натовп і не приєднуватися до нього.

4.1.5. Володіючи інформацією, яка зможе допомогти затримати підозрюваних і визначити місцезнаходження транспортного засобу, причетного до терористичного акту, оперативно повідомити про це в правоохоронні органи.

4.2. Дії при надходженні погрози по телефону

4.2.1. Не залишати без уваги жодного подібного дзвінка .

4.2.2. Передати отриману інформацію в правоохоронні органи і директору коледжу.

4.2.3. Запам'ятати стать, вік того, хто телефонував і особливості його мови:

- голос: гучний (тихий), високий (низький);

темп мови: швидкий (повільний);

вимова: виразне, спотворене, із заїканням, шепелявість, з акцентом або діалектом;

манера мови: розв'язна, з глузуванням, з нецензурними виразами.

4.2.4. Постаратися відзначити звуковий фон (шум автомашин чи залізничного транспорту, звук теле - і радіоапаратури, голоси і т.п.).

4.2.5. Визначити характер дзвінка: міський чи міжміський.

4.2.6. Зафіксувати час початку розмови і його тривалість.

4.2.7. У ході розмови постаратися отримати відповідь на наступні питання:

куди, кому, за яким телефоном дзвонить цей чоловік;

які конкретні вимоги висуває;

висуває вимоги особисто, виступає в ролі посередника або представляє якусь групу осіб;

як і коли з ним можна зв'язатися;

кому ви можете або повинні повідомити про цей дзвінок.

4.2.8. Постаратися домогтися від того, хто дзвонить максимального проміжку часу доведення його вимог до посадових осіб або для прийняття керівництвом рішення.

4.2.9. У процесі розмови постаратися повідомити про дзвінок безпосередньому керівнику, керівництву коледжу. Якщо цього не вдалося зробити, повідомити про дзвінок негайно після закінчення розмови.

4.2.10. Не поширювати відомості про факт загрози серед працівників.

4.2.11. При наявності автоматичного визначника записати номер на папері.

4.3. Дії при надходженні загрози в письмовій або електронній формі

4.3.1. Вжити заходів до схоронності та оперативної передачі листа (записки, диска і т.д.) в правоохоронні органи і керівництву коледжу.

4.3.2. По можливості, лист (записку, диск і т.д.) покласти в чистий поліетиленовий пакет.

4.3.3. Не залишати на документі відбитки своїх пальців.

4.3.4. Якщо документ у конверті, розкривати його з лівого або правого боку, відрізаючи кромки ножицями.

4.3.5. Зберегти все: сам документ, конверт упаковку, будь-які вкладення. Нічого не викидати.

4.3.6. Не знайомити зі змістом листа (записки, диска і т.д.) інших осіб.

4.3.7. Запам'ятати обставини отримання або виявлення листа (записки, диска і т.д.).

4.3.8. На анонімних матеріалах не робити написи, підкреслювати, обводити окремі місця в тексті, писати резолюції та вказівки. Не згинати, не змінювати, не зшивати, не склеювати їх.

4.3.9. Анонімні матеріали направити до правоохоронних органів із супровідним листом, в якому вказати вид, кількість, яким способом і на чому виконані, з яких слів починається текст, наявність підпису і т.д., а також обставини виявлення чи отримання.

4.4. Дії при захопленні заручників

4.4.1. Про сформовану ситуацію негайно повідомити в правоохоронні органи і керівництву коледжу.

4.4.2. За своєю ініціативою не вступати в переговори з терористами.

4.4.3. Вжити заходів до безперешкодного проходу (проїзду) на об'єкт співробітників правоохоронних органів, автомашин «швидкої допомоги», транспорту рятувальників.

4.4.4. Надати допомогу співробітникам МВС, СБУ в отриманні інформації, яка їх цікавить.

4.4.5. Виконувати вимоги терористів, якщо це не пов'язано із заподіянням шкоди життю та здоров'ю людей. Не суперечити терористам, не ризикувати життям оточуючих і своєю власною.

4.4.6. Не допускати дій, які можуть спровокувати терористів до застосування зброї і привести до людських жертв.

4.5. Дії при виявленні вибухових пристроїв або підозрілих предметів

4.5.1. У разі виявлення підозрілих предметів у будівлі (приміщенні), на території коледжу оперативно повідомити про знахідку в правоохоронні органи і керівництву.

4.5.2. Не чіпати, не розкривати і не переміщати знахідку. Зафіксувати час її виявлення. Пам'ятати: зовнішній вигляд предмета може приховувати його справжнє призначення. В якості камуфляжу для вибухових пристроїв використовуються звичайні побутові предмети, сумки, пакети, згортки, коробки, іграшки і т.д.

4.5.3. Не вживати самостійно ніяких дій з предметами, в яких передбачається наявність вибухового пристрою: це може призвести до вибуху, численних жертв і руйнувань.

4.5.4. Не підходити до вибухових пристроїв і підозрілих предметів ближче відстані, зазначеного в таблиці.

Рекомендовані відстані видалення і оточення при виявленні вибухового пристрою або предмета, схожого на вибуховий пристрій

<i>Вибуховий пристрій або підозрілі предмети</i>	<i>Відстань</i>
Граната РГД-5	Не менше 50 м
Граната Ф-1	Не менше 200 м
Тротилова шашка масою 200г	45 м
Тротилова шашка масою 400г	55 м
Пивна банка 0,33 л	60 м
Валіза (кейс)	230 м
Дорожна валіза	350 м
Автомобіль типу «Жигулі»	460 м
Автомобіль типу «Волга»	580 м
Мікроавтобус	1240 м

4.5.5. Постаратися відвести людей якнайдалі від небезпечної знахідки.

4.5.6. Обов'язково дочекатися прибуття співробітників правоохоронних органів. Не забувати, що ви є важливим очевидцем.

4.5.7. Забезпечити можливість безперешкодного під'їзду автомашин правоохоронних органів, «швидкої допомоги», органів управління у справах цивільного захисту до місця виявлення вибухових пристроїв.

4.5.8. Перебувати на робочому місці до прибуття оперативно-слідчої групи для фіксації даних про обставини виявлення предмета.

4.5.9. При необхідності, забезпечити евакуацію.

4.6. Дії при аваріях на комунальних системах

Аварії на комунальних системах життєзабезпечення населення: електроенергетичних, каналізаційних, водопровідних і теплових - рідко супроводжуються загибеллю людей, однак вони створюють труднощі життєдіяльності, особливо в холодну пору року.

Аварії на електроенергетичних системах можуть викликати довгострокову перерву в електропостачанні споживачів, а також ураження людей електричним струмом.

Аварії на каналізаційних системах сприяють масовому викиду забруднюючих речовин та погіршення санітарно-епідеміологічної обстановки.

Аварії на теплових мережах в зимовий час року призводять до неможливості проживання населення в не опалювальних приміщеннях і його вимушеної евакуації.

4.6.1. Повідомити про будь-яку аварію на комунальних системах керівнику підрозділу, викликати аварійну службу.

4.6.2. При скачках напруги в електричній мережі, або її відключенні, негайно знеструмити всі електропобутові прилади, висмикнути вилки з розеток, щоб під час вашої відсутності при раптовому включенні електрики не сталася пожежа.

4.6.3. Не наближатися ближче 5-8 м до обірваних або провислих дротів і не торкатися до них.

4.6.4. Якщо токонесущий провід обірвався і впав поблизу, виходити із зони ураження струмом слід дрібними кроками або стрибками (тримаючи ступні ніг разом), щоб уникнути поразки кроковою напругою.

4.6.5. При зникненні у водопровідній системі води закрити всі відкриті до цього крани.

4.6.6. Для вживання використовувати наявну у продажу питну воду.

4.6.7. У разі відключення центрального опалення для обігріву приміщення використовувати електрообігрівачі тільки заводського виготовлення (НЕ саморобні). В іншому випадку висока ймовірність пожежі або виходу з ладу системи електропостачання.

4.6.8. Для збереження в приміщенні тепла заклеїти щілини у вікнах. Одягти теплий одяг і прийняти профілактичні лікарські препарати від застуди.

4.6.9. При прориві трубопроводів центрального опалення відключити електропобутові прилади (по можливості, відключити електропостачання приміщення на розподільному щиті), повідомити керівника підрозділу, зібрати необхідні документи, які можуть прийти в непридатність від контакту з водою, і вийти з приміщення до прибуття працівників аварійної служби.

4.7. Дії при аварії з витоком газу

4.7.1. Відчувши в приміщенні (будинку) запах газу, негайно поставити довідома керівника, подзвонити за телефонами «104».

4.7.2. При цьому не курити, не запалювати сірників, не вмикати і не вимикати світло і електроприлади: іскра може запалити накопичений в приміщенні газ і викликати вибух.

4.7.3. Провітрити приміщення, відкривши всі двері і вікна.

4.7.4. Покинути приміщення і не заходити в нього - до зникнення запаху газу.

4.7.5. При появі у оточуючих ознак отруєння газом винести їх на свіже повітря і покласти так, щоб голова знаходилася вище ніг. Викликати «швидку допомогу».

4.8. Дії у випадку розбивання приладів з ртутним заповненням

4.8.1. Якщо внаслідок необережного поводження з приладами (лампи, термометри та ін.) ртуть пролилася на обладнання або на підлогу приміщення, або ртуть виявлена в металобрухті, негайно припинити роботи і повідомити про подію керівництво.

4.8.2. Частина розбитих предметів і підлога приміщення повинні бути піддані демеркуризації відповідальним в підрозділі за збір, зберігання та облік відпрацьованих ртутьвмісних ламп.

4.8.3. Демеркуризація включає в себе три обов'язкових етапи:

механічне очищення від ртуті приміщення, обладнання, приладів, підлоги за допомогою совка або груши з тонким наконечником;

хімічну обробку забруднених ртуттю поверхонь; вологе прибирання приміщення.

4.8.4. До числа демеркуризаторів відносяться:

20 % -ний водний розчин хлорного заліза (приготування розчину здійснюється на холоді);

мильно-содовий розчин (4 %-ний розчин мила в 5 %-ном водному розчині соди);

0,2 % -ний водний розчин марганцевокислого калію, підкисленого соляною кислотою (5 мл кислоти, питома вага - 1,19 на 1 л розчину марганцевокислого калію).

4.8.5. Зібрана при демеркуризації ртуть здається в спеціальне тимчасове місце зберігання з подальшою задачею на спеціалізоване підприємство для утилізації. Ртуть повинна зберігатися в товстостінних скляних посудинах з щільно притертими конусними пробками, що виключають надходження парів ртуті у приміщення.

4.8.6. Демеркурізованні частини ртутьвмісних ламп видаляються з побутовими відходами. Розбиті лампи забруднюють зовнішні поверхні цілих ламп, спецодяг персоналу, тому не допускається їх спільне зберігання та збір в одну і ту ж упаковку

4.9. Дії при нападі собак

4.9.1. При нападі собаки необхідно:

спробувати зупинити нападаючу собаку гучною командою «Фу», «Сидіти», «Стояти» і т.д.;

кинути в собаку будь-який предмет, щоб виграти час; використовувати наявні аерозолі; захищатися за допомогою палиці або каменю;

при стрибку собаки - захистити горло, притиснувши підборіддя до грудей і виставивши вперед руку;

бити собаку в ніс, пах, язик.

4.9.2. Не допускається:

загравати з незнайомою собакою, навіть якщо вона здається вам доброзичливою; підходити до собаки, коли вона їсть; намагатися втекти; повертатися до собаки спиною.

4.9.3 Якщо вкусила собака, необхідно негайно звернутися в медичну організацію: собака може бути переносником гострої вірусної хвороби (сказу). Пройти повний курс лікувально - профілактичних щеплень.

5. Алгоритм дій учасників освітнього процесу в Кам'янець-Подільському медичному фаховому коледжі та за його межами за сигналами оповіщення цивільного захисту "Увага всім", "Повітряна тривога".

- Черговий лаборант у разі надходження сигналу вмикає наявну систему оповіщення коледжу (дає три коротких дзвінки).
- Викладач, який проводить заняття має миттєво сповістити здобувачів освіти (словесно) про загрозу або виникнення надзвичайної ситуації, припинити навчальне заняття та супроводити здобувачів освіти ввіреної групи до тимчасового укриття.
- Академічні групи під час Повітряної тривоги мають бути організовані для негайного пересування, мати із собою власні речі та швидко залишити кабінет (лабораторію). Під час перерви здобувачі освіти самоорганізуються для залишення кабінету (лабораторії) та руху до тимчасового укриття.
- Черговий адміністратор та черговий викладач повинні допомогти в організації та регулюванні швидкого руху до тимчасового укриття.
- Медичний працівник повинен знаходитись у відведеному для нього місці для швидкого надання медичної допомоги.
- Черговий викладач повинен знаходитись біля виходу із тимчасового укриття для здійснення контролю за порядком в укритті учасників освітнього процесу. Черговий адміністратор слідкує за евакуацією здобувачів освіти з навчальних кабінетів (лабораторій).
- Здобувачі освіти, які знаходяться на подвір'ї закладу, під час сигналу тривоги повинні рухатися під наглядом викладача або самостійно до тимчасового укриття.
- Всередині тимчасового укриття викладачі, які проводять заняття та куратори повинні забезпечити, щоб здобувачі освіти швидко та обережно зайняли свої місця. Після того як усі здобувачі освіти займуть свої місця, викладачі та куратори повинні перевірити наявність усіх здобувачів освіти згідно списку та доповісти директору або заступнику директора з навчальної роботи про чисельність здобувачів освіти ввіреної їм групи.
- Під час перебування в захисній споруді викладачі та куратори повинні провести заходи, щоб заспокоїти здобувачів освіти та всіх, хто знаходиться в ній.
- У разі травмування здобувачів освіти, викладач зобов'язаний негайно повідомити інженера з охорони праці про нещасний випадок.

- До сигналу «Відбій повітряної тривоги» співробітники коледжу та здобувачі освіти зобов'язані перебувати в укритті.

Алгоритм дій працівників гуртожитку, відповідальних осіб та здобувачів освіти, що проживають у гуртожитку за сигналами оповіщення цивільного захисту «Увага всім», «Повітряна тривога»

- Черговий гуртожитку у разі надходження сигналу тривоги миттєво сповіщає здобувачів освіти та всіх, що знаходяться у гуртожитку, про загрозу або виникнення надзвичайної ситуації, вмикає наявну систему оповіщення гуртожитку (три коротких дзвінки).
- Вихователь, викладачі, старости секцій мають скоординувати хід евакуації здобувачів освіти від житлових кімнат, навчальних аудиторій (лабораторій) до тимчасового укриття.
- Усі присутні на той час у гуртожитку без паніки мають бути організовані або самоорганізуються для негайного переміщення із житлових кімнат та інших приміщень гуртожитку в тимчасове укриття.
- Медичний працівник повинен знаходитись у відведеному для нього місці для швидкого надання медичної допомоги. Якщо на визначений момент він відсутній, його функції виконують ті, хто має відповідну медичну підготовку.
- Черговий викладач, вихователь або черговий гуртожитку повинен знаходитись біля виходу із захисної споруди для здійснення контролю за порядком укриття учасників освітнього процесу та швидкого реагування у разі, якщо виявиться, що хтось відсутній, про відсутність здобувачів освіти повідомити адміністрацію.
- Здобувачі освіти, які знаходяться на подвір'ї гуртожитку, під час сигналу тривоги повинні рухатися під наглядом викладача чи чергового або самостійно до тимчасового укриття.
- У середині укриття викладачі, які знаходяться на занятті, вихователь, черговий гуртожитку повинні забезпечити, щоб здобувачі освіти швидко та обережно зайняли свої місця. Після того, як усі здобувачі освіти займуть свої місця, відповідальний за здобувачів освіти (викладач, вихователь, черговий гуртожитку) повинен перевірити наявність усіх здобувачів освіти та про відсутність здобувачів освіти повідомити адміністрацію.
- Під час перебування в захисній споруді відповідальні особи (викладач, вихователь, черговий гуртожитку) повинні провести заходи, щоб заспокоїти здобувачів освіти та всіх, хто знаходиться в ній.
- У разі травмування здобувачів освіти, викладач, вихователь, черговий гуртожитку зобов'язаний негайно повідомити інженера з охорони праці про нещасний випадок.
- До сигналу «Відбій повітряної тривоги» співробітники коледжу та здобувачі освіти зобов'язані перебувати в укритті.

Алгоритм дій в громадському транспорті

- Водій повинен зупинити транспортний засіб у безпечному місці (на узбіччі дороги). Поінформувати пасажирів про отриманий сигнал.
- Пасажири повинні швидко, без паніки зайняти місце у найближчій захисній споруді (сховищі, підвальному приміщенні, паркінгу тощо).
- Якщо захисної споруди поблизу немає, сховатися за бетонними плитами, бордюром, лягти у заглибленнях землі, згрупуватися та закрити голову руками.

Алгоритм дій відвідувачів у торговельно-розважальних центрах та інших торговельних комплексах

- Ознайомитися з інформацією щодо дій у разі загрози або виникнення надзвичайних ситуацій під час перебування у закладі.
- Дотримуватися правил поведінки у місцях масового перебування людей.

- Уважно стежити за сигналами системи оповіщення та оголошеннями адміністрації закладу.
- Неухильно виконувати вказівки адміністрації закладу.
- У разі оголошення евакуації негайно залишити приміщення, зберігаючи спокій.
- Під час евакуації не користуватися ліфтами, спускатися сходами, прямувати визначеними маршрутами евакуації до визначених укриттів.
- Швидко, без паніки зайняти місце у найближчій захисній споруді (сховищі, підвальному приміщенні, паркінгу тощо).
- Якщо захисної споруди поблизу немає, сховатися за бетонними плитами, бордюром, лягти у заглибленнях землі, згрупуватися та закрити голову руками.
- При виникненні паніки зберігайте спокій та здатність швидко і правильно оцінювати ситуацію.
- За необхідності надати допомогу тим, хто її потребує.

6. Дії у випадку застосування агресором ядерної зброї в умовах воєнного стану

У випадку застосування ядерної зброї, використання “брудної бомби” або аварії на АЕС головне правило лишається незмінним: **почувши сирену, прямуйте в укриття.**

Увімкніть радіо, телебачення або скористайтесь інтернетом для отримання оповіщення про відповідну загрозу та про подальші дії.

Якщо ядерний вибух застав вас на вулиці

- Помітивши спалах у небі (або його відбиття від поверхонь), не дивіться в той бік. Це загрожує опіком рогівки, спалаховою сліпотою та опіком очей.
- Лягайте на землю. Використайте заглиблення або виступ (рів, канава, насип та інше), за яким можна сховатись від ударної хвилі та уламків.
- Спробуйте закрити всі відкриті частини тіла: ляжте ногами в бік вибуху, обличчям донизу, підкладіть руки під себе, щоб захистити їх від опіків та травмувань.
- По можливості, прикрийте вуха навушниками — це захист від баротравми.
- Прикрийте рот і ніс маскою, тканиною одягу або хусткою, дихайте через них. Однак ці підручні засоби не можуть повністю захистити від внутрішнього опромінення. Тому важливо якнайшвидше потрапити в укриття.
- Біжіть в укриття одразу, як з’явиться можливість звестися на ноги та коли минула вибухова хвиля від застосування ядерної зброї. Бігти в укриття треба враховуючи напрям вітру. Якщо він дме з епіцентру вибуху — пересувайтесь перпендикулярно (ліворуч або праворуч) напряму вітру. В іншому випадку — рухайтесь проти вітру.

Якщо поруч немає спеціально обладнаного сховища, найкраще підійде підвал або цокольне приміщення бетонних будівель з мінімальною кількістю вікон та дверей.

- Якщо ви перебували в зоні забруднення, перш ніж потрапити в укриття, зніміть верхній одяг. Це може усунути до 90% радіоактивного забруднення й зменшить час, протягом якого ви перебуваєте під впливом опромінення. Щоб запобігти розсіюванню радіоактивного пилу, будьте дуже обережні, знімаючи одяг, намагайтесь уникнути контакту шкіри з забрудненим одягом. Покладіть одяг в поліетиленовий пакет або герметичний контейнер. Найкращим варіантом буде переодягнутися повністю та якнайшвидше провести дезактивацію.

- Переконайтесь, що в приміщення, яке ви використовуєте як укриття, не потрапляє зовнішнє повітря. Закрийте всі вікна, двері, вентиляційні отвори, вимкніть побутові прилади (кондиціонер, обігрівач та інше). За можливості перейдіть у кімнату, де немає вікон.

- Дистанціюйтесь від інших людей у приміщенні, не торкайтесь їх. Ви можете спричинити радіоактивне забруднення одне одного.

- Приймайте їжу тільки з герметичної упаковки та бутильовану воду.

- Проведіть дезактивацію — заходи для очищення від радіаційного забруднення тіла, приміщення, поверхонь та предметів, з якими ви контактуєте.

- Для змивання радіоактивного забруднення зі шкіри та поверхонь можна використовувати водопровідну воду, якщо не було офіційних повідомлень про заборону її використання.

- Рекомендовано прийняти прохолодний душ з використанням мийних засобів. Уникайте сильного тертя шкіри, це може призвести до пошкодження шкіри та потрапляння частин радіоактивного пилу до організму. Якщо немає змоги прийняти душ, омийте всі відкриті ділянки шкіри, особливо руки й обличчя. Використовуйте мило й велику кількість води. Не тріть шкіру в місцях, де є подряпини чи рани, аби запобігти потраплянню радіоактивних частин до організму. Якщо у вас зовсім немає доступу до води, скористайтеся вологою серветкою, чистою вологою тканиною або вологим паперовим рушником. Ретельно протріть усі відкриті ділянки шкіри.

- Поверхні й предмети протріть вологою ганчіркою або серветкою. Це обов'язково, не залежно від того, яке приміщення ви використовуєте як укриття.

- За можливості одягніть чистий, щільний максимально закритий одяг, що не міг зазнати радіоактивного забруднення.

- Знайдіть джерело інформації (радіо, телевізор, інтернет). Аби не пропустити інструкції, не вимикайте радіоприймач або інший засіб зв'язку.

- Залишайтесь в укритті впродовж 24 годин, якщо органи влади не нададуть інших інструкцій щодо переміщення чи евакуації.

Якщо ядерний вибух застав вас у приміщенні

- Закрийте всі вікна, двері, вентиляційні отвори.
- Вимкніть електропобутові прилади з електромережі.
- За можливості перейдіть у кімнату, де немає вікон або спустіться в укриття.
- Залишайтесь в укритті впродовж 24 годин, якщо не буде інших інструкцій щодо переміщення чи евакуації. Аби не пропустити інструкції, не вимикайте радіоприймач або інший засіб зв'язку.

- Приймайте їжу тільки з герметичної упаковки.
- Якщо члени вашої сім'ї на момент застосування ядерної зброї були в іншому укритті, вони мають залишитись там, доки не буде дозволу покинути його.

- Тримайте своїх домашніх тварин усередині укриття.
- Пийте бутильовану воду. Не вживайте водопровідну воду до отримання відповідного повідомлення про її безпечність.

Якщо ядерний вибух застав вас у дорозі

- Помітивши спалах у небі (або його відбиття від поверхонь), не дивіться в той бік. Це загрожує опіком рогівки, спалаховою сліпотою.

- Зупиніть автомобіль на безпечній частині дороги.
- Закрийте всі вікна, двері, люки та будь-які отвори, перекрийте доступ зовнішнього повітря.

- Прийміть захисну позу (закрийте голову руками та опустіть лікті на коліна).
- По можливості, прикрийте вуха навушниками або руками — це захист від баротравми.

- Прикрийте рот і ніс маскою, тканиною одягу або хусткою, дихайте через них, поки не опинитесь в укритті: це має захистити вас від потрапляння радіоактивного пилу в організм.

- Після вибуху негайно треба знайти укриття. Головний критерій — хвилинна доступність. Якщо поруч немає спеціально обладнаного сховища, найкраще підійде підвал або цокольне приміщення бетонних будівель з мінімальною кількістю вікон та дверей.

Йодопротифілактика. Рекомендації

Важливо! Проводити йодопротифілактику можна тільки після офіційного оповіщення щодо її необхідності.

Необхідність у прийомі препарату стабільного йоду (калію йодиду) може бути як після аварії на АЕС, так і після ядерного вибуху. Але вона виправдана лише тоді, коли радіація спричинена радіоактивним йодом. В інших випадках (зокрема при застосуванні “брудних бомб”) прийом препаратів йоду заборонений і може завдати організму непоправної шкоди. Дорослим старше від 40 років або людям з порушеннями функціонування щитоподібної залози йодна профілактика зазвичай не потрібна.

Йодопрофілактика полягає в одноразовому прийомі таблетованого йодиду калію. Другий прийом передбачено в разі пролонгованого (понад 24 години) або повторного впливу, якщо людина вживала забруднену їжу та воду.

Дозування йодиду калію (таблетки) при одноразовому прийомі:

- немовлята від народження до 1 місяця – 16 мг
- діти (від 1 місяця до 3 років) – 32 мг
- діти (від 3 до 12 років) – 62,5 мг
- підлітки (від 12 до 18 років), вагітні, матері-годувальниці та дорослі (до 40 років) – 125 мг

Розробив:

Інженер з охорони праці



Тетяна МАЗУР