

Тема № 9: «Действия населения в условиях негативных и опасных факторов бытового характера».

Учебно-воспитательные цели - Ознакомить слушателей с правилами поведения по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, при пожаре, аварии на общественном транспорте, ДТП, на воде, бытовых отравлениях, укусе животными.

Время: 2 часа.

УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

№ п/п	Наименование учебных вопросов	Время (мин.)
	Вводная часть	5
1.	Возможные негативные факторы бытового характера.	30
2.	Правила действия по обеспечению безопасности населения в условиях негативных и опасных факторов бытового характера.	50
	Заключительная часть	3

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Прогресс и социальное развитие цивилизации несут относительное повышение благосостояния в такой ячейке общества, как семья. Одновременно это ведет к нарастанию воздействия на человека негативных последствий жилой (бытовой) сферы. Чем сложнее становится система, обеспечивающая жизнь человека, тем выше вероятность появления нарушений в её работе. Безопасность существования человека в бытовой сфере – многоуровневый процесс, на который влияют различные факторы.

В повседневной жизни человека окружают множество приборов, приспособлений, машин без которых невозможно представить его существование в доме, квартире и за её пределами.

Бытовая сфера тесно связана с другими элементами городской инфраструктуры – транспортом, культурно-зрелищными заведениями, учреждениями здравоохранения, торговыми объектами и другими. Процесс урбанизации городов и мегаполисов необратим и будет продолжаться. Порожденные этим явлением изменения в бытовой сфере будут в значительной степени обуславливать негативные сдвиги для здоровья человека.

Таким образом, оценивая растущую опасность влияния негативных факторов бытовой среды на жизнедеятельность человека, необходимо формировать в сознании людей потребность в знаниях по профилактике и защите от этого рода опасностей, прививать культуру разумного и

безопасного использования современных достижений науки и техники в бытовой сфере.

Первый учебный вопрос.

Возможные негативные факторы бытового характера.

Жилая (бытовая) сфера – это совокупность условий и факторов, позволяющих человеку на территории проживания осуществлять не производственную деятельность

Для бытовой (жилой) сферы характерны:

- искусственность, поскольку определяющую роль в создании бытовой сферы имеет целенаправленная деятельность человека;
- расширение числа потребностей человека, которые удовлетворяются в данной сфере (культурное развитие, общение, развлечение, оздоровительный и спортивный отдых, личный транспорт, домашние животные, загородный дом и т. д.);
- создание новых коммуникаций, насыщения жилья электробытовыми приборами для удовлетворения современных и будущих потребностей;
- непрерывная изменчивость среды, её динамизм, порождающий новые проблемы.

Жилую сферу в современном виде можно представить в виде взаимосвязанных уровней (иерархического дерева) разделив при этом на ближнюю и дальнюю.

Ближняя бытовая сфера представлена квартирой, где проживает человек и его семья. В самой квартире существует множество уровней и подуровней, которые в той или иной степени между собой взаимодействуют, а зачастую включены один в другой. Это системы энергообеспечения, водоснабжения, техника и приборы, обеспечивающие жизнь человека.

Дальняя бытовая сфера включает все виды транспорта, на которых человек перемещается к месту производственной деятельности, учебы, отдыха и многое другое.

Рассмотрим эту сложную систему в виде директории, связав её с возможными негативными факторами, которые может дать тот или иной уровень (подуровень) бытовой сферы (рис.1).

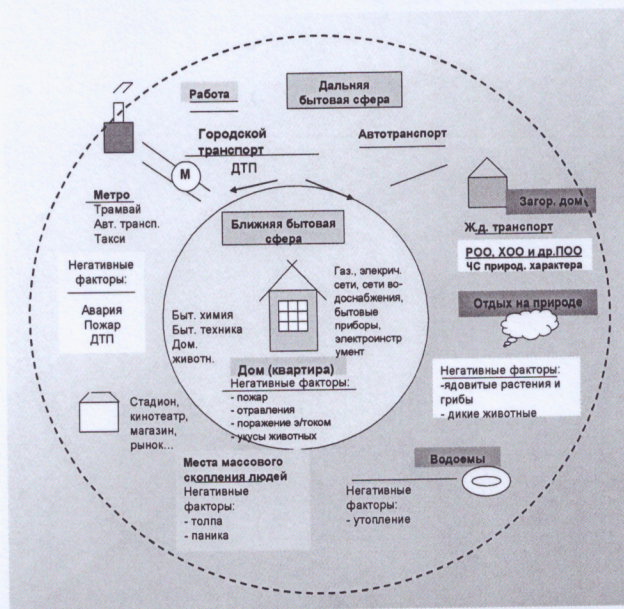


Рис.1. Структура бытовой сферы.

БЛИЖНЯЯ БЫТОВАЯ СФЕРА:

Уровень: дом (квартира);

Подуровни: электрическая система (проводка), электроприборы (бытовая техника); система горячего и холодного водоснабжения; опасные вещества и средства бытовой химии; домашние животные; система газоснабжения – центральная и локальная.

Дом (городская квартира) – сложная система, обеспечивающая проживающему человеку комфорт, досуг, отдых, восстановление сил перед производственной деятельностью. Включает пять основных подуровней:

I. – связан с эксплуатацией электрической системы квартиры и электрических бытовых приборов. Представляет повышенную опасность. Современное жилье человека в зависимости от достатка и других особенностей может включать от 5 до 30 различных бытовых приборов и приспособлений. Возможные риски, которые может вызвать этот подуровень:

- поражение человека электротоком;
- возникновение пожара в результате «короткого» замыкания, перегрузки сети или переходного сопротивления.

II. – система горячего и холодного водоснабжения. Обеспечивает квартиру питьевой водой, горячей водой для хозяйственных нужд и отопления. Возможные негативные последствия, в результате нарушения в работе систем водоснабжения могут быть:

- ожоги кожи горячей водой;
- протечки и затопление квартиры.

III. – опасные вещества и средства бытовой химии, используемые для различных нужд семьи – это стирка, ремонт квартиры, средства гигиены и многое другое. Прогнозируемые негативные факторы и последствия:

- химические ожоги кожи и слизистых оболочек;

- различные отравления, в том числе детей и животных;
- возникновение пожаров в результате возгорания бытовых средств на основе бутан - пропановой смеси.

IV. – домашние животные. Возможные негативные факторы:

- укусы домашних животных и посторонних людей при выгуле домашних животных (в основном собаки). Инфицирование людей бешенством, гельминтами и др. заболеваниями. Создание неудобств и социальной напряженности при коммунальном проживании людей.

V. – системы централизованного и локального газоснабжения для обогрева жилья и приготовления пищи. Возможные негативы в случае нарушения работы систем:

- отравление бытовым газом;
- взрывы с обрушением перекрытий и других конструкций квартиры (дома) с последующим пожаром.

Ближняя бытовая сфера характеризуется концентрацией опасностей возможных рисков на ограниченной площади (дом, квартира). Одновременное суммирование и аппликация одних факторов на другие может привести к множественным поражениям человека.

ДАЛЬНЯЯ БЫТОВАЯ СФЕРА:

Уровни: транспорт все виды; водные объекты; места массового скопления людей; отдых на природе.

Подуровни: автомобильный транспорт, железная дорога, метро, водный транспорт и отдых на воде, посещение гражданами мест совместного отдыха (кинотеатр, театр, стадион), мест общественной торговли (магазин, рынок...), индивидуальный и семейных отдых на природе (поход, пикник и др.).

Дальняя бытовая сфера – область жизнедеятельности человека помимо дома (квартиры), сложная многоуровневая система. Включает все виды поездок к месту работы и обратно, места, где человек отдыхает, приобретает товары и продукты. Как правило, уровни и подуровни этой системы интегрированы друг с другом, часто используются человеком комплексно, что многократно усиливает риски и опасности в случае сбоя и нарушения в работе системы.

Подуровни транспорта – наземный, подземный и водный, представляют для человека опасность при ДТП, крушении или аварии. Негативы могут реализоваться при неправильном поведении в транспорте, пренебрежении правилами дорожного движения, что может привести к травматизму и, что не исключено, к гибели людей.

Места массового скопления людей (места совместного отдыха, места общественной торговли и пр.) характеризуются наличием большого количества людей на ограниченной площади (пространстве). Развитие негативных факторов, связанных с другими системами

(например, аварии на электро- или газовых сетях, сопровождаемых пожаром) может спровоцировать тяжелые последствия и создать большой очаг поражения.

Подуровень, обозначенный как индивидуальный и семейный отдых на природе (поход, пикник, отдых у водоема и т. д.) включает и несет множество опасностей и негативных факторов. Усиление и наложение друг на друга негативов, прежде всего, связано с притуплением чувства (инстинкта) самосохранения человека во время отдыха. Риски и опасности в основном связаны с отсутствием элементарных навыков при ориентировании на незнакомой местности, купании в водоемах, разведении костров, контактами с дикими животными и многое другое.

Второй учебный вопрос.

Правила действия по обеспечению безопасности населения в условиях негативных и опасных факторов бытового характера.

Важную роль в жизни современного человека играет электричество.

Для исключения поражения электротоком при пользовании электроприборами в квартире необходимо:

- не прикасаться к оголенному, плохо изолированному проводу;
- не пользоваться неисправными электроприборами;
- не пользоваться электроприборами в ванной;
- не дотрагиваться до электроприборов мокрыми руками;
- не разрешать детям играть с электроприборами.

При поражении электротоком следует:

- ✓ освободить пострадавшего от воздействия электрического тока;
- ✓ при отсутствии признаков жизни провести реанимационные мероприятия;
- ✓ при наличии раны наложить повязку;
- ✓ вызвать скорую помощь.

При пользовании системой водоснабжения.

Во избежание затопления в квартире:

- не бросайте в канализацию предметы;
- не засоряйте раковину отходами продуктов питания;
- уходя из дома, проверяйте все ли краны закрыты;
- следите за состоянием труб для своевременного устранения протечек.

При обнаружении протечек или затоплении:

- ✓ позвоните диспетчеру жилищных органов и вызовите сантехника;
- ✓ отключите электричество и перекройте воду;
- ✓ в местах протечек поставьте ёмкости и убирайте скопившуюся воду.

При пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии.

К этим средствам относятся моющие, чистящие, дезинфицирующие средства, средства борьбы с бытовыми насекомыми и защиты растений, клеи, лакокрасочные материалы.

При пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии:

- моющие, чистящие, дезинфицирующие средства,
- средства борьбы с бытовыми насекомыми и защиты растений,
- клеи,
- лакокрасочные материалы

Чтобы избежать отравления препаратами бытовой химии:

- ✓ не пользуйтесь незнакомыми препаратами бытовой химии;
- ✓ не пейте жидкости из незнакомых бутылок и банок, особенно если они испачканы, стоят на полу или в «укромном месте»;
- ✓ не пользуйтесь спичками и открытым огнем рядом с банками или бутылками с резким запахом;
- ✓ храните химические вещества в недоступных для детей местах;
- ✓ перелив краску или лак в другую бутылку, сделайте на ней предупредительную надпись;
- ✓ храните аэрозольные баллончики в вертикальном положении в прохладном месте;
- ✓ не распыляйте их содержимое вблизи открытого огня.

При пользовании бытовым газом нужно следовать основным правилам:

При пользовании бытовым газом :

- не оставляйте газовую плиту без присмотра;
- уходя из квартиры, перекройте газ;
- не отдыхайте в помещении где установлена газовая плита;
- не используйте газовые плиты для отопления помещения;
- не применяйте огонь для обнаружения утечек газа;
- по окончании пользования газом выключите конфорку и перекройте газ.

При обнаружении запаха газа в квартире

- немедленно выключите газовую плиту;
- перекройте газовый кран;
- откройте окно или форточку для проветривания;
- выйдите из загазованного помещения;
- вызовите аварийную службу.

При встрече с собакой:

- не подходите к собаке на привязи;
- не трогайте и не гладьте чужих собак;
- не пугайтесь и не кричите, если к вам бежит собака. Остановитесь. Собака чаще нападает на движущегося человека. Станьте боком, отдайте команды («Фу!», «Нельзя!», «Сидеть!»);
- не делайте резких движений, позовите хозяина;
- если некому помочь уходите от собаки медленно, не ускоряя шаг;
- не пытайтесь кричать, махать руками или палкой кидать что-либо в собаку, убежать от неё;
- не смотрите собаке в глаза – это может спровоцировать её действия. Если собака приседает – она готовится прыгнуть. Защитите горло (прижмите подбородок к груди и выставьте вперед локти).

Если вас укусила собака, немедленно обратитесь к врачу.

При возникновении пожара в квартире (доме):

- оцените обстановку, убедитесь в наличии опасности и определите, откуда она исходит;
- вызовите пожарную охрану по телефону **01**;
- сообщите о пожаре соседям;
- отключите газ, электроэнергию;
- по возможности закройте окна и двери;
- немедленно покиньте помещение и идите в сторону противоположную пожару;
- двигайтесь в сторону не задымленной лестничной клетки.

Правила поведения на общественном транспорте:

- ожидайте транспорт только на остановках, которые обозначены указателями;
- не выходите на проезжую часть;
- садитесь на транспорт только после его остановки;
- не прыгайте на ходу;
- не стойте на выступающих частях и подножках.

При аварии:

- используйте для выхода двери, аварийные выходы, вентиляционные люки.
- оцените обстановку и только тогда двигайтесь к выходу.

Метро: — не пытайтесь пройти через турникет бесплатно — это незаконно и опасно (створки могут нанести сильный удар и привести к травме); не бегите по эскалатору, не ставьте вещи и не садитесь на ступени и поручни, не стойте спиной по ходу движения. В случае резкого разгона или разрушения ленты эскалатора переберитесь на соседний эскалатор. На платформе: — не подходите близко к краю платформы, не заходите за ограничительную черту. Не подходите к вагону до полной остановки поезда; не пытайтесь самостоятельно поднять упавший на рельсы предмет. Позовите дежурного по станции; при падении на рельсы бегите по ходу поезда, где часы и светофор — там лестница, либо ложитесь в желоб между рельсами, закрывая голову руками. Если человек упал на рельсы бегите в сторону машиниста, делайте круговые движения рукой. В вагоне: - не нервничайте, если поезд остановился в тоннеле, выполняйте все распоряжения машиниста;

в любых опасных ситуациях пользуйтесь экстренной связью с машинистом.

Автомобиль: – сев в автомобиль пристегнитесь ремнем безопасности; запомните, где в автомобиле находится огнетушитель и аптечка; во время движения не будьте пассивны, следите за дорогой. Если столкновение неизбежно упритесь ногами в пол, обхватите голову руками и натяните ремень безопасности. Находясь на заднем сиденье, ложитесь набок. Если выбраться наружу после столкновения невозможно: - выдавите переднее или заднее стекло ногами, разбейте тяжелым предметом; выбравшись наружу, помогите выбраться остальным. Достаньте из машины аптечку и огнетушитель.

Железная дорога. Не ходите по железнодорожным путям, особенно в районе стрелок; не подлезайте под вагоны, пользуйтесь переходами и пешеходными мостами; не подходите к вагону до полной остановки поезда; не высовывайтесь из окон во время движения поезда; не открывайте наружные двери тамбуров и не выпрыгивайте во время движения поезда.

При возникновении пожара: – сообщите проводнику о пожаре; разбудите спящих пассажиров; эвакуируйтесь в передние вагоны. Если это невозможно уходите в последние вагоны, плотно закрывая за собой двери. Если огнем отрезало от выхода: - укройтесь в купе или туалете; плотно закройте дверь и откройте окно; дождитесь помощи, привлекая к себе внимание.

При крушении поезда: – попробуйте выбраться через окно в своем купе; выпрыгивайте из движущегося поезда только в случае опасности для жизни, при этом наденьте побольше одежды, прыгайте по ходу движения со стороны, где нет столбов. Старайтесь приземлиться на обе ноги, сведенные вместе, дальше перекатывайтесь.

Водный транспорт: – если вы оказались за бортом – не паникуйте, осмотритесь. Сбросьте одежду, которая мешает; не делайте много движений, экономьте силы; кричите, если есть шанс, чтобы вас услышали. Подплывая к спасательному средству, машите рукой, чтобы привлечь внимание; переверните спасательный круг на себя, держитесь за него.

Правила поведения на природе.

Если вы заблудились в лесу:

- остановитесь, осмотритесь вокруг, прислушайтесь к звукам (выходить нужно на звуки и шум).
- определите, сколько времени вы двигались, вспомните свой путь;
- ищите тропу, дорогу, ручей, реку – они выведут к жилью.
- при выходе на тропу, дорогу двигайтесь по направлению следов. При выходе к реке, ручью – вниз по течению.

Правила поведения на воде:

- не ныряйте в незнакомых местах;
- не заплывайте за буйки;
- не выплывайте на судовой ход и не приближайтесь к судам;
- не хватайте друг друга за руки и ноги во время игр в воде;
- не плавайте на надувных матрасах или камерах;
- не умеющие плавать купаются только в специально оборудованных местах.

Ядовитые грибы и растения: – необходимо знать внешние признаки и отличия съедобных грибов и ягод от ядовитых. Не пробуйте грибы и ягоды на вкус, если не уверены. Собирайте грибы и ягоды с опытными «грибниками», не храните долго собранные грибы и ягоды; при отравлении обратитесь к врачу.

Ядовитая змея: – при встрече со змеей отойдите в сторону; не садитесь в местах обитания змей – пень, трухлявое дерево, камень, копка сена. При укусе змеи: удалите яд, промойте ранку и перевяжите. Обратитесь к врачу.

Правила поведения на воде: – не ныряйте в незнакомых местах; не заплывайте за буйки; не выплывайте на судовой ход и не

приближайтесь к судам. Не хватайте друг друга за руки и ноги во время игр в воде. Не плавайте на надувных матрасах или камерах; не умеющие плавать купаются только в специально оборудованных местах.

При пользовании лодкой запрещается: - отплывать далеко от берега; вставать; переходить и раскачиваться в лодке; нырять с лодки; залезать в лодку через борт.

Если тонет человек: – громко позовите на помощь «Человек тонет!». Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»; бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце; если хорошо плаваете, доберитесь до тонущего; подплывайте к тонущему сзади, хватайте за шею или волосы и плывите с ним к берегу; не давайте схватить себя утопающему; если утопающий ушел под воду – запомните ориентиры.

Если тонете вы: – не паникуйте, снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричите и зовите на помощь; лягте на спину, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов; если зацепились, постарайтесь освободиться от того, что мешает. При судороге: – задержите дыхание и ущипните сведенную мышцу; расслабьте сведенную конечность.

Движение по льду: – не выходите на тонкий лед; расстегните пояс рюкзака (других вещей), чтобы быстро его сбросить в случае опасности; двигайтесь по натоптанным следам и тропинкам; имейте в руках палку, прощупывайте перед собой путь. Если лед начал трескаться, осторожно ложитесь и ползите по своим следам обратно; при движении группой следуйте друг за другом на расстоянии, вперед пропустите самого опытного.

Если человек провалился под лед: – вызовите «скорую помощь» и спасателей; найдите длинный шест, лыжу, веревку или длинный шарф; завяжите на конце веревки узел; постарайтесь приблизиться к полынье, последние 10-15 метров передвигайтесь ползком, не доползая до края, подайте шест пострадавшему. Вытащив человека из полыньи, помогите ему добраться до теплого помещения, переодеться; окажите первую помощь до приезда врачей.

Если под лед провалились вы: – не паникуйте, постарайтесь не нырять и не мочить голову; придерживайтесь за край льда; зовите на помощь; выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли; выталкивайте своё тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки; если лед ломается не оставляйте попыток выбраться; закиньте одну ногу на край льда, перекатывайтесь, отползите на 2-3 метра, встаньте и бегите к ближайшему жилью; не останавливайтесь – выжать одежду и отдохнуть можно только в теплом помещении, двигайтесь и делайте силовые упражнения, пока не разогреетесь, показано теплый чай и 50 мл алкоголя, растирания сухим полотенцем.

В местах массового скопления людей одной из опасностей для человека является толпа.

Правила поведения человека в толпе:

- оцените ситуацию и выберите план поведения;
- если толпа увлекла, застегнитесь на все пуговицы, спрячьте лишние предметы и бросьте сумку, зонтик и т. п.,
- не цепляйтесь руками ни за какие предметы;
- старайтесь не упасть, держите руки сцепленными на уровне груди с расставленными локтями, создавая пространство перед собой, отклоните корпус назад, сдерживайте напор идущих вслед за вами;
- если вы упали – поднимайтесь любой ценой (подожмите ноги под себя и рывком вставайте вперед по ходу движения);
- если встать нельзя, прижмите колени к груди и закройте голову руками;
- избегайте в толпе центра и его краев, заграждений по пути движения, особенно стеклянных витрин.

Характерные черты паники: паническое бегство всегда направлено в сторону от опасности; направление бегства при панике не является случайным; по своему характеру паническое бегство асоциально, люди становятся неожиданным источником опасности друг для друга, человек охваченный паникой всегда верит, что обстановка крайне опасна; человек, охваченный паникой плохо соображает, он не ищет альтернативных решений, не видит деталей своего решения.

Для преодоления паники существуют различные приемы. Например: взгляните вверх, сделав полный вдох и, опуская глаза до уровня горизонта, плавно выдохните воздух, максимально освободив легкие и расслабив все мышцы. Ровное дыхание помогает ровному поведению. Сделайте несколько вдохов и выдохов; посмотрите на что-то голубое или представьте себе насыщенный голубой фон. Задумайтесь об этом на секунду; произнесите про себя очень твердо и уверенно – «Не два!». Это поможет сбить начинающийся эмоциональный сумбур. Также можно спросить себя, назвав по имени (лучше громко вслух): «...ты здесь?» И уверенно себе ответить: «Да, я здесь!»; представьте себя телевизионной камерой, которая на вас смотрит чуть сбоку и с высоты, подумайте, что бы вы посоветовали другому человеку, оказавшемуся в подобной ситуации?; измените чувство масштаба. Взгляните на вечные облака. Улыбнитесь через силу, сбейте страх неожиданной мыслью или воспоминанием; обратитесь с молитвой к Богу.

Все негативные факторы бытового характера выполняются на определенной территории, которая может быть дополнительно подвержена различным инфекционным инфекциям. В этом случае человек подвергается вторичным факторам к рассмотренных ранее.

Вы оказались на территории, где распространилась опасная инфекция.

- строго выполняйте все указания, противоэпидемические мероприятия;
- максимально сократите ваши контакты с другими людьми;
- прекратите посещение общественных мест, где бывают скопления людей;
- без крайней необходимости не выходите из квартиры;
- выходите на улицу, работайте на открытой местности или в местах, где возможен контакт с другими людьми, только в средствах индивидуальной защиты;
- при первом же признаке заболевания немедленно обращайтесь к врачу;
- не уклоняйтесь от приема лечебно-профилактических средств, назначенных медицинской службой.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Жизнь и деятельность человека протекают в окружающей его среде, которая прямо или косвенно оказывает воздействие на его здоровье.

Научно-технический прогресс существенно изменил и улучшил наш быт. Централизованное тепло и водоснабжение, газификация жилых зданий, электроприборы, бытовая химия и многое другое облегчили и ускорили выполнение многих домашних работ, сделали жизнь более комфортабельной. Вместе с тем, внедрение в жизнь достижений научно-технического прогресса дало не только положительные результаты, но и чревато набором неблагоприятных факторов. В этой ситуации, если человек знает, какие угрозы может нести бытовая среда, имеет навыки по самосохранению, ему легче противостоять реализовавшимся негативным факторам бытовой среды. С высокой долей вероятности он сможет сохранить жизнь и здоровье себе и своим близким.