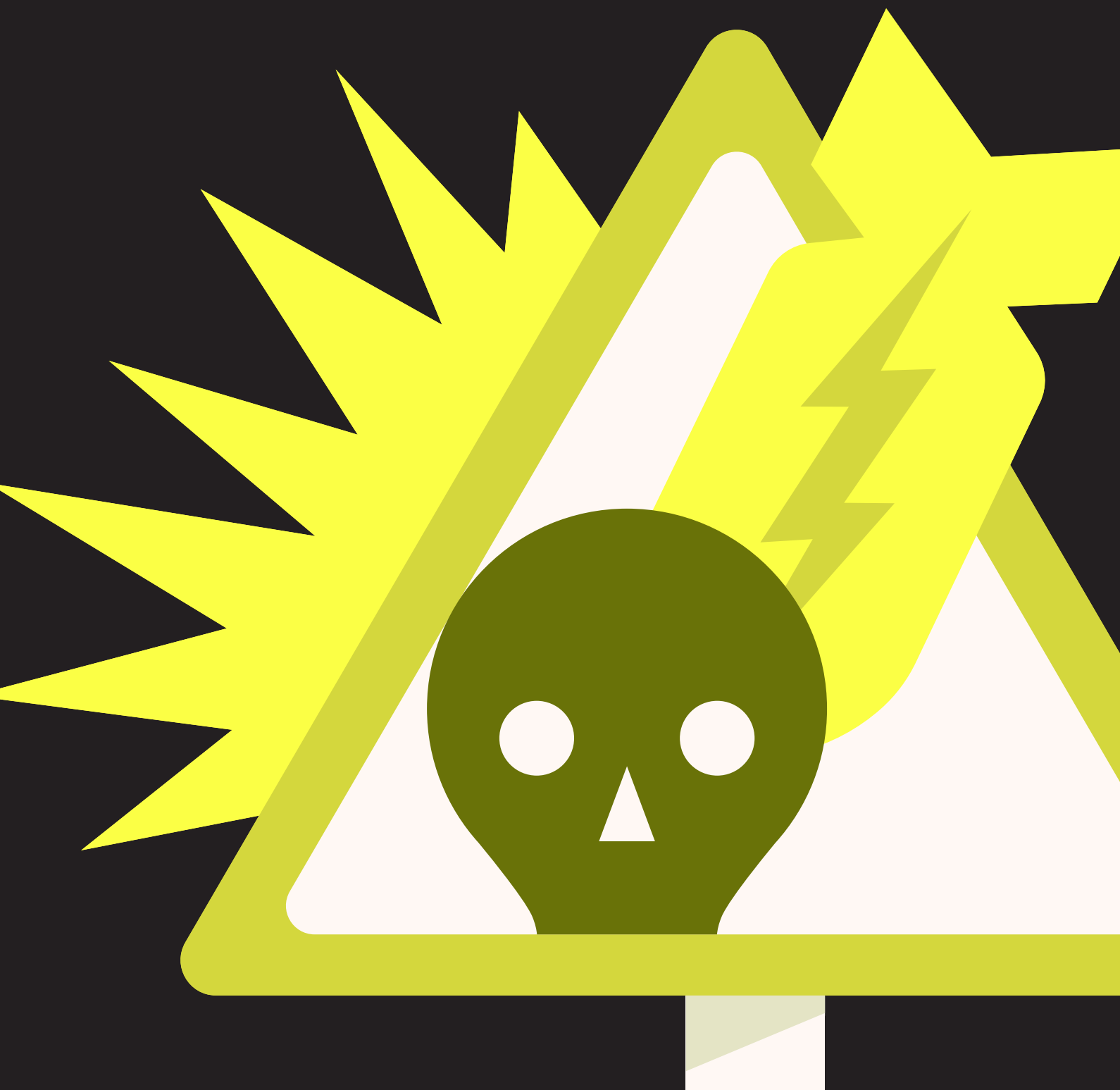





ТЕХНОГЕННА НЕБЕЗПЕКА





Під час війни зростає небезпека хімічного чи радіаційного ураження. У цьому разі не панікуйте та дотримуйтесь рекомендацій – це допоможе зменшити шкоду. І пам'ятайте: вихід є з будь-якої ситуації.

Радіаційна небезпека

- Після офіційного оповіщення про радіаційну аварію 2
- Якщо вкрай необхідно вийти з укриття 3
- Що їсти та пити 4
- Особливості йодопрофілактики 5

Хімічна небезпека







- У разі хімічної атаки або аварії на хімпідприємстві 8
- У разі евакуації 9
- Хлор vs. Аміак 9

За матеріалами Міністерства охорони здоров'я України.

Радіаційна небезпека



Після офіційного оповіщення про радіаційну аварію:

-  Зайдіть в укриття, підвал або всередину будівлі. Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівель, тому найкраще триматись якомога далі від стін і даху будівлі.
-  Заберіть всередину хатніх тварин.
-  Зачиніть та заблокуйте всі вікна та двері в приміщенні, не підходьте до них без нагальної потреби.
-  Зробіть кількадеенний запас питної води з розрахунку 3 літри на добу для однієї дорослої особи в герметичних ємностях. Продукти загорніть у плівки й покладіть у холодильник або шафу.
-  Підготуйте маску, респіратор або ватно-марлеву пов'язку для захисту органів дихання.
-  Стежте за повідомленнями ДСНС України, поліції, місцевої влади.

Якщо вкрай необхідно вийти з укриття (лише за нагальної потреби):



Користуйтеся респіратором, одягніть плащ, гумові чоботи й рукавички.



Не роздягайтеся на вулиці, не сідайте на землю, не купайтесь у відкритих водоймах, не збирайте гриби або лісові ягоди.



Після повернення додому зніміть верхній шар одягу. Так ви позбудетеся до 90 % радіоактивного матеріалу. Робіть це обережно, аби не розтрусити радіоактивний пил. Помістіть одяг у пластиковий пакет або герметичний контейнер і тримайте його подалі від людей і хатніх тварин.



Помийтеся. Якщо така можливість є, прийміть душ із милом, голову помийте шампунем. Не використовуйте кондиționери для волосся, оскільки вони можуть закріпити радіоактивний матеріал на вашому волоссі. Не тріть і намагайтеся не подряпати шкіру, аби радіоактивний матеріал не потрапив у відкриті рани.



Якщо можливості прийняти душ немає, вимийте з милом під проточною водою руки, обличчя та відкриті частини тіла. Якщо немає доступу до води, скористайтеся вологими серветками чи вологою тканиною. Особливу увагу приділіть вашим рукам та обличчю: протріть повіки, вії, вуха.



Одягніть чистий одяг.



Що їсти та пити:



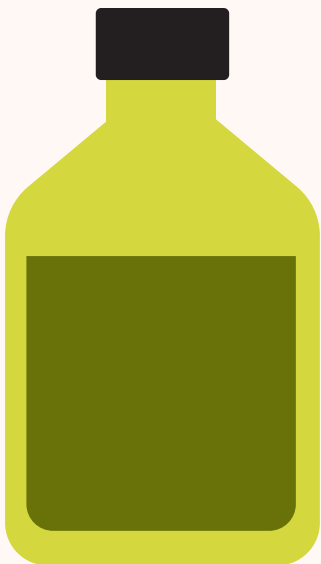
- 1** Вживайте бутельовану воду лише з перевірених джерел. Допоки рятувальники чи влада не повідомляють про безпеку водопровідної води, доти не забрудненою вважається лише вода в пляшках.
- 2** Кип'ятіння водопровідної води не позбавляє від радіоактивних речовин. Тож майте запас води в пляшках чи інших герметичних контейнерах. Напої в холодильнику теж безпечні для вживання.
- 3** Вода в інших ємностях у вашому домі, таких як унітаз або водонагрівач, не буде містити радіоактивних речовин. Водопровідну або колодезну воду можна використовувати для миття себе та продуктів.
- 4** Навіть якщо водопровідна вода забруднена, ви все одно можете використовувати її для знезараження. Будь-який радіоактивний матеріал, потрапляючи в поверхневі або підземні води, буде розбавлений водою до дуже низьких концентрацій, а відтак буде безпечним для миття шкіри, волосся та одягу.
- 5** Безпечною є їжа з герметичних контейнерів (консерви, банки, пляшки, коробки тощо) і та, що зберігалася в холодильнику або морозильній камері.
- 6** Перш ніж відкрити харчові контейнери або користуватися кухонним обладнанням, протріть їх вологою тканиною або чистим рушником. Використану тканину чи рушник покладіть у поліетиленовий пакет або герметичний контейнер і залиште в недоступному місці якомога далі від людей і тварин.

Особливості йодопрофілактики

ВАЖЛИВО!

Здійснюйте йодопрофілактику **лише після** офіційного оповіщення про радіаційну аварію та про необхідність проведення йодопрофілактики. Препарати приймайте після їжі.

Дозування препарату стабільного йоду (таблетована форма калій йодиду):



- **16** мг - діти до 1 місяця
- **32** мг - діти від 1 місяця до 3 років
- **62,5** мг - діти від 3 до 12 років
- **125** мг - підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні, матері, які годують груддю
- Старшим за 40 років йодопрофілактика **не** проводиться

Одноразове приймання препаратів йодопрофілактики забезпечує захист щитоподібної залози на 24 години. Надалі найкращим захистом є евакуація, проте якщо вона затримується чи неможлива, повторіть йодопрофілактику не раніше 24 годин із першого приймання препаратів.

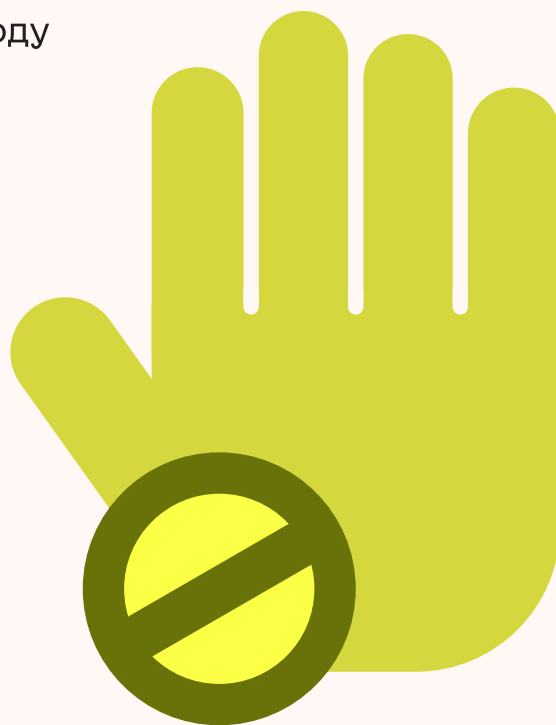



Прийняти стабільний йод (калій йодид) можна протягом 6-8 годин після очікуваного початку впливу радіації або одразу після офіційного повідомлення про необхідність йодопрофілактики.

Не розпочинайте йодопрофілактику пізніше ніж через 14 годин після впливу радіоактивних ізотопів йоду, бо це може завдати більше шкоди, ніж користі.

Протипоказання до приймання препаратів стабільного йоду:

- Наявність (тепер або в минулому) захворювань щитоподібної залози, зокрема гіпертиреозу різної природи
- Герпетиформний дерматит Дюринга
- Гіпокомплементемічний васкуліт
- Підвищена чутливість до йоду
- Геморагічний діатез
- Туберкульоз легень
- Токсична аденома
- Фурункульоз
- Кропив'янка
- Нефрит
- Нефроз
- Піодермія





Спиртовий розчин йоду та розчин Люголя **не** є рівноцінними замінами таблетованій формі калію йодиду, тож використовуються лише за нагальної потреби.

Спиртовий розчин йоду 5 %

- ✓ Дітям від 5 до 12 років по 20-22 краплі 1 раз або по 10-11 крапель 2 рази на день на 1/2 склянки молока або води.
- ✓ Дорослим і дітям від 12 років по 44 краплі (1 мл) 1 раз на день на 1/2 склянки молока або води.
- ✓ Дітям до 5 років лише 2,5 % спиртовий розчин із розрахунку 20-22 краплі 1 раз на день нанести тампоном на шкіру передпліч і гомілок у вигляді смуг.






Розчин Люголя (водний розчин, що містить 5 % йоду та 10 % йодиду калію)

- ✓ Дітям від 5 до 12 років по 10-11 крапель 1 раз або по 5-6 крапель 2 рази на день на 1/2 склянки молока або води.
- ✓ Дорослим і дітям від 12 років по 22 краплі (1 мл розчину) 1 раз на день на 1/2 склянки молока або води.
- ✓ Дітям до 5 років розчин Люголя не призначається.



Хімічна небезпека

У разі хімічної атаки або аварії на хімпідприємстві:

-  Щільно зачиніть вікна та двері, вентиляційні отвори, димоходи.
-  Заклейте щілини у вікнах папером або скотчем.
-  Увімкніть телевізор або радіо для отримання подальших вказівок.
-  Вимкніть побутові прилади та газ.
-  Попередьте близьких про небезпеку та можливу евакуацію.





У разі евакуації:

Візьміть із собою аптечку.



Одягніться так, щоби залишилось якомога менше відкритої шкіри.



Використовуйте протигази або ватно-марлеві пов'язки, змочені водою або краще 2-5 % розчинами питної соди (при ураженні хлором), оцтової або лимонної кислоти (при ураженні аміаком).



Вийдіть із приміщення, використовуючи сходи.



На вулиці не біжіть, не торкайтеся жодних предметів, не наступайте в калюжі. Нічого не їжте й не пийте.


Хлор vs. Аміак

Хлор – зеленувато-жовтий газ із різким колючим запахом, у 2,5 рази важчий за повітря. Легко накопичується в підвалах, тунелях, підземних переходах. При виході з ємностей димить.

Аміак – безбарвний газ із гострим запахом нашатирю, легший за повітря й добре горить. Вибухонебезпечний, тому в зоні осередку не курити. Димить при виході з балонів, цистерн, холодильних агрегатів.

ВАЖЛИВО!

У разі аварій із викидом хлору намагайтеся пересуватися підвищеннями, у разі викиду аміаку – низинами. Якомога швидше покиньте зону ураження, рухаючись поперек потоку повітря чи вітру.



Допоможіть нам зробити контент іще кориснішим!

Нам важливо поширювати корисну та актуальну інформацію, аби допомагати людям в Україні.

Якщо ви знаєте, як покращити цей poradnik, щоб урахувати потреби більшої кількості українців, залиште відгук.

ТИЦЬ



Залишити відгук