

Тема № 7

Действия работников организации в условиях негативных и опасных факторов бытового характера.

Основными негативными, а зачастую и опасными факторами бытового характера можно считать:

- Опасные ситуации в местах скопления людей – на улице, в общественных местах, в транспорте.
- Аварийные ситуации в жилище – возгорание, пожар, взрыв газа, затопление помещений, отравление угарным или бытовым газом, поражение электрическим током, разрушение стен и строительных конструкций, бытовые травмы, заболевания.
- Дорожно-транспортные происшествия.
- Нарушение правил обращения с легковоспламеняющимися веществами и средствами бытовой химии.
- Несоблюдение правил использования бытовых приборов и хозяйственного инструмента.

При бытовых отравлениях.

Наиболее распространенные случаи непреднамеренного отравления:

- угарным газом;
- оксидом азота;
- другими ядовитыми газами;
- чистящими средствами, используемыми в домашнем обиходе;
- аммиаком, щелочами;
- инсектицидами и крысиным ядом и др.

Угарный газ (оксид углерода) чрезвычайно ядовит, а так как не имеет запаха и цвета, не раздражает глаза – его трудно обнаружить. В жилище, в бане источником угарного газа нередко становятся неполное сгорание топлива в печах, преждевременное закрытие печной задвижки и пожары. Отравление угарным газом является более частой причиной гибели людей при пожарах, чем огонь и высокая температура. Угарный газ поднимается вверх, и, следовательно, надо двигаться как можно ближе к полу.

Помимо угарного газа в выхлопах автомобилей содержится и скапливается вдоль автомагистралей и другой ядовитый газ – **оксид азота**. Поэтому лучше воздержаться от прогулок по улицам с интенсивным движением и закрывать окна, выходящие на улицу в часы пик.

Все товары бытовой химии рассчитаны на полную безопасность при использовании, но, если не соблюдать правила предосторожности, может случиться трагедия. Случайные отравления происходят при приеме внутрь организма, при вдыхании или всасывании через кожу. Наиболее распространены случаи отравления отбеливателями, средствами для мытья посуды, полиролями, щелочами.

В домашней аптечке, кроме бинта, ваты и йода, надо иметь марганцовку, питьевую соду, 3%-й раствор борной кислоты, 2%-й р-р уксусной кислоты,

активированный уголь. При отравлении препаратами бытовой химии необходимо немедленно вызвать врача.

При нападении собаки.

К нападающей собаке повернитесь лицом, примите боевую стойку или, если уверены в себе, бросьтесь ей навстречу, но ни в коем случае не поворачивайтесь к собаке спиной и не убегайте. Для защиты используйте палку, зонтик, камни, одновременно отступая к укрытию (забору, дому) спиной. По возможности обмотайте плащом, пиджаком предплечье и руку, а затем, выставив ее вперед, спровоцируйте собаку на укус и сильно ударьте ее по верхней челюсти, если собака сбита Вас с ног, то упадите на живот и закройте руками шею. Помните, что болевыми точками у собак являются нос, пах и язык.

Если вы укушены ядовитой змеей.

Встретившись с человеком или крупным животным, змея предпочитает ускользнуть в укрытие. Но если преградить ей дорогу, она нападет немедленно. В этом случае гадюка свернется кольцом, а потом выбросит свое тело вперед сантиметров на тридцать. Кобра перед броском предупреждает - поднимается на хвосте и шипит. В нашей природной среде в основном встречаются обыкновенные гадюки. Если вы встретите ужей, не пугайтесь – они безвредны. Научитесь различать змей. Гадюки бывают семи цветовых оттенков: красная с медным отливом, коричневая, голубая, зеленая, абсолютно черная. Типичный рисунок по спине - зигзагообразный. Голова гадюки напоминает наконечник копья, она маленькая и острая. Обратите внимание на зрачки щелевидной формы, как у кошки. У ужа зрачки абсолютно круглые. На закругленной голове есть пятна. Они могут быть от грязно-белого до кирпичного цвета.

Если Вас укусила змея, прежде всего необходимо внимательно осмотреть место укуса. Яд нужно как можно скорее удалить, до того, как он начнет действовать. Жгут в подобном случае не накладывают. Ножом аккуратно сделайте небольшой крестообразный разрез на каждой ранке. Теперь постарайтесь высосать яд. Не в коем случае не глотайте его! В течение 10 минут после укуса необходимо ввести от одной до трех ампул преднизолона в область раны. Вводите лекарство медленно и осторожно. Прижигать рану железом нельзя! После укола прикройте рану марлевой салфеткой, сложенной в несколько раз. Чтобы место укуса находилось в покое, а оставшийся яд не скапливался в лимфатическом узле и не распространялся по организму, наложите мягкую шину. Приложите снизу к поврежденной руке или ноге несколько прямых веток и аккуратно, не сдавливая рану, примотайте их бинтом. Теперь срочно доставьте раненого в больницу.

Правила безопасного поведения.

На улице

Не надевайте одежду, излишне подчеркивающую фигуру, а также дорогие украшения, если вам предстоит возвращаться домой поздно вечером.

По возможности, откажитесь от ночных прогулок.

Не «голосуйте» на дороге и не принимайте приглашения от водителей. Если вам угрожают из притормозившей рядом машины, громко закричите и бегите в сторону, противоположную движению автомашины.

Остерегайтесь любых азартных игр (даже в шахматы можно проиграть состояние) или заключения пари. Если к вам подходит цыганка и предлагает «сказать всю правду» - это мошенница.

Находясь на улице в вечернее и ночное время, не пользуйтесь плеером, иначе вы не услышите шаги приближающегося потенциального преступника.

Если показалось, что вас кто-то преследует, меняйте темп ходьбы, переходите несколько раз на противоположную сторону улицы. Если ваши подозрения подтвердились, бегите туда, где могут быть люди, или прости к освещенному месту. Если преследование продолжится, зовите на помощь. Если есть свисток, не переставая убежать, свистите. Если вас все же настигли вблизи дома, то не только зовите на помощь, но и кричите: «Пожар!», «Горим!». В случае строй опасности разбейте окно нижнего этажа. Так вы найдете среди жильцов гораздо более скорый отклик.

Всегда исходите из конкретных обстоятельств. В случае необходимости не стесняйтесь обращаться за помощью к посторонним людям: в магазинах – это продавцы, менеджеры, кассиры; в аптеках – фармацевты; в банках - охранники, банковские служащие и т.д.

В общественных местах.

Выходя из дома, запомните сумму, которой вы располагаете. Не пересчитывайте деньги в людном месте.

Будьте сдержанны и внимательны, не фамильярничайте с незнакомыми, старайтесь не привлекать к себе внимание.

В кафе, ресторане садитесь подальше от выхода, лучше спиной к стене, не располагайтесь в мало освещённых местах. Столики, расположенные рядом со стойкой, - самые безопасные.

Будьте осторожны с людьми, подсевшими за ваш столик, не ввязывайтесь в разногласия или ссоры, не пытайтесь усмирять или примирять ссорящихся людей.

Если вам надо поменять валюту, делайте это только в специально предназначенных местах. На улице, рынках очень вероятно, что вам подсунут фальшивые деньги.

Не делайте покупок с рук или у людей, вызывающих подозрение. Если товар продается намного ниже его стоимости – это или ворованная вещь, или подделка.

Не говорите посторонним, что вы хотите приобрести. Не соглашайтесь на предложение продавца пройти в подсобку, попросите вынести товар.

Прежде чем принять какое-либо предложение, проанализируйте, чем оно может для вас обернуться, доверяйте своему внутреннему чувству, а если попали в беду, обратитесь за помощью.

Если у вас много пакетов и сумок с покупками – возьмите такси. Вы переплатите какую-то сумму, зато в целости и сохранности доvezете вещи домой.

Старайтесь не посещать в одиночку общественный туалет (это «странное» правило имеет свое объяснение: общественные туалеты, к сожалению, не являются безопасным местом, и это хорошо обыграно во многих фильмах – разбойные нападения, сексуальное насилие или домогательства).

Если вы попали в толпу (демонстрация, митинг), всегда старайтесь выбраться из её центральной части: толпа непредсказуема, и если все побегут, то вас могут

сбить с ног и попросту раздавить. Если вам не удастся выбраться из толпы, попытайтесь при помощи выставленных вперед локтей создать для себя «жизненное пространство», чтобы имелась возможность дышать.

Пожар в доме.

Если вы обошли свою квартиру и не обнаружили источник дыма, выйдите на лестничную клетку и осмотритесь. Вам надо определить, сможете ли вы покинуть дом. В случае, если вы отрезаны огнем от выхода, не пытайтесь воспользоваться лифтом. При пожаре лифт всегда отключается.

Вернитесь в квартиру и немедленно позвоните по телефону “01”. Сообщите причину вызова пожарных, свой точный адрес, телефон, код подъезда, удобную дорогу к дому.

Теперь позаботьтесь о своей безопасности. Ваша задача - предотвратить попадание дыма в квартиру. Возьмите старую ветошь, разорвите ее на полоски и намочите водой. Ножом или отверткой аккуратно заправьте скрученные жгутом полосы в щели между дверью и косяком.

При нападении преступника.

Если на вас напали, и Вы заведомо слабее преступника, то бегите. При неизбежности столкновения привлечите внимание прохожих и ближайших жителей призывом о помощи. При попытке вооруженного ограбления, без всякого сопротивления расстаньтесь с деньгами и прочими ценностями.

Если Вам угрожают убийством или изнасилованием, то попытайтесь вывести нападающего из строя, действуя смело, решительно и неожиданно, с максимально возможной силой. Отвлеките внимание нападающего, после чего быстро ударьте его в уязвимые места: рукой по ушам, в нос, под подбородок или ногой (стопой, коленом) по голени, колену, в пах. Смотрите преступнику прямо в глаза, чтобы не выдать место планируемого удара.

В качестве оружия самозащиты применяйте любой имеющийся предмет: горящую сигарету, ручку или карандаш, связку ключей, песок, туфли с каблук-шпилькой, зонтик, палку, разбитую бутылку, камень.

Если на вас напали сзади, обхватив шею руками, ударьте противника локтем в солнечное сплетение (живот) или ногой по голени, ступне.

Если на Вас напали спереди, ткните распрямленными пальцами руки в глаза или в горло нападающего.

Правила поведения на воде.

За год на нашей планете в кораблекрушениях гибнут в среднем около двух тысяч человек. А непосредственной опасности подвергаются примерно 6 тысяч человек. Сама по себе вода не представляет опасности. Важно только правильно уметь рассчитать свои силы. Часто причиной утопления является вдох при неожиданном попадании воды в лицо. Надувные матрасы не предназначены для передвижений по воде. Если в силу обстоятельств вы оказались в холодной воде, примите оптимальную для согревания позу. Вам нужно как можно сильнее сжаться, уменьшив, таким образом площадь соприкосновения тела с водой.

Если у вас сводит ноги, воспользуйтесь булавкой или просто ущипните икроножную мышцу. Если и это не помогает, используйте еще один известный

прием: крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите ее. Теперь вы можете, не спеша доплыть до берега.

Тем людям, которые не уверены в своих силах, рекомендуем брать с собой в воду полиэтиленовый пакет. Его можно наполнить воздухом и положить под подбородок. Этот способ поможет вам удержаться на поверхности и спокойно добраться до берега.

Если вы оказались в воде полностью одетым, в первую очередь избавьтесь от тяжелых вещей. Для того, чтобы удержаться на поверхности, не обязательно активно двигать руками и ногами. Некоторые предметы туалета можно использовать в качестве плавсредств. Например, сапоги, перевернутые вверх, сумку из непромокаемой ткани и другие вещи, которые легче воды. Импровизированный спасательный круг делается даже из обыкновенных брюк. Снимите их и завяжите узлом штанины. После чего заполните воздухом получившийся мешок. Таким образом, вы увеличите свою плавучесть.

Бывают случаи, когда в воде оказывается группа людей. Основное правило в подобной ситуации - помогать и поддерживать друг друга. Соберитесь в круг и подожмите ноги.

Паника - основная причина всякого рода бед. Не суетитесь и подумайте, какие предметы помогут вам более уверенно держаться на воде.

Правила поведения в природных условиях.

Благоприятный исход автономного существования зависит от многих причин: физического и психологического состояния, запасов пищи, эффективности снаряжения. Неожиданно оказавшись в сложной ситуации наедине с природой, необходимо оценить обстановку и принять решение на спланированные действия. К первоочередным заботам относятся: оказание первой помощи или самопомощи, спасение необходимого снаряжения, имущества и запасов продуктов. В дальнейшем осуществляется подача сигналов бедствия или устанавливается радиосвязь, подготавливается временное укрытие, добывается пища и вода, производится ориентирование, поиск маршрутов и выход в населенную местность. Шансы на выживание зависят от следующих факторов: желания выжить, умения применять знания, уверенности в знании местности, рассудительности и инициативности, дисциплинированности, способности анализировать и учитывать свои ошибки.

Выжить – значит решить три важнейшие задачи:

- суметь укрыться от холода, жары и ветра, защитить организм от переохлаждения или перегрева в зависимости от местности и погодных условий.
- сразу установить дневную норму расхода воды, а неприкосновенный запас оставить на крайний случай. Необходимо также принять меры для нахождения источников воды.
- составить пищевой рацион и убедиться, что имеется достаточное количество воды для приготовления пищи.

Если вы заблудились и вынуждены ночевать в лесу.

Если Вы заблудились в лесу, постарайтесь выйти на поляну или любую открытую местность. Пользуйтесь природными ориентирами: северная сторона дерева покрыта лишайниками и мхами, а на южной - всегда больше ветвей, листва

более густая. Если погода солнечная, можно определить направление на юг по наручным часам. Для этого часовую стрелку надо направить на солнце. Угол между часовой стрелкой и цифрой "1" на циферблате разделите пополам лезвием ножа, которое и укажет направление на юг.

Если Вы вынуждены зимой заночевать вдали от населенного пункта, необходимо построить хижину. Лучшим местом для нее будет склон оврага или реки.

Вытопчите в снегу яму, возьмите свои лыжи и лыжи своих спутников и воткните их в снег, образуя каркас хижины. Закругленные концы лыж наклоните внутрь и как можно крепче свяжите шнурком или веревкой. Затем из твердого снега или наста нарежьте снежные кирпичи. Самые большие уложите в основание пирамиды - с высотой размер кирпичей надо уменьшить. Укладывайте их с небольшим наклоном внутрь. Затем заделайте щели снегом, настелите пол из веток или камыша.

Если Вы организуете кострище, то делайте это на открытой поляне вдалеке от корней близстоящих деревьев. Вертикально подрежьте дерн до почвы по окружности будущей границы костра. Толщина дернового покрова может достигать восьми сантиметров. Разрежьте образовавшуюся внутреннюю часть дерна на восемь равных частей по диаметру. Аккуратно подрежьте каждую часть и перевернув уложите по периметру кострища. Теперь, начните розжиг костра с мелких ветвей.

Одним из наиболее заметных и политически важных видов поведения является **паника** – эмоциональное состояние, возникающее как следствие либо дефицита информации о какой-то пугающей или непонятной ситуации, либо, напротив, как следствие её избытка и проявляющееся в импульсивных действиях. Соответственно, на основе паники возникают панические толпы со специфическим поведением. В общепринятом смысле под «паникой» как раз и понимают массовое паническое поведение.

Те, кто утверждают, что не имеют чувства страха, прежде всего обманывают самих себя. Ощущение страха, появляющееся в момент опасности у человека - естественное чувство. Это срабатывает инстинкт самосохранения - сигнал тревоги в опасной ситуации. Страх мобилизует физические силы, ускоряет работу мозга, концентрирует внимание, помогает выходить из тупиковой ситуации.

Возникновение и развитие паники в большинстве случаев связано с действием шокирующего стимула, отличающегося чем-то заведомо необычным (например, сирена, возвещающая начало воздушной тревоги). Частым поводом для паники являются слухи.

Для того, чтобы привести к настоящей панике, стимул должен быть либо достаточно интенсивным, либо длительным, либо повторяющимся (взрыв, сирена, серия гудков ит.п.). Он должен привлекать к себе сосредоточенное внимание и вызывать реакцию подчас неосознанного, животного страха.

Первый этап реакции на такой стимул – потрясение, восприятие ситуации как кризисной и даже безысходной.

Второй этап реакции – замешательство и индивидуальные беспорядочные попытки как-то понять произошедшее событие. Когда необходимость быстрого

понимания ситуации становится острой и требует немедленных действий, именно это ощущение остроты часто мешает логическому осмыслению происходящего и вызывает страх. Первоначально страх обычно сопровождается криком, плачем, двигательной ажитацией. Если этот страх не будет быстро подавлен, то развивается третий этап. На этом этапе страх одних отражается другими, что в свою очередь еще больше усиливает страх первых. Завершается все это действиями, которые представляются людям, охваченным паникой, спасительными. Хотя на деле они могут совсем не вести к спасению: это этап «хватания за соломинку», и в итоге все равно оборачивающийся паническим бегством.

Противодействовать панике чрезвычайно трудно, справиться с этим может человек очень известный и уважаемый, придерживающийся твердой линии поведения, умеющий разговаривать с толпой и внушать уважение. Средства борьбы с паникой разнообразны: это и убеждение (если есть время), категорический приказ, объяснение ложной опасности, использование силы, устранение (изоляция) наиболее злобных паникеров.

Убеждение (если есть время), категорический приказ, объяснение несущественности опасности или же использование силы и даже устранение наиболее злобных паникеров. Остановить толпу, которая впадает в панику, значительно легче при своевременной изоляции паникеров, а также уменьшая группу насколько это возможно; перегораживать дорогу толпе, которая движется, гораздо труднее, так как сзади давят на идущих впереди. Когда страх становится постоянным состоянием, он превращается в подлость. Как преодолеть эти трудности? Человек должен верить во что-то высшее, или в себя самого, или в правоту того, что он делает. Мотивация собственных поступков должна быть сильным импульсом, который помогает преодолевать трудности. Опыт, предыдущие испытания, прожитая жизнь могут придать силы человеку. Для выживания необходимо быть всегда психологически подготовленным. Такой человек находится в лучших условиях, и с ним не случится ничего плохого.

В чрезвычайной обстановке важно, чтобы вы были в состоянии:

- принимать быстрые решения;
 - уметь импровизировать;
 - постоянно и непрерывно контролировать самого себя;
 - уметь различать опасность;
 - уметь распознавать людей;
 - быть независимым и самостоятельным;
 - быть твердым и решительным, когда потребуется, но уметь подчиняться, если необходимо;
 - определять и знать свои возможности и не падать духом;
- в любой ситуации пытаться найти выход.