

ДІЇ У РАЗІ АВАРІЇ НА АЕС

ПАМ'ЯТКА ЖИТЕЛЯМ СУМСЬКОЇ ОБЛАСТІ ОПОВІЩЕННЯ ПРО НАДЗВИЧАЙНУ СИТУАЦІЮ

Запам'ятайте! Звуки сирен, переривисті гудки інших сигнальних засобів, транспорту, дзвони церков на сполох означають сигнал цивільного захисту **«УВАГА ВСІМ!»**. Почувши його, терміново ввімкніть радіоприймач (Слобода FM) або телевізор (канали ТКС СТС, UA:Суми, ТРК «Відікон», ТРК Академ TV), інтернет та прослухайте повідомлення місцевих органів влади.

ДІЇ В ПЕРШІ ГОДИНИ АВАРІЇ

Уникайте паніки.

Щойно стало відомо про небезпеку радіоактивного забруднення, зберігайте спокій, слід негайно одягнути на себе та дітей протигаз, респіратор, протипилову тканинну маску або ватно-марлеву пов'язку, які (бажано підготувати заздалегідь).

Підготуйтеся до можливої евакуації. Проінформуйте сусідів.

Проведіть герметизацію приміщення. Закрийте вікна, двері. Закрийте вентиляційні люки, віддушини, заклейте щілини у віконних рамах скотчем, або іншим ущільнювачем.

Запакуйте продукти харчування в герметичні пакети (загорніть у декілька шарів паперу, складіть у банки, каструлі або пакети) та приберіть до холодильника.

Створіть запас води в посуді з кришками чи пробками.

Приготуйте найпростіші засоби спеціальної обробки - мило, мильний розчин.

Тримайте постійно ввімкненими засоби передачі інформації, чекайте подальших повідомлень органів влади. Свої електронні пристрої тримайте зарядженими та майте додатково акумуляторну батарею або power bank.

БЕЗПЕЧНЕ ХАРЧУВАННЯ

Готувати та приймати їжу потрібно в закритих приміщеннях.

Вживайте лише ті продукти харчування, які зберігалися в холодильниках, закритих ящиках, скринях, в підвалах, погребах або були придбані в торгових мережах відповідної якості.

Продукцію з індивідуальних господарств, особливо молоко, яйця, овочі та фрукти можна споживати тільки з дозволу органів охорони здоров'я.

Воду використовуйте лише з перевірених джерел.

Перед прийомом їжі використовуйте 1 стакан питної соди, 0,5% розчин питної соди для полоскання ротової та носової порожнини (1 чайна ложка соди на 1л. води)

ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ТА ОСОБИСТОЇ ГІГІЄНИ

Намагайтеся якомога менше знаходитися на вулиці, а якщо є необхідність покинути приміщення - обов'язково одягайте засоби індивідуального захисту органів дихання та шкіри, головний убір, плащ, чоботи, рукавички (на період часу).

Виходьте на вулицю лише на час, установлений режимом радіаційного захисту. Дітей на вулицю бажано виводити не можна. Запобігайте потраплянню опадів на тіло й одяг.

Якщо ви перебували на відкритому

повітрі, зніміть верхній шар одягу. Так ви позбудетеся до 90% небезпечного радіоактивного пилу. Робить це обережно, аби не розтрусити його. Помістіть одяг у пластиковий пакет або герметичний контейнер, тримайте його далі від людей і домашніх тварин.

Обличчя, руки, шию ретельно обмийте милом або іншим мильним розчином, прополощіть ротову та носову порожнину 0,5% розчином питної соди.

У всіх приміщеннях, де перебувають люди, щодня проводьте вологе прибирання із застосуванням миючих засобів

ЙОДНА ПРОФІЛАКТИКА

Дорослим старше 40 років йодна профілактика зазвичай не потрібна.

Оповіщення про початок та закінчення проведення йодної профілактики проводиться якщо ви отримали таку вказівку від МОЗ або інших органів влади. Починається негайно при загрози радіаційного забруднення.

Йодна профілактика проводиться шляхом прийому внутрішньо пігулок йодиду калію, а в разі відсутності - 5% настойки йоду.

Дорослим і дітям після 12 років - 130 мг або 44 краплі 5% настойки йоду на 0,5 склянки води за один прийом.

Дітям від 3 до 12 років 65 мг або 22 краплі 5% настойки йоду на 0,5 склянки води за один прийом.

Дітям від 1 місяця до 3 років 32 мг за один прийом.

Дітям до 1 місяця 16 мг за один прийом.

Прийом вагітними жінками - обов'язково з одночасним прийманням калію перхлорату 75 мг.

ЕКСТРЕНА ВАЛІЗА

Екстрена валіза – це міцний і зручний рюкзак (валіза) від 25 літрів і більше, що містить необхідний індивідуальний мінімум одягу, предметів гігієни, медикаментів, інструментів, засобів індивідуального захисту та продуктів харчування. Екстрена валіза призначена для максимальної швидкої евакуації із зони надзвичайної ситуації, заделегіть підготуйте її.

Покладіть в валізу або зручний для перенесення мішок наступні речі:

- документи (паспорт, військовий квиток, документи про освіту, свідоцтво про шлюб і народження дітей, трудову книжку, пенсійне посвідчення), тощо.

- гроші, кредитні картки.

- дублікати ключів від будинку, авто.

В залежності від пору року необхідно покласти :

- комплект нижньої білизни (2 пари), шкарпетки бавовняні (2 пари) і вовняні, запасні штани, сорочку або кофту, плащ-дошовик, головний убір, рукавички, шарф, надійне взуття.

- аптечка першої допомоги, зібрана згідно ваших потреб, та рекомендацій МОЗ.

- запас їжі на кілька днів – все, що можна їсти без попередньої обробки, не займає багато місця і довго зберігається.

- запас питної води, їжі на 2-3 дні. (2л. на людину)

- посуд (казанок, фляга, ложка, кружка металева 0.5 л, розкладний стаканчик).

- сірники, запальничка.

- ліхтарик і запасні батарейки до нього, свічки.

- засоби гігієни (зубна щітка і зубна паста, мило, рушник, туалетний папір, кілька

упаковок одноразових сухих серветок, вологі серветки).

- інші цінні речі.

Цей список не є вичерпним. Ви можете його доповнити іншими речами, але маєте пам'ятати, що загальна вага особистих речей на кожного члена сім'ї не повинна перевищувати 50 кг.

На рюкзак прикріпіть бирку з прізвищем, іменем, адресою проживання та кінцевого пункту евакуації власника. На бирці дитячих речей крім того вкажіть рік народження дитини, телефон батьків (або родичів).

Дітям дошкільного віку вкладається в кишеню записка із зазначенням прізвища, ім'я, по батькові, домашньої адреси, а також контактні дані батьків.

СКЛАД АПТЕЧКИ

МОЗ рекомендує покласти в аптечку ті ліки, які людина приймає на постійній основі, а для людей з цукровим діабетом - глюкометр із запасом тест-смужок, для людей з підвищеним артеріальним тиском - тонометр та батарейки до цих пристроїв

- Окрім цього в аптечці мають бути ентеросорбенти на випадок харчових отруєнь.

- таблетки для знезараження води,

- антисептики.

- жарознижувальне та знеболювальне, для дітей - у суспензії чи суппозиторіях.

Згідно рекомендації МОЗ із розрахунку на чотири особи в аптечці на випадок надзвичайної ситуації має бути:

- Рукавички нестерильні - 4 пари

- медичні ножниці - 1 од.

- бинти марлеві стерильні - 5 од.

- гідрогелева протиопікова пов'язка, бинт-2 од.

- термоковдра - 1 од.

- індивідуальний стерильний пакет - 2 од.

- плівка-клапан для вентиляції легень - 2 од.

- гіпотермічний пакет - 1 од.

- пов'язка-щиток на око - 1 од.

- бактерицидний пластир - 25 од

- лейкопластир на нетканій основі - 1 од.

- серветки марлеві стерильні - 10 од.

- медична перев'язувальна косинка для іммобілізації кінцівок - 2 од.

- скотч армований - 1 од.

- маркер водостійкий.

ЕВАКУАЦІЯ

Отримавши повідомлення про початок евакуації проведіть наступні дії.

Повідомте сусідів та близьких про початок евакуації. Надайте допомогу дітям, особам з інвалідністю, людям похилого віку.

Вимкніть джерела водо-, електро- та газопостачання.

Візьміть екстрену валізу та вирушайте до збірного пункту евакуації визначеного органами влади або слідкуйте за повідомленням органів влади.

Якщо Ви не можете самостійно вийти з приміщення, нема можливості викликати допомогу, повідомте про це наступним способом. Необхідно вивісити за вікном білий рушник так, щоб було видно з відстані. Вам на допомогу будуть направлені працівники соціальних служб або екстрених служб.

Після реєстрації на збірному пункті евакуації Вас буде переміщено до проміжного пункту евакуації для проведення дозиметричного контролю та деконтамінації у разі необхідності.

По закінченню заходів спеціальної обробки, дозиметричного контролю Вас буде переміщено до безпечного району.