



**«Яд, который не действует сразу,
не становится менее опасным...»**

**Употребление табака, в т.ч. использование
электронных систем курения, **Запрещено:****

- в лифтах и вспомогательных помещениях многоквартирных жилых домов, общежитиях;
- на детских площадках;
- в подземных переходах;
- на остановочных пунктах;
- во всех видах транспорта общего пользования;
- в автомобилях, если в них присутствуют дети в возрасте до 14 лет и других местах

Ответственность за нарушение данного запрета в виде наложения штрафа в размере 4-х базовых величин предусмотрена статьей 17.9 Кодекса Республики Беларусь «Об административных правонарушениях»

Декрет Президента Республики Беларусь от 24.01.2019 г. № 2
(Об изменении Декрета Президента Республики Беларусь от 17.12.2002 г. № 28 «О государственном регулировании производства, оборота и потребления табачного сырья и табачных изделий»)



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ



положение головы
пострадавшего

Подготовка к искусственной вентиляции легких (ИВЛ)

Уложить пострадавшего спиной на жесткую поверхность, подложить под плечи валик или другой твердый предмет. Открыть рот пострадавшего, зажав его язык вместе с нижней челюстью между большим пальцем и остальными пальцами кисти и выдвинуть нижнюю челюсть вперед и кверху. Для предупреждения смыкания челюстей пострадавшего между ними необходимо поместить какой-либо предмет.

Затем указательный палец другой руки ввести вдоль внутренней поверхности щеки глубоко в полость рта (к основанию языка) очистить рот от инородных предметов и немедленно приступить к ИВЛ.



искусственная вентиляция
легких способом
"изо рта в рот"

Проведение искусственного дыхания (ИВЛ) и закрытого массажа сердца одним и двумя спасателями

Для обеспечения личной безопасности следует использовать фильтрующие приспособления (салфетку, носовой платок, рубаху, майку).

Если пострадавший - ребенок до года, обхватывают ртом рот и нос ребенка, старше года - зажимают его нос и проводят дыхание "рот в рот". Нельзя делать резких форсированных вдохов и вдвухать большие объемы воздуха в легкие пострадавшего, так как это может привести к баротравме (разрыву легких). Длительность вдоха у детей должна быть примерно 2 секунды. Пауза между вдохами - тоже около 2 секунд. При проведении искусственного дыхания следят за движениями грудной клетки и передней брюшной стенки. Если при вдохе грудная клетка раздувается - искусственное дыхание выполняется правильно, а если появляется вздутие живота, это значит, что воздух попадает в желудок, в результате чего может произойти затекание содержимого в дыхательные пути. В этом случае необходимо повторно произвести разгибание головы, выдвигание нижней челюсти и открывание рта пострадавшего.

При подозрении на травму шейного отдела позвоночника ограничиться только выдвиганием нижней челюсти и открыванием рта.

При проведении реанимационных мероприятий одним спасателем соотношение вдохов и нажатий на грудную клетку должно быть 2 к 10 (2 вдоха на 10 нажатий), а двумя - 1 к 5. Одновременно выполнять эти действия нельзя, поскольку возрастает риск разрыва легких.



искусственная вентиляция
легких способом
"изо рта в нос"

При проведении закрытого массажа сердца, ладони обеих рук помещают одна на другую на грудинку пострадавшего (примерный ориентир - линия, соединяющая оба соска), руки в выпрямленном положении, чтобы "работал" вес тела и мышцы спины. Глубина вдавливания при нажатии - 3-5 см, частота нажатий у взрослых и детей старшего возраста - 80 - 90 в минуту, у детей дошкольного возраста - не менее 100 в минуту. У детей грудного возраста нажимают на грудину двумя пальцами, до 8 лет - одной ладонью.

Спасатель, выполняющий закрытый массаж сердца, вслух громко считает число нажатий на грудину: "один, и два, и три, и четыре, и пять", затем делает паузу, во время которой второй спасатель делает один вдох, после чего возобновляется массаж сердца и счет нажатий на грудину.

Если 2 - 3 попытки открыть рот не увенчались успехом (спазм жевательных мышц или повреждены губы, нижняя челюсть), следует приступить к проведению ИВЛ "изо рта в нос":

- положив одну руку на лоб пострадавшего, а другую на подбородок, запрокидывают голову, прижимают нижнюю часть к верхней;
- пальцами руки, поддерживающей подбородок, спасатель прижимает к зубам нижнюю губу, герметизируя рот пострадавшего;
- после глубокого вдоха спасатель охватывает нос пострадавшего и приступает к искусственному дыханию;
- далее последовательность искусственного дыхания проводится так же, как при способе "изо рта в рот."



проведение
непрямого массажа сердца
и искусственной
вентиляции легких
одним и двумя спасателями

Примечание. В обоих случаях ИВЛ после каждого вдувания воздуха освобождают нос и рот пострадавшего для свободного (пассивного) выдоха.



СПОСОБЫ ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ ЗАХВАТА

В тех случаях когда утопающий находится в состоянии крайнего испуга, он судорожно хватается за спасателя. Чтобы освободиться от захватов тонущего, спасатель прилагает большие усилия, а иногда применяет силу. Чаще всего тонущий хватается за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище через руки, под руки и за ноги. Если тонущий хватается спасателя, последний должен освободиться от него способом ныряния. В случае, если ныряние успеха не принесет, следует прибегнуть к одному из следующих способов.



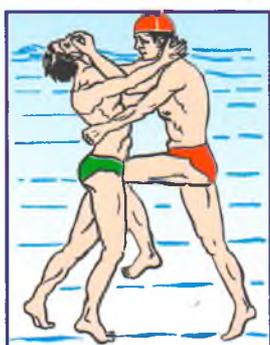
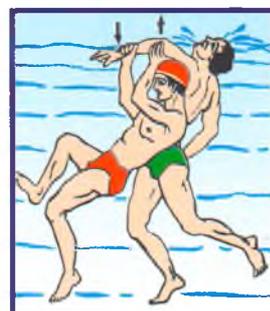
ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА КИСТИ РУК

Если тонущий схватил спасателя за кисти рук, то спасатель быстро определяет, как расположены большие пальцы тонущего. Затем он сильным рывком в стороны больших пальцев разводит руки. Одновременно с этим, подтянув ноги и упершись ими в грудь тонущего, спасатель отталкивается от него.



ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА ШЕЮ СЗАДИ

Если тонущий обхватил спасателя за шею сзади, то спасатель рукой хватается утопающего за кисть левой или правой руки. Ладонью левой руки подпирает его локоть той же руки и, резко приподнимая локоть вверх, а кисть поворачивая вниз выскальзывает из - под рук. Затем, не отпуская захваченной руки, продолжает разворачивать утопающего спиной к себе и переходит к одному из приемов буксировки.



ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА ШЕЮ СПЕРЕДИ

Если утопающий обхватил шею спасателя руками спереди, то спасатель ладонью одной руки упирается в подбородок утопающего, большим и указательным пальцами той же руки закрывает его ноздри. Одновременно другой рукой обхватывает за поясницу. Затем, нажимая пальцами на нос, сильно прижимает утопающего к себе и резко толкает его в подбородок, изгибая тонущего в пояснице. Освобождение можно усилить ударом колена в низ живота тонущего, но этот прием применяется только в крайних случаях.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА НОГИ

При захвате тонущим спасателя за ноги спасатель, одной рукой захватив голову тонущего в области виска, а другой с противоположной стороны за подбородок, энергично поворачивает голову тонущего в сторону и набок до тех пор, пока он не оставит спасателя.



**ЕСЛИ КАКОЙ-ЛИБО ПРИМЕНЯЕМЫЙ ПРИЕМ ОСВОБОЖДЕНИЯ
ОТ ЗАХВАТОВ НЕ ДАЛ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО РЕЗУЛЬТАТА, ТО,
НЕ ТЕРЯЯ ВРЕМЕНИ, ПРИЕМ СЛЕДУЕТ ПОВТОРИТЬ.**



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!!!

УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!

- Не отпускайте детей одних на водоемы.
- Проведите с ребенком беседу, напомнив о правилах безопасного поведения на воде.
- Объясните правила поведения в различных чрезвычайных ситуациях.
- Не оставляйте детей без присмотра.



**Если Вы стали
очевидцем происшествия,
обращайтесь
в службу спасения
по телефону**

101



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Начинайте купание в солнечную погоду при температуре 18-20° С, воздуха 20-25° С. Выбирайте для купания безопасные, а лучше специально отведенные для этого места.

Не умея плавать, не заходите в воду выше пояса.

Во время купания не доводите себя до озноба. Помните, что длительное пребывание в воде может привести к судорожному сокращению мышц и другим негативным явлениям.

Не купайтесь натошак и раньше чем через 1,5 - 2 часа после еды.

Не входите и не ныряйте в воду в возбужденном, разгоряченном состоянии, после физической нагрузки, а также при ознобе, общем недомогании.

Не оставляйте детей у водоемов и на воде без присмотра взрослых.

При заплывах умейте правильно рассчитывать свои силы.

Попав в сильное течение, не плывите против него, а используйте течение, чтобы приблизиться к берегу.

Оказавшись в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывите на поверхность.

При судорогах измените способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы, ускорения их расслабления и плывите к берегу.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- заплывать за знаки ограждения и предупреждающие знаки;
- купаться и нырять в запрещенных и неизвестных местах;
- прыгать в воду с дамб, пристаней, катеров, лодок, подплывать близко к идущим судам;
- допускать шалости, связанные с нырянием и захватом конечностей купающихся, взбираться на буи и другие технические сооружения;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- перемещаться в лодке с места на место при катании;
- использовать для плавания доски, бревна, надувные матрасы, камеры автомашин и другие вспомогательные средства;
- загрязнять и засорять водоемы;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения.

СПОСОБЫ СПАСАНИЯ ВПЛАВЬ



БУКСИРОВКА СПОСОБОМ «МОРСКОЙ ЗАХВАТ»

Спасатель просовывает правую (левую) руку под мышку правой (левой) руки потерпевшего и за спиной захватывает выше локтя его другую руку, прижимает к себе и транспортирует работая ногами и свободной рукой без выноса ее на поверхность.



БУКСИРОВКА СПОСОБОМ «ЗАХВАТ ПОД РУКИ»

Спасатель проводит свою правую (левую) руку под правую (левую) руку потерпевшего, берет его за вторую руку выше локтевого сгиба, прижимает к себе и транспортирует, работая ногами и свободной рукой.



БУКСИРОВКА С ПОДДЕРЖКОЙ ПОД МЫШКИ

Спасатель поддерживает потерпевшего под мышки и транспортирует его плывя на спине при помощи ног.



БУКСИРОВКА С ПОДДЕРЖКОЙ ПОД ГОЛОВУ

Спасатель поддерживает потерпевшего за голову (большие пальцы находятся на щеках, остальные - под нижней челюстью спасаемого) и, плывя на спине при помощи ног транспортирует его приподнимая лицо над водой.

БЕШЕНСТВО – ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ !!!

БЕШЕНСТВО – острое вирусное инфекционное заболевание, общее для человека и животных. Заразиться бешенством можно только от больного животного. Опасен не только укус, но и слюна больного животного, даже если она попадает на незаметные простым глазом повреждения кожи.

Пострадавшие от укусов животными должны знать, что возбудитель бешенства может находиться в слюне больного животного за 10 дней до появления первых признаков заболевания. Из домашних животных источником заражения людей чаще всего становятся собаки и кошки, из диких – волки, лисицы, енотовидные собаки и различные грызуны.

Животные должны быть зарегистрированы в МД КУП «ЖЭУ» по месту жительства, сельских исполнительных комитетах, МУКП «Жилкомхоз».

Прививки против бешенства животным проводятся бесплатно в городской (Шкловское шоссе, 13, т.: 24-44-11, 24-57-11) и районной ветстанциях (Шкловское шоссе, 15, т.: 24-42-08, 24-44-46).

При любом заболевании животного и особенно при появлении симптомов бешенства (обильное слюнотечение, затрудненное глотание, судороги) немедленно обращайтесь в ближайшую ветеринарную станцию, ни в коем случае не занимайтесь самолечением.

Если ваше животное укусило человека, не убегайте, а сообщите пострадавшему свой адрес и доставьте собаку или кошку для осмотра и наблюдения в ветеринарную станцию.

В целях профилактики бешенства все пострадавшие от укуса, оцарапывания и ослюнения животным должны обратиться в ближайшее медицинское учреждение или городской травматологический пункт по адресу: ул. Пионерская, 15 (УЗ «Могилевская центральная поликлиника» круглосуточно) для решения вопроса о назначении антирабических прививок.

Обращаем внимание, что прививки против бешенства людям проводятся бесплатно, курс прививок составляет всего 6 уколов.



ПОМНИТЕ: Только своевременно проведенные антирабические прививки могут предупредить заболевание бешенством!

**Куришь спайс?
Потребляешь психотропы?
Это по-твоему модно?**

**Stop
Spice**



✓ Химические реакции на «СПАЙС» или «МИКСЫ» приводят к разрушению головного мозга и необратимым процессам в центральной нервной системе, вплоть до шизофрении, уже после первой сигареты или употребления психотропа. Находящийся под действием наркотика превращается в «овощ», полностью теряет связь с реальностью, что также может привести к трагедии.

✓ Курительные смеси и марки – это первый шаг к более тяжелым наркотикам.

Не убивай себя!

Не теряй лучшие годы!



Незаконные без цели сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов наказываются вплоть до лишения свободы на срок от 2 до 5 лет, те же действия, совершенные с целью сбыта или незаконный сбыт наркотиков заведомо несовершеннолетнему, либо территории учреждения образования – на срок от 8 до 15 лет.

За незаконный сбыт наркотиков ответственность наступает с 14 лет.



Вакцинация против гриппа – правильный выбор!

ГРИПП – массовая воздушно-капельная инфекция, не щадящая ни взрослых, ни детей.

ГРИПП коварен:

- передается легко и незаметно, один заболевший может заразить до 40 здоровых людей;
- опасен осложнениями: воспалением легких (пневмонией), воспалением бронхов (бронхитом), воспалением сердечной мышцы (миокардитом), воспалением среднего уха (отитом);
- риск заболеть есть у каждого, наибольшая угроза – для маленьких детей, пожилых людей, беременных женщин, лиц с хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, эндокринной системы).



ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО ПРИВИВАТЬСЯ?

При проведении прививок против ГРИППА:

- обеспечивается защита от вирусов гриппа, актуальных для предстоящего сезона;
- снижается заболеваемость острыми респираторными инфекциями;
- отсутствуют осложнения, связанные с заболеванием;
- назначение проводится врачом с предварительным осмотром и опросом;
- иммунитет развивается через 14-21 день после вакцинации и обеспечивает защиту от заболевания гриппом в течение 6-12 месяцев.

ПРИВИВАТЬСЯ нужно **ЕЖЕГОДНО**: из-за изменчивости вирусов гриппа иммунитет, который выработался в прошлом году, не спасет от гриппа в этом.

ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ для прививки: **СЕНТЯБРЬ–НОЯБРЬ** (чтобы к подъему заболеваемости сформировалась высокая иммунная защита).

ГРИПП и его последствия лучше **ПРЕДУПРЕДИТЬ**, чем **ЛЕЧИТЬ**.

**СДЕЛАЙТЕ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР -
ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

