

Терроризм, экстремизм угроза обществу. Это должен знать каждый.

1. Терроризм, противодействие, профилактика, способы самосохранения.
2. Экстремизм, понятие, меры по противодействию.
3. Этнические конфликты, (как быть не втянутым в этнический конфликт).
4. Современные угрозы обществу (шовинизм, расизм).
5. Оказание первой медицинской помощи.

Терроризм, противодействие, профилактика, способы самосохранения

Террористическая преступность – величайшее зло, не признающее ни религиозных, ни национальных, ни государственных границ. Это определённая группа преступлений, объединённых признаками насилия в широком смысле этого слова, в целях наведения ужаса, как в отношении отдельных граждан, так и в отношении общества в целом.

Первичная подготовка граждан в области знаний правил и порядка поведения при угрозе и осуществлении террористических актов, может позволить во многих случаях избежать причинения вреда или выйти из таких ситуаций с наименьшими потерями. С учетом существования реальной опасности стать жертвой очередного террористического акта или оказаться в роли заложника, полагаем необходимым довести до граждан некоторые сведения о действиях в чрезвычайных обстоятельствах.

БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТАХ

Если вас украли, взяли в заложники:

- Не конфликтуйте с похитителями и террористами, постарайтесь установить с ними нормальные отношения.
- Не делайте резких движений. На всякое действие спрашивайте разрешение.
- При угрозе применения оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц.
- При ранении меньше двигайтесь - это уменьшит кровопотерю.
- В присутствии террористов не выражайте недовольствие, воздержитесь от крика и стонов.
- Используйте любую возможность для спасения.
- Если произошел взрыв, примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.
- Запомните приметы террористов (лица, одежду, оружие - все, что может помочь спецслужбам).
- Во время освобождения выберите место за укрытием, не высовывайтесь до окончания стрельбы, выполняйте требования работников спецслужб.

Если захватили ваш самолет (автобус):

- Не привлекайте к себе внимание террористов.
- Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.
- Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, если возможно, читайте.
- Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по

салону и не открывайте сумки без их разрешения.

- Не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.

- При попытке штурма ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до его окончания.
- После освобождения немедленно покиньте самолет (автобус): не исключены его минирование и взрыв.

При перестрелке

Вы на улице:

- сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост (автомобиль
- не лучшая защита во время перестрелки; его металл тонок, а горючее взрывоопасно);
- при первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, подземном переходе и т. д.;
- примите меры по спасению детей, прикройте их собой;
 - по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам милиции.

Вы в доме:

- немедленно отойдите от окна;
- задерните шторы (палкой, шваброй или за нижний край, сидя на корточках);
- укройте домашних в ванной комнате;
- передвигайтесь по квартире, пригнувшись или ползком.

При угрозе взрыва

Заметив подозрительные предметы, запретите окружающим прикасаться к ним и сообщите в милицию.

Находясь в помещении, опасайтесь падения штукатурки, арматуры, шкафов, полок. Держитесь в стороне от окон, зеркал, светильников. Если вы на улице - отбегите от зданий, сооружений, столбов и ЛЭП. При заблаговременном оповещении об угрозе покиньте здание, отключив электричество и газ, взяв необходимое (вещи, документы, запас продуктов и медикаментов).

Если взрыв произошел рядом с вашим домом:

- Успокойте близких. Позвоните в милицию.
- При эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости.
- Продвигаясь к выходу, не касайтесь проводов и поврежденных конструкций.
- В разрушенном или поврежденном помещении не пользуйтесь спичками, свечами, факелами и т. п.
- Действуйте в соответствии с указаниями прибывших на место взрыва спасателей, сотрудников милиции.

Признаки взрывного устройства

- Натянутая проволока, шнур.
- Провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины.
- «Бесхозные» сумка, портфель, коробка, сверток и т. п.

Паника в толпе.

Что делать?

- Сохраняйте выдержку и хладнокровие. Старайтесь не дать панике разрастись.
- Двигаясь в толпе, пропускайте вперед детей и стариков, успокаивайте обезумевших от страха людей (не исключается грубый окрик и даже пощечина). Разговаривайте внятно и громко.
- Оказавшись в давке, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, защищая бока от сдавливания, пальцы сожмите в кулаки. Попытайтесь сдерживать напор спиной.
- Помогайте подняться сбитым с ног.

- Если сбили вас, встаньте на колени и, упираясь в пол руками, резко оттолкнитесь, рывками выпрямляя тело.

В многоэтажном здании:

- не пользуйтесь лифтами, спускайтесь по лестницам;
- не поддавайтесь желанию выпрыгнуть в окно с большой высоты;
- при невозможности выйти наружу отступите в свободные коридоры и проемы и ждите помощи для себя и окружающих.

Вы в завале.

Завалило помещение:

- отключите электричество, газ, воду;
- убедитесь, что рядом нет пострадавших;
- если есть раненые, окажите им посильную помощь;
- сообщите о случившемся «наружу» по телефонам: 01, 02, 03, 04, а также голосом, громким частым стуком;
- если нет угрозы обрушения или пожара - устройтесь в относительно безопасном месте (дверном проеме в несущих стенах, ванной, рядом с массивной деревянной мебелью).

Завалило вас:

- дышите глубоко и ровно; осмотрите и осторожно ощупайте себя;
- постарайтесь остановить кровотечение (платком, ремнем, поясом перетяните, но не очень сильно, артерию на руке/ноге выше раны; «жгут» можно оставить не более чем на час);
- расчистите вокруг себя пространство. Отодвиньте твердые и острые предметы;
- отползите в безопасное место;
- придавило чем-то тяжелым руку/ногу - постарайтесь наложить «жгут» выше места сдавливания;
- если есть возможность пить - пейте любую жидкость и побольше;
- голосом и стуком привлекайте внимание людей;
- находясь глубоко под обломками здания, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т. п.) для обнаружения вас эхопеленгатором;
- не зажигайте огонь.

Иногда можно **самому выбраться из завала**. Делать это надо очень осторожно, стараясь не вызвать нового обвала. Если выбраться удалось - обязательно найдите штаб спасательных работ и зарегистрируйтесь.

Как себя вести, если вы заметили террориста-самоубийцу или попали в перестрелку?

Будьте начеку, особенно в местах с большим скоплением народа. Если вы случайно столкнулись с подозрительным человеком, обнаружили подозрительный предмет или подозрительное транспортное средство будьте готовы сообщить об этом милиционеру или позвоните в милицию.

Какие подозрительные сигналы указывают на то, что нужно бежать от террориста-самоубийцы?

1. Внешний вид.

1.1. Одежда, несоответствующая времени года под которой, как будто что-то находится.

2. Странное поведение.

2.1. Странное, неестественное поведение человека, в местах большого скопления людей, который пытается смешаться с толпой, проявляя нервозность, напряженное состояние, способствующее выделению пота.

2.2. Нерешительное, действующее на нервы бормотание.

2.3. Медленная походка, осматриваясь направо и налево, либо подозрительное перемещение бегом.

2.4. Попытки избежать встречи с сотрудниками службы безопасности.

3. Подозрительные предметы.

3.1. Чемодан, дамская сумочка через плечо, рюкзак, из которых торчат электрические

провода, переключатели, электронные приборы.

4. Подозрительное транспортное средство.

4.1. Номерные знаки кажутся "самодельными" или передние и задние знаки не совпадают.

4.2. Транспортное средство, подозрительно припаркованное на длительное время посередине площадки или на месте, не предназначенном для парковки.

Что нужно делать в случае, если вы что-то заподозрили?

1. Немедленно позвоните по телефону в милицию и сообщите оператору, как можно больше информации о подозреваемом или транспортном средстве.

2. Во время разговора с оператором попытайтесь следить за подозреваемым или транспортным средством на безопасном расстоянии.

3. Дождитесь приезда сотрудников правоохранительных органов.

Что следует делать, когда террористический акт закончился?

1. Если сотрудники правоохранительных органов все еще не приехали, немедленно позвоните по телефону в милицию.

2. Не создавайте толпу и не присоединяйтесь к ней.

3. Немедленно покиньте место происшествия: т.к. там вокруг могут находиться дополнительные взрывные устройства.

4. Освободите путь для машин служб спасения.

5. Изучите свое окружение и немедленно сообщите милиции о любых подозрениях или дополнительных взрывных устройствах;

6. Если вы располагаете какой-либо информацией, что сможет помочь арестовать подозреваемых и определить местонахождение транспортного средства, причастного к происшествию, немедленно сообщите об этом милиции.

Современные угрозы обществу (шовинизм, расизм).

Террористическая преступность нередко возникает на почве этнических конфликтов.

Этноконфликт — это особая форма социального или политического конфликта, обладающего некоторыми особенностями:

- в конфликтующих группах усматривается разделение по этническому признаку;
- стороны ищут поддержки в этнически родственной или этнически дружественной среде;
- в отдельных видах этноконфликтов этнический фактор стремится к политизации;
- новые участники солидаризируются с одной из сторон конфликта исходя из общей этнической идентичности, даже если эта позиция им не близка;
- этноконфликты чаще всего не являются ценностными и происходят вокруг тех или иных объектов и интересов групп.

Этнические конфликты могут быть «оправданы» человеконенавистническими идеологиями и учениями, например,

Шовинизм - агрессивная идеология и политика, проповедь национального превосходства. В некоторых случаях трактуется как крайняя форма национализма, проповедь национальной исключительности, противопоставление интересов одной нации интересам всех других наций, разжигание национальной вражды, чувства презрения и ненависти к другим расам и нациям.

Расизм - совокупность учений, в основе которых лежат положения о физической и психической неравноценности человеческих рас, исходя из объективных антропологических различий, и о решающем влиянии расовых различий на историю и культуру. Расизм включает идеи об изначальном разделении людей на высшие и низшие расы, из которых первые являются создателями цивилизации и призваны господствовать над вторыми. Осуществление расистских теорий на практике порой находит свое выражение в политике расовой дискриминации.

Проявление конфликтов

Хотя в основе большинства межэтнических конфликтов лежат вполне рациональные причины, основой для их возникновения является деление на «своих и чужих» по национальному признаку. Для этого не требуется непосредственного контакта между представителями тех или иных национальностей — мнение о тех или иных этносах может формироваться заочно (через средства массовой информации и др.). В России следует разделять конфликты между основным этносом и остальными народами и конфликты между местными народами. Конфликт русских с другими народами может развиваться по нескольким сценариям:

- "Местное население против русских".
- "Русские против иммигрантов". Такие конфликты возникают, как правило, в крупных русских городах России (Москва, Санкт-Петербург и т.п.), имеющих большие национальные диаспоры, и их инициаторами являются **радикально настроенные** местные жители.
- "Иммигранты против русских".

Наказание за возбуждение ненависти либо вражды, в том числе по национальному признаку

В РФ за возбуждение вражды по национальному признаку (в это понятие можно включить распространение расистской, экстремистской, сепаратистской и других подобных идеологий, а также провокации на межэтнические конфликты) [Статьей 282 УК](#) предусмотрена уголовная ответственность, в частности в размере от ста тысяч до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от одного года до двух лет, либо лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо обязательными работами на срок до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо лишением свободы на срок до двух лет.

Экстремизм, понятие, меры по противодействию

Экстремизм - приверженность крайним взглядам и, в особенности, мерам. Среди таких мер можно отметить провокацию беспорядков, гражданское неповиновение, террористические акции, методы партизанской войны. Наиболее радикально настроенные экстремисты часто отрицают в принципе какие-либо компромиссы, переговоры, соглашения. Росту экстремизма обычно способствуют: социально-экономические кризисы, резкое падение жизненного уровня основной массы населения, тоталитарный политический режим с подавлением властями оппозиции, преследованием инакомыслия.

В России юридическое определение того, какие действия считаются экстремистскими, содержится в статье 1 [Федерального Закона № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»](#). В соответствии с поправками от 29 апреля 2008 г. к экстремистской деятельности (экстремизму) относятся:

- насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации;
- публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
- пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;

- воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
- воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;
- совершение преступлений по мотивам, указанным в пункте «е» части первой статьи 63 Уголовного кодекса Российской Федерации;
- пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;
- публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;
- публичное заведомо ложное обвинение лица, занимающего государственную должность Российской Федерации или государственную должность субъекта Российской Федерации, в совершении им в период исполнения своих должностных обязанностей деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;
- организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;
- финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путём предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

Основные принципы противодействия экстремистской деятельности

Противодействие экстремистской деятельности основывается на следующих принципах:

- признание, соблюдение и защита прав и свобод человека и гражданина, а равно законных интересов организаций;
- законность;
- гласность;
- приоритет обеспечения безопасности Российской Федерации;
- приоритет мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности;
- сотрудничество государства с общественными и религиозными объединениями, иными организациями, гражданами в противодействии экстремистской деятельности;
- неотвратимость наказания за осуществление экстремистской деятельности.

Основные направления противодействия экстремистской деятельности

Противодействие экстремистской деятельности осуществляется по следующим основным направлениям:

- принятие профилактических мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности, в том числе на выявление и последующее устранение причин и условий, способствующих осуществлению экстремистской деятельности;
- выявление, предупреждение и пресечение экстремистской деятельности общественных и религиозных объединений, иных организаций, физических лиц.

В Российской Федерации вопросы противодействия экстремистской деятельности относятся к компетенции [Департамента по противодействию экстремизму МВД России](#).

Профилактика экстремистской деятельности

В целях противодействия экстремистской деятельности федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления в пределах своей компетенции в приоритетном порядке осуществляют профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские, меры, направленные на предупреждение экстремистской деятельности.

Ответственность должностных лиц, государственных и муниципальных служащих за осуществление ими экстремистской деятельности

Высказывания должностного лица, а также иного лица, состоящего на государственной или муниципальной службе, о необходимости, допустимости, возможности или желательности осуществления экстремистской деятельности, сделанные публично, либо при исполнении должностных обязанностей, либо с указанием занимаемой должности, а равно непринятие должностным лицом в соответствии с его компетенцией мер по пресечению экстремистской деятельности влечет за собой установленную законодательством Российской Федерации ответственность. Соответствующие государственные органы и вышестоящие должностные лица обязаны незамедлительно принять необходимые меры по привлечению к ответственности лиц, допустивших действия, указанные в части первой настоящей статьи.

Ответственность за осуществление экстремистской деятельности

За осуществление экстремистской деятельности граждане Российской Федерации, иностранные граждане и лица без гражданства несут уголовную, административную и гражданско-правовую ответственность в установленном законодательством РФ порядке. В целях обеспечения государственной и общественной безопасности по основаниям и в порядке, которые предусмотрены федеральным законом, лицу, участвовавшему в осуществлении экстремистской деятельности, по решению суда может быть ограничен доступ к государственной и муниципальной службе, военной службе по контракту и службе в правоохранительных органах, а также к работе в образовательных учреждениях и занятию частной детективной и охранной деятельностью.

В случае если руководитель или член руководящего органа общественного или религиозного объединения либо иной организации делает публичное заявление, призывающее к осуществлению экстремистской деятельности, без указания на то, что это его личное мнение, а равно в случае вступления в законную силу в отношении такого лица приговора суда за преступление экстремистской направленности соответствующие общественное или религиозное объединение либо иная организация обязаны в течение пяти дней со дня, когда указанное заявление было сделано, публично заявить о своем несогласии с высказываниями или действиями такого лица. Если соответствующие общественное или религиозное объединение либо иная организация такого публичного заявления не сделает, это может рассматриваться как факт, свидетельствующий о наличии в их деятельности признаков экстремизма.

В современной России сложились чересчур благоприятные условия для реализации национализма. Нацию характеризуют глубокие внутренние связи, ментальное и культурное единство ее представителей, их способность работать как сплоченная команда, вместе решать те задачи, которые не по плечу каждому в отдельности. Только сверх усилия всех членов общества позволили СССР, потерявшему половину населения, индустрии, сельскохозяйственного производства, выстоять в схватке с гитлеровской Германией. Только слаженная работа граждан разоренных Японии и Германии обеспечили этим странам возможность восстановления после сокрушительного поражения в 1945 году, а затем занять лидирующее положение в мире.

Главное, чего не хватает сейчас россиянам, - это ДОВЕРИЕ. Доверие друг другу, к государству, к бизнесу. Дистанция нашего доверия, как правило, ограничивается членами

нашей семьи. В меньшей степени – друзьями. Очень редко – коллегами по работе. Везде мы видим гигантскую разницу между прочной моралью, которой руководствуемся в своем кругу, и аморальной, не засуживающей одобрения жизнью страны и общества. Сохранились довольно высокие стандарты нравственности «для своих» - на уровне семьи, друзей, соседей. Совершенно иная ситуация за пределами этих маленьких общностей, где мы усматриваем в действиях других только коррумпированность, корыстный интерес, аморализм. Двойные стандарты – это типично для современного мира. Между тем, **доверие** – это не просто моральная ценность, **это мощная сила, на влиянии которой во многом была построена успешная российская экономика** конца 19 – начала 20 века.

ТОЛЕРАНТНОСТЬ

16 ноября 1995 года в Париже 185 государствами членами ЮНЕСКО, включая и Россию, была подписана "Декларация принципов толерантности". В ней толерантность определена как: "Уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Ей способствуют знания, открытость, общение и свобода мысли, совести и убеждений. Толерантность - это свобода в многообразии. Это не только моральный долг, но и политическая, и правовая потребность. Толерантность - это добродетель, которая делает возможным достижение мира и способствует замене культуры войны культурой мира".

Толерантность - это не только терпимость, но и ответственность, законность, торжество прав человека, которые закреплены в ст. 1,2,18 и 19 Всеобщей Декларации Прав Человека: "все люди рождаются свободными и равными в своем достоинстве и правах; каждый человек обладает всеми правами и всеми свободами, провозглашенными настоящей Декларацией, без какого бы то ни было различия, как-то: в отношении расы, цвета кожи, пола, языка, религии..."

Осуждение нарушения национальных и религиозных чувств граждан должно быть не только со стороны государства, но и общества, каждого гражданина. Государство всей своей силой понуждает к исполнению принципов толерантности, за нарушение которых предусматривается привлечение к ответственности. В России принципы толерантности изложены в статьях 13, 14, 19, 28, 29 и др. статьях Конституции РФ, а также в "Законе о свободе совести и о религиозных объединениях" и во многих др. нормативных актах РФ, в которых закреплено, что:

- все граждане РФ равны перед законом и судом независимо от своей расовой, национальной и религиозной принадлежности;
- государство гарантирует равенство прав и свобод человека и гражданина независимо от пола, расы, национальности, отношения к религии, убеждений и др. обстоятельств;
- каждому гарантируется свобода совести, мысли и слова, а также свобода вероисповедания;
- не допустимы действия, возбуждающие социальную, национальную или религиозную ненависть и вражду...

Но говорить о толерантности легко, когда дело не затрагивает лично тебя или твоих близких, легко рассуждать о необходимости достижения взаимопонимания и компромисса, об особенностях самовыражения наций и об уважении их религиозных убеждений. В этой связи невозможно не затронуть проблему скинхедов, которых в России сейчас насчитывается около 15 тысяч. Многие в качестве основной угрозы для себя видят не воров и грабителей, а молодежные группировки и хулиганов на улицах. Группировки экстремистов в настоящее время являются серьезным дестабилизирующим фактором.

Толерантность ведет к органическому единению людей во взаимном уважении и братской любви. Именно поэтому принципы толерантности необходимо соблюдать когда - бы и где - бы вы не находились.

Оказание первой медицинской помощи.

Поражения электротоком.

1. По возможности отключите источник электроэнергии.
2. Прекратите дальнейшее воздействие на пораженного электротоком: уберите с тела оголенные провода или оттащите пораженного от источника электроэнергии, используя для этого не проводящие ток предметы (сухая доска, палка, одежда, кусок стекла, резина).
3. Вызовите "скорую помощь".
4. Если пораженный не дышит, сделайте ему искусственное дыхание методом "рот в рот" и наружный массаж сердца.
5. Оказывайте первую помощь еще до прибытия врача.



Меры предосторожности при оказании помощи пораженному электрическим током.

Отравление бытовым газом, дымом.

1. Вынесите пострадавшего из загазованного места на свежий воздух, расстегните одежду, стесняющую дыхание, в помещении откройте форточки и окна для увеличения притока воздуха.
2. Вызовите "скорую помощь".
3. Уложите пострадавшего так, чтобы ноги находились выше головы, разотрите тело, дайте понюхать нашатырный спирт, тепло укройте.
4. Если у пострадавшего началась рвота, поверните его голову в сторону, чтобы он не задохнулся.
5. При остановке дыхания начинайте делать искусственное дыхание.
6. Если пострадавший в сознании, дайте ему выпить теплое молоко.

Пищевое отравление.

1. Вызовите "скорую помощь".
2. Промойте пострадавшему 2-3 раза желудок, для чего дайте выпить 3-4 стакана воды или слабого раствора марганцовки и вызовите рвоту.
3. После этого дайте активированный уголь (2-4 столовых ложки на стакан воды).
4. Напоите теплым чаем и уложите в теплую постель до прибытия врача.

Ожоги легкой и средней степени от воздействия огня и электричества.

1. Наложите стерильную повязку на пораженный участок тела.
2. Заверните пострадавшего в чистую простыню, укутайте потеплее, дайте выпить 2 таблетки анальгина с амидопирином, создайте покой.
3. Если обожжены глаза, сделайте к ним примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды - половина чайной ложки борной кислоты).
4. Не следует поливать обожженные участки тела водой.
5. Вызовите "скорую помощь".

Ожоги химическими веществами.

1. Промойте пораженный участок тела большим количеством чистой проточной воды.
2. Вызовите "скорую помощь".
3. Обработайте пораженный участок кожи нейтрализующими растворами: при ожогах щелочами - борной кислоты (на один стакан воды - одна чайная ложка борной кислоты); при ожогах кислотами - пищевой соды (на один стакан воды - одна чайная ложка пищевой соды).

Перелом (открытый, закрытый).

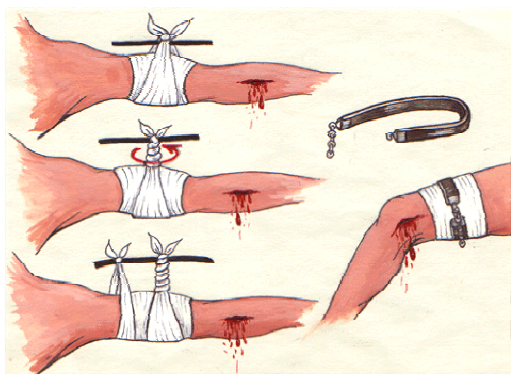
1. Остановите сильное кровотечение при открытом переломе наложением давящей повязки или жгута.
2. Примите болеутоляющее средство.

3. Вызовите "скорую помощь".
4. Разрежьте одежду в месте перелома, наложите на рану стерильную повязку.
5. Наложите шину так, чтобы суставы выше и ниже перелома были неподвижными, если нет шин, используйте доски, полосы фанеры или картона.
6. Поврежденную руку необходимо подвесить на косынку и прибинтовать к туловищу, а поврежденную ногу прибинтовать к здоровой.

Кровотечение артериальное (кровь ярко - красного цвета выбивается из раны сильной пульсирующей струей а иногда фонтаном),

АРТЕРИЮ СДАВЛИВАЮТ ВЫШЕ МЕСТА ЕЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ !

1. Вызовите "скорую помощь".
2. Наложите жгут выше места кровотечения: при кровотечении на верхней конечности жгут накладывается на верхней трети плеча; при кровотечении из артерий нижних конечностей - на средней трети бедра; жгут накладывается на приподнятую конечность, под жгут предварительно подкладывается мягкая прокладка (бинт, одежда). Если жгут резиновый - энергично растяните его, наложите несколько раз так, чтобы витки ложились вплотную один к другому и чтобы между ними не попали складки кожи. Концы жгута завяжите или скрепите с помощью цепочки. Помните! Если жгут наложен слишком туго, возможно очень тяжелое осложнение - омертвление тканей. Первый признак такой ошибки - посинение участка тела, на который наложен жгут. Для предотвращения омертвления тканей слегка ослабьте жгут или закрутку до появления на ране 1-2 капель крови и потом вновь слегка закрутите их.
3. К жгуту или закрутке прикрепите лист бумаги, где укажите время их наложения.
4. Нельзя держать жгут более 1,5 часа.
5. Для немедленной остановки кровотечения из конечностей максимально согните конечность в суставе.
6. После остановки кровотечения наложите на рану стерильную повязку.



Порядок наложения закрутки (жгута) при венозном (артериальном) кровотечении

Кровотечение венозное (цвет крови - темно- красный, похожий на вишневый, иногда даже желто-красный, венозное кровотечение по своему виду напоминает вытекание воды из родника, оно проходит без толчков).

ВЕНУ СДАВЛИВАЮТ НИЖЕ МЕСТА ЕЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ !

Приподнимите кровоточащую часть тела, наложите давящую повязку или жгут так, как было указано выше.

Внутреннее кровотечение в брюшную полость (головокружение, слабость, потеря сознания, кожные покровы бледные).

1. Вызовите "скорую помощь".
2. Немедленно уложите пострадавшего. Создайте ему покой. На живот положите пузырь со льдом или холодной водой. к ногам грелку, губы смачивайте влажным тампоном. Не давайте пить пострадавшему: при этом вода может изливаться из поврежденных внутренних органов в брюшную полость.

Обморок.

1. Положите пострадавшего так, чтобы нижние конечности были приподняты, а голова запрокинута вниз, откройте окно для обеспечения притока свежего воздуха.

2. Расстегните воротник рубашки, ремень, побрызгайте в лицо холодной водой, похлопайте по щекам, дайте понюхать нашатырного спирта.
3. Если пострадавший не приходит в сознание, проследите, чтобы его язык не впал в гортань, так как это может привести.
4. Вызовите "скорую помощь".

Утопление

1. Вынесите пострадавшего на берег.
2. Попросите находящихся поблизости людей вызвать "скорую помощь", а сами немедленно приступайте к оказанию первой доврачебной помощи.
3. Очистите рот и нос пострадавшего платком или краем рубашки от грязи и ила. Положите его животом на валик (бревно) или на колено так, чтобы голова свешивалась вниз, сильно нажимая на спину, добейтесь удаления воды из дыхательных путей и желудка.
4. После удаления воды немедленно начинайте делать искусственное дыхание "рот в рот" и непрямой массаж сердца до полного восстановления самостоятельного дыхания.
5. Одновременно кто-то из находящихся рядом людей растирает пострадавшего жестким полотенцем, смоченным спиртом, водкой или одеколоном.
6. После появления у пострадавшего самостоятельного дыхания тепло укройте его и напоите горячим чаем.



Удаление воды из дыхательных путей утопавшего.

Обморожение.

1. Поместите пострадавшего в теплую комнату, снимите с него одежду и обувь.
2. Дайте пострадавшему горячего чая или кофе, противоболевые средства (папаверин или амидопирин), средства, уменьшающие спазм сосудов (папаверин, но-шпа).
3. Оботрите обмороженный участок кожи спиртом или водкой, начинайте делать осторожный массаж, с появлением признаков восстановления кровообращения (кожа розовеет) усильте массаж.
4. При обморожении ушей, щек, носа растирайте их руками до покраснения, затем обработайте спиртом или водкой. Не растирайте обмороженные участки кожи снегом)

Внезапные роды.

1. Немедленно вызовите "скорую помощь".
2. Перед приемом родов несколько раз вымойте руки, протрите их одеколоном или спиртом. Приготовьте горячую воду, перевязочный материал, простыню и полотенце.
3. После рождения ребенка и прекращения пульсации пуповины на расстоянии 5-10 см от пупка ребенка перевяжите ее в двух местах ниткой или бинтом и между перевязанными участками рассеките ножом или ножницами. Инструмент перед тем простерилизуйте на открытом огне. Заверните ребенка в чистую простыню.

Эпилептический приступ.

1. Ни в коем случае не прерывайте насильно судороги.
2. Подложите под голову больного мягкий предмет, расстегните одежду на груди и шее, между зубами просуньте металлическую ложку, обернутую тканью, чтобы больной не прикусил язык.
3. Вызовите "скорую помощь".
4. После приступа больной засыпает, будить его нельзя.

Солнечный (тепловой) удар.

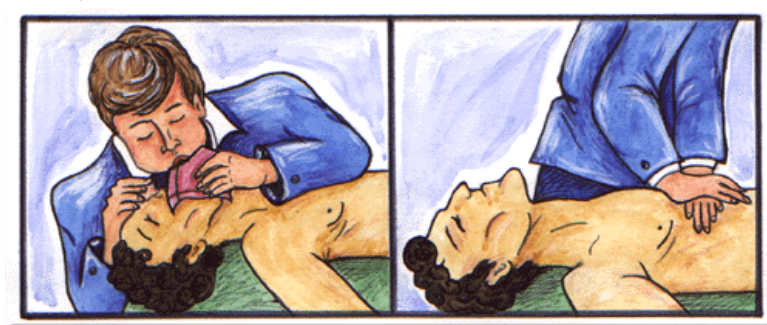
1. Уложите пострадавшего в тень и освободите шею и грудь от стесняющей одежды.
2. На голову и область сердца положите компрессы с холодной водой или обмойте голову холодной водой.
3. При остановке дыхания и сердца сделайте искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.
4. Вызовите "скорую помощь".

Укус ядовитой змеи.

1. Наложите жгут (на один час) выше места укуса.
2. Отсосите кровь из места укуса резиновой грушей, пипеткой, ртом (если здоровые зубы и нет повреждений ротовой полости), рот после этого тщательно прополощите.
3. Отправьте пострадавшего в ближайшую больницу.

Прекращение дыхания.

1. Немедленно начинайте делать искусственное дыхание. Наиболее простой способ - "рот в рот". Для этого:
 - голову спасаемого запрокиньте подложив под шею мягкий предмет (валик);
 - откройте спасаемому рот и пальцем или носовым платком освободите его от содержимого;
 - станьте сбоку, одной рукой сожмите крылья носа спасаемого, другой слегка приоткройте его рот, оттянув подбородок, на рот положите платок.
 - после глубокого вдоха плотно прижмите свои губы ко рту спасаемого и сделайте резкий выдох, но не более среднего объема человеческих легких. Цикл повторяйте в ритме нормального человеческого дыхания (15-16 вдохов в мин.).
2. При искусственном дыхании "рот в нос" (для интенсивной вентиляции легких) вдувание делайте в нос спасаемого, при этом рот его закройте ладонью или прижмите нижнюю губу к верхней большим пальцем.



А Б

Проведение искусственного дыхания (А) и непрямого массажа сердца (Б).

Остановка сердца, внезапное прекращение кровообращения.

1. Уложите спасаемого на твердую поверхность.
2. Далее действуйте так:
 - встаньте слева от спасаемого, наложите ладонь левой руки на нижнюю треть грудины на 2-3 см выше ее окончания перпендикулярно продольной оси тела;
 - на мыльную поверхность левой кисти перпендикулярно ей наложите правую ладонь;
 - ритмично, примерно 60 раз в минуту, надавливайте обеими кистями на грудину: толчок-сдавливание производите быстро, с усилием, чтобы грудина смещалась по направлению к позвоночнику на 3-4 см;
 - после прогибания в месте массажа давление прекращайте для того, чтобы грудная клетка расправилась.
3. При необходимости для большей эффективности скорейшего восстановления дыхания и кровообращения проводите одновременно искусственное дыхание и наружный не прямой массаж сердца. Для этого после пяти надавливаний на грудную клетку сделайте одно энергичное вдувание (также в среднем объеме легких).
4. При появлении пульса на сонной артерии, сужении ранее расширенных зрачков, восстановлении самостоятельного ритма сердца и дыхания искусственное дыхание и наружный массаж прекращается.

Сотрясение головного мозга. Симптомы: головная боль, головокружение, тошнота, звон в ушах, приливы крови к лицу, потливость, быстро проходящее расстройство дыхания, кратковременное учащение или наоборот замедление пульса, иногда потеря сознания, пострадавший не может вспомнить, что было с ним до получения травмы.

1. Если у пострадавшего есть рана на голове, то обработайте кожу вокруг раны спиртовым раствором йода и наложите на нее повязку.
2. Положите на голову пострадавшего пузырь со льдом, холодной водой.
3. Транспортировать пострадавшего необходимо на носилках в горизонтальном положении.
4. Вызовите " скорую помощь " для возможной госпитализации пострадавшего.

Тяжелое алкогольное отравление. Симптомы: потеря сознания, исчезновение чувствительности, судороги, бред, непроизвольное отхождение кала, мочи, от всего тела исходит резкий запах алкоголя, резкое покраснение глаз, пена изо рта, вначале сужение зрачка, потом его сильное расширение, температура тела понижена, пульс и дыхание замедлены, кожа липкая и бледная.

1. Уложите пострадавшего на живот или на бок. При укладке на спину голову поверните набок, иначе рвотные массы могут закрыть дыхательное горло, а корень языка запасть в глотку.
2. Если в полости рта есть рвотные массы, немедленно удалите их пальцами, обернутыми влажным платком.
3. До приезда "скорой помощи" промойте желудок пострадавшего, дав ему выпить в несколько приемов до 5л теплой воды, а затем вызовите рвоту. Рвоту можно вызвать раздражением корня языка и дна глотки Пальцами. Добавьте в каждый литр воды по одной чайной ложке питьевой соды.
4. Пострадавшему поставьте очистительную клизму с холодной водой.
5. Дайте понюхать вату, смоченную в нашатырном спирте, выпить горячий сладкий чай, 1 таблетку кофеина. 20 капель валокордина, корвалола или кардиомина, а под язык положите таблетку валидола или нитроглицерина.
6. При остановке дыхания и прекращения сердечной деятельности приступайте к проведению искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;

Порез, царапина, ссадина.

1. Прежде всего промойте рану струей воды, лучше кипяченой, чтобы удалить из раны частицы земли, ржавчины и т.п.
2. Затем промойте ее 3% раствором перекиси водорода, поливая из пузырька тонкой струей. Если нет перекиси водорода, можно использовать светло-розовый раствор марганцовокислого калия.
3. Кожу вокруг раны смажьте настойкой йода, а затем наложите стерильную повязку.
4. Если под рукой нет перекиси водорода, йода, марганцовки. то царапину, ссадину, порез можно смазать зубной пастой (лучше "Мятной"). Она обладает бактерицидными свойствами и , кроме того, создает защитную пленку.

Обрушившимися конструкциями у пострадавшего придавлена рука или нога. Симптомы: обширное подкожное разможнение и раздавливание тканей. Кожа синюшного цвета, холодная на ощупь.

1. Сразу после выноса из завала наложите пострадавшему жгут выше места сдавливания.
2. Чтобы конечность была зафиксирована, наложите на нее шипун немедленно направьте пострадавшего в лечебное учреждение.