

СЕРИЯ

МЫ ПОМОЖЕМ
В ЭКСТРЕМНОЙ
СИТУАЦИИ



ОБЩЕСТВО ЗА БЕЗОПАСНОСТЬ
Ресурсный центр добровольчества в сфере ЧС



**112 МЧС
РОССИИ**

ОПАСНОСТИ. ЛЕС

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ





Сориентироваться в экстренной ситуации, вызвать спасателей, правильно подать сигнал бедствия, заранее позаботиться о своей безопасности поможет пособие Ресурсного центра добровольчества в сфере ЧС

ТЕЛЕФОНЫ экстренных служб

01 (101) - МЧС и пожарная охрана

02 (102) - полиция

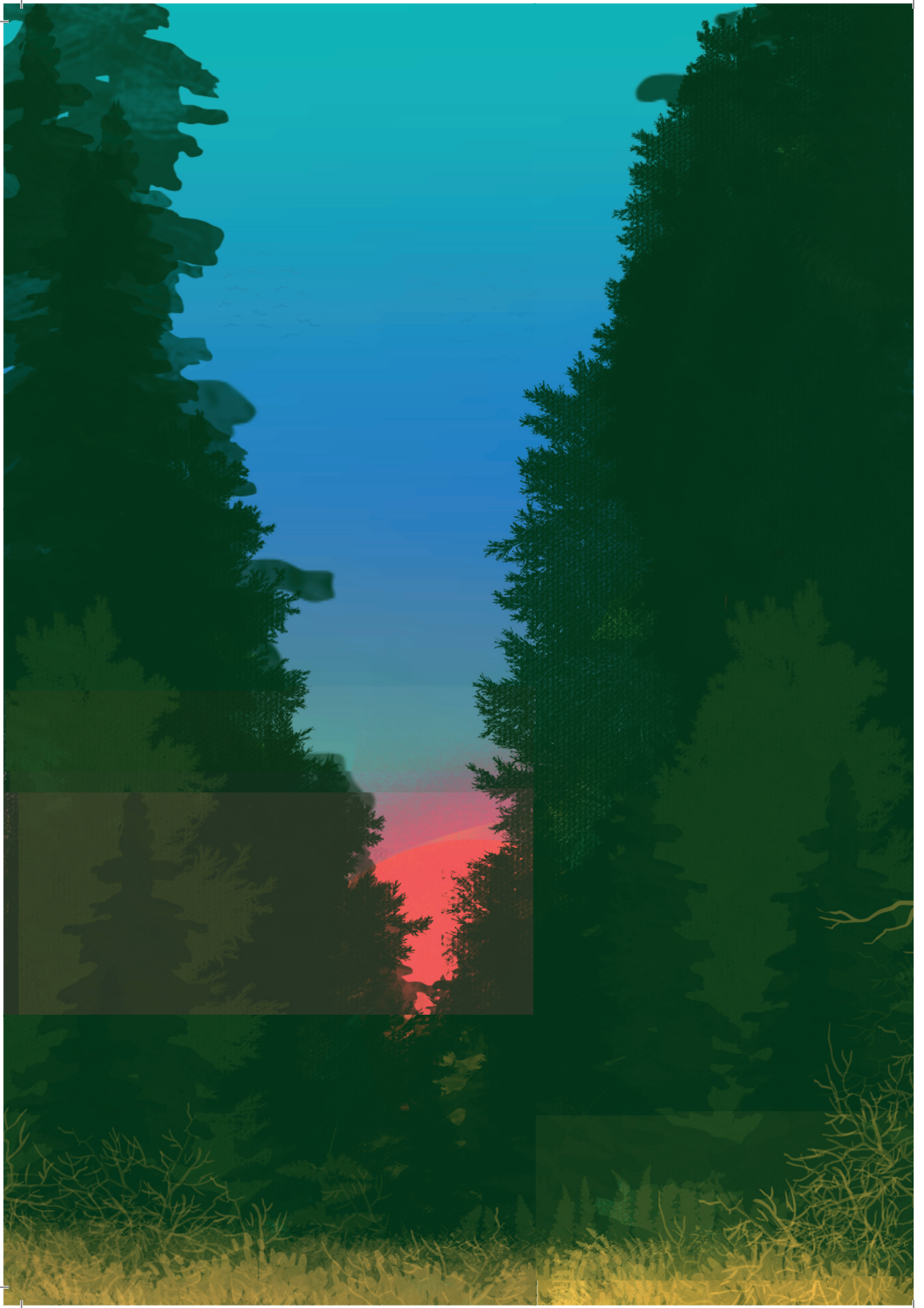
03 (103) - скорая помощь


04 (104) - газовая аварийная служба

**112 - единый номер
вызова экстренных служб**

СОДЕРЖАНИЕ

1. Характеристика опасностей леса	8
2. Правила безопасности в лесу	9
3. Как сориентироваться в лесу?	10
4. Экстремальные условия в лесу	21
5. Специфика леса	22
6. Естественные препятствия леса	23
7. Опасности - болото, лесной пожар, горелый лес, бурелом	25
8. Погодные условия: гроза, град, сильный ливень и ветер	29
9. Дикие животные: медведь, волк, лось	33
10. Клещи	37
11. Змеи (гадюка)	38
12. Насекомые жалящие (шершни, пчелы, осы).	39
13. Насекомые кровососущие (гнус, комары, мошки, слепни).	41
14. Ядовитые растения (грибы, ягоды, борщевик	42





ЛЕС – одно из наших любимых мест отдыха. Мы ходим в лес за ягодами и грибами, да и просто погулять, подышать целебным лесным воздухом. Однако, редко, когда думаем о том, что в лесу мы можем столкнуться с различными опасностями.

1. Основные опасности леса: объективные и субъективные

Объективные опасности – факторы, которые не зависят от воли и сознания человека.

Для леса в зимний период:

- Низкие среднесуточные температуры;
- Осадки, ветер;
- Глубокий снежный покров;
- Короткий световой день;
- Опасные невидимые предметы под снегом (стволы деревьев, сучья, пни, ямы);
- Хищные животные;
- Падающие деревья;
- Холодовая усталость (снижение сопротивления организма воздействию низких температур при достаточных энергетических затратах).

Для леса в летний период:

- Слишком высокие среднесуточные температуры;
- Осадки, ветер;
- Падающие деревья;
- Хищные животные, пресмыкающиеся, насекомые;
- Грозовой разряд;
- Отсутствие воды (для сухих хвойных лесов);
- Лесной пожар.

Субъективные опасности – это те, которые напрямую связаны с волей и сознанием человека. Короче, это все то, что у нас в голове. Страх, неуверенность в себя, в собственные силы, паника – полное моральное разложение - гибель!

Способы противостояния объективным опасностям – достаточная экипировка и, хотя бы, начальный навык выживания в экстремальных условиях природной среды. Вот почему даже в безобидный выход в лес на прогулку необходимо брать с собой нож, соль и КОМПАС.

2. Правила безопасности в лесу

8. Если у человека проблемы со здоровьем, то на всякий случай стоит прихватить с собой лекарства.

Если Вы заблудились:

1. Необходимо успокоиться, не паниковать.
2. Немедленно связаться со службой спасения по телефону «112».
3. Постараться выйти на знакомое Вам место и вернуться к запланированному маршруту.
4. Постараться определить направление движения, сориентироваться на местности по карте.
5. Не сходить с дорог, просек и троп.
6. Если Вы вышли самостоятельно, сообщить об этом в службу спасения.

**ВНИМАНИЕ! БЕЗОПАСНОСТЬ СУЩЕСТВУЕТ ТОЛЬКО ТА,
КОТОРУЮ ТЫ ОБЕСПЕЧИЛ СЕБЕ САМ!**

3. Как сориентироваться в лесу?

Что нужно знать, чтобы не заблудиться

Слово «ориентирование» изначально было позаимствовано из латинского языка (orient) и означает «найти Восток». Восток для многих народов мира был важной частью света, так как там восходит солнце. В современном понимании ориентирование на местности – это определение своего местоположения относительно сторон горизонта и выделяющихся объектов местности (ориентиров), выдерживание заданного или выбранного направления движения и уточнение положения на местности ориентиров, рубежей, и других объектов.

Ориентир – это заметный на местности неподвижный предмет, помогающий определять направление движения и находить цель своего передвижения. Виды ориентиров:

Внемасштабные(точечные) – предметы, занимающие небольшую площадь (трубы заводов и фабрик, постройки башенного типа, ретрансляторы, перекрёстки дорог, путепроводы, пики горных вершин, ямы и другие);

Площадные – объекты, занимающие большие площади (населённые пункты, отдельные массивы леса, рощи, озёра, болота и пр.);

Линейные – местные предметы и формы рельефа, имеющие значительную протяжённость при сравнительно небольшой их ширине (дороги, реки, каналы, линии электропередач, узкие лоцины).

Пояснительные.

Площадные	Внемасштабные	Линейные
 ФРУКТОВЫЙ САД	 ВЕТРЯНАЯ МЕЛЬНИЦА	 ШОССЕ
 КУСТАРНИК	 КОЛОДЕЦ	 ПРОСЕКА
 ЛУГ	 ШКОЛА	 ТРОПА
 РУБКА	 ПАМЯТНИК	 ЛИНИЯ ЭЛЕКТРОПЕРЕДАЧ
 ЛЕС ЛИСТВЕННЫЙ	 ЭЛЕКТРОСТАНЦИЯ	 ЖЕЛЕЗНАЯ ДОРОГА
 РЕДКОЛЕСЬЕ	 МЕТАЛЛИЧЕСКИЙ МОСТ	 РЕКА
 ОЗЕРО	 ОТДЕЛЬНО СТОЯЩЕЕ ДЕРЕВО	<p>Пояснительные</p>  <ul style="list-style-type: none"> Высота деревьев (м) Расстояние между деревьями Толщина (м)  <ul style="list-style-type: none"> Ширина (м) Характер грунта (песок) Глубина (м)  <ul style="list-style-type: none"> Отметка уреза воды Скорость течения (м/с)
 ПАШНЯ	 РОДНИК	
 ОГОРОД	 ЗАВОД	
 БОЛОТО		

Способы ориентирования

Под способом ориентирования понимается последовательность действий, ведущих к нахождению своего местоположения в пространстве.

Основные способы ориентирования:

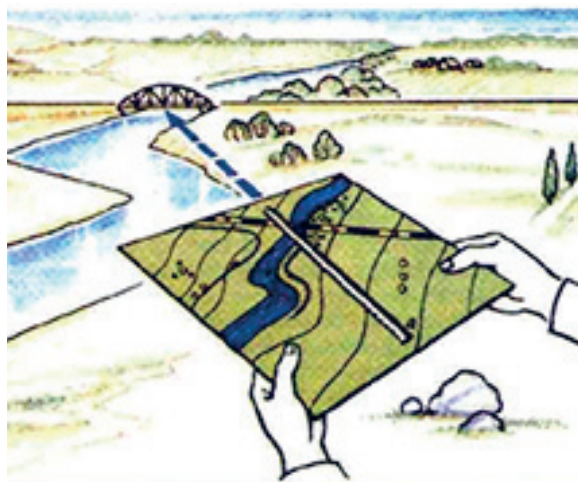
- по карте
- с помощью компаса
- с использованием навигационных приборов
- по небесным светилам
- по местным признакам.

1. Определить свое местонахождение можно по карте

Для прочтения карты, не достаточно знать условные знаки, надо ещё обладать живым воображением. Умение читать карту предполагает способность человека представлять себе изображённую на ней местность с такой ясностью и отчётливостью, будто бы вы действительно на ней находитесь. Условные знаки, принятые для топографических карт, достаточно просты, удобны для запомина-



ния и, в большинстве своём, имеют начертание, напоминающее внешний вид изображаемого местного предмета. Сложнее запомнить буквенно-цифровые обозначения и подписи, применяемые для количественной и качественной характеристики местных предметов. Ещё труднее всего научиться читать рельеф. Сложность заключается в том, что изображения



таких форм рельефа, как гора и котловина, хребет и лощина, выглядят, на первый взгляд, одинаково. Отличить их можно лишь по направлению скатов (по направлению берг-штрихов). Поэтому, основная суть чтения рельефа заключается в умении быстро определять направление скатов.

Бывают такие ситуации, когда необходимо узнать масштаб карты, на которой он по каким-либо причинам отсутствует. В этом случае, есть несколько методов для его определения. Прежде всего, масштаб можно вычислить по километровой сетке, применяя знания о том, что между её линиями устанавливается целое значение километров.

Масштаб карты также можно узнать по расстоянию между соседними предметами, которые нанесены на карту. Таким образом, можно очень просто рассчитать расстояния по карте между километровыми столбами на дороге. Вычислить масштаб карты можно путем её сравнения с другой картой, на которой он указан. Самым известным методом стало прямое вычисление расстояния на местности между предметами, изображенными на карте. Чтобы ориентироваться по карте на местности, нужно, прежде всего, сориентировать карту и определить своё местоположение. Можно ориентировать карту по линиям местности. В этом случае необходимо выйти на дорогу (просеку, берег реки или другую линию), отыскать её на карте и, затем, поворачивать её до тех пор, пока направление дороги на карте не совпадёт с направлением дороги (линии) на местности. И проверить то, чтобы предметы, расположенные справа и слева от дороги на местности, находились с тех же сторон, что и на карте.

II. Ориентирование по карте и компасу

Компасом определяют направление на север, а затем карту поворачивают верхней стороной рамки в сторону севера так, чтобы вертикальная линия координатной сетки карты совпала с продольной осью магнитной стрелки.

Ориентирование карты по компасу

При ориентировании карты по компасу его следует положить так, чтобы линия север-юг его шкалы совпадала с направлением север-юг на карте, а нулевое деление шкалы было обращено к северной стороне карты. Затем нужно начать поворачивать карту до тех пор, пока стрелка своим северным концом не совпадет с нулевым делением шкалы.

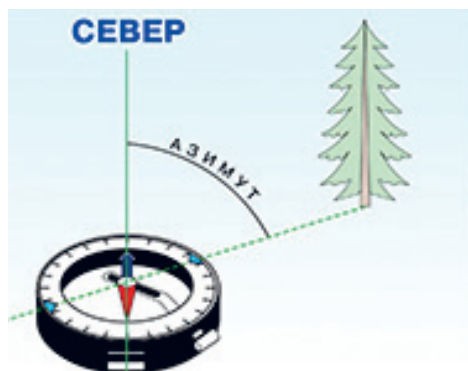


III. Ориентирование с помощью компаса

Компасом наиболее удобно и быстро можно определить стороны горизонта. Следует помнить, что компасом нельзя пользоваться во время грозы, вблизи крупных металлических предметов, линий электропередачи, мобильного телефона, так как они вызывают отклонение магнитной стрелки. Чтобы сориентировать компас по сторонам горизонта, нужно положить его на ровную горизонтальную поверхность, отпустить тормоз стрелки и дать ей успокоиться. Затем, вращая компас, нужно совместить северный конец стрелки с буквой «С» (север) на шкале. Найти другие стороны горизонта труда не составит.

Наиболее простой и надёжный способ ориентирования на местности с помощью компаса – это просмотр его показания, при входе в лес. Заход, обычно делается с открытого пространства (дорога, поле или просека). Выходить из леса следует по такому же маршруту. Перед тем как углубиться в насаждение нужно посмотреть то, куда направлен северный конец стрелки. Покидать лес необходимо в противоположном направлении, то есть когда северный конец стрелки будет соответствовать обратному показанию компаса.

Азимут – это угол, образуемый в данной точке на местности или на карте между направлением на север и направлением на какой-либо предмет. Движение по азимуту заключается в определении на местности нужного направления и выдерживании этого направления в пути до намеченного пункта.



IV. Ориентирование с использованием навигационных приборов

GPS навигатор – это приёмник и компьютер в одном корпусе. Приемник принимает сигналы, передаваемые спутниками, находящимися на орбите, а компьютер их расшифровывает и определяет местоположение приёмника. Обладателю GPS-приёмника они позволяют практически в любой точке мира определить своё местонахождение. Абсолютно все модели отображают на экране текущее положение, географические координаты точки, в которой находится прибор, траекторию пройденного пути и отмеченные точки. Все модели устройства, поддерживающие картографическую функцию, имеют предустановленную карту мира. Она не может быть изменена или стёрта. У неё имеется своя, отдельная, память. На карте нанесены

ны реки, города и основные дороги. Детализация имеется разная, в зависимости от областей мира.

Глобальная навигационная спутниковая система «ГЛОНАСС» Это советская и российская спутниковая система навигации, разработанная по заказу Министерства обороны СССР; одна из двух функционирующих на сегодня систем глобальной спутниковой навигации. Основой системы служат 24 спутника, движущихся над поверхностью Земли в трёх орбитальных плоскостях, с наклоном $64,8^\circ$ и высотой 19 100 километров. Принцип измерения аналогичен американской системе навигации NAVSTAR GPS.

Доступ к гражданским сигналам «ГЛОНАСС» в любой точке земного шара, на основании указа Президента РФ, предоставляется российским и иностранным потребителям на безвозмездной основе и без ограничений.

V. Ориентирование по небесным светилам

Существует большое количество способов ориентирования в лесу по космическим объектам. Мы приведем лишь некоторые из них, которыми наиболее часто используются.

Ориентирование по Солнцу

По нему можно определить стороны горизонта довольно приблизительно, помня, что в нашем полушарии оно примерно находится: в семь часов – на востоке; в 13 – на юге; в 19 – на западе и в один час – на севере. Для ориентирования в ясный солнечный день необходимо строго вертикально воткнуть в землю (проверить это можно с помощью простейшего отвеса) 1,0 – 1,5 метровый шест.



По мере приближения Солнца к зениту, тень, которую отбрасывает шест, непрерывно укорачивается. Конец её отмечается колышками. Момент, когда тень окажется самой короткой, и будет местным полднем – а край её покажет направление на Север.

- Определение сторон горизонта по Солнцу и часам: необходимо встать лицом к Солнцу и положить часы, показывающие местное время так, чтобы часовая стрелка была направле-

на на Солнце. Линия, делящая угол между часовой стрелкой и направлением на цифру «2» по летнему времени пополам, покажет направление на юг.

ВНИМАНИЕ! ПРИ ПОЛОМКЕ ИЛИ УТЕРЕ ЧАСОВ ВРЕМЯ С ОТНОСИТЕЛЬНОЙ ТОЧНОСТЬЮ МОЖНО ОПРЕДЕЛИТЬ ПО КОМПАСУ, ИЗМЕРИВ АЗИМУТ ПО СОЛНЦУ.

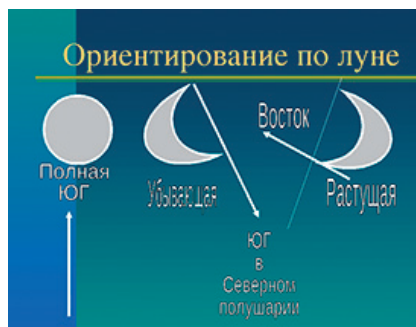
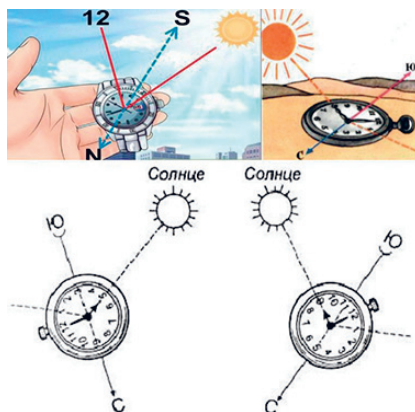
Определив азимут, его значение необходимо разделить на 15 градусов (величина прохождения Солнца за 1 час), полученное число будет указывать местное время в момент отсчета.

Например, азимут по Солнцу 210 гр., значит местное время будет составлять примерно 14 часов.

Ориентирование по Луне и часам

По Луне нужно ориентироваться тогда, когда звездное небо плохо просматривается. В полнолуние стороны горизонта можно определить по Луне с помощью часов точно так же, как и по Солнцу.

Для этого необходимо разделить на глаз радиус диска Луны на шесть равных частей, определить, сколько таких частей содержится в поперечнике видимого серпа Луны, и заметить по часам время. Из этого времени вычесть (если Луна прибывает) или прибавить (если Луна убывает) столько частей, сколько содержится в поперечнике видимого лунного серпа. Полученная сумма или разность покажет час, когда в том направлении, где находится Луна, будет находиться Солнце. Затем нужно направить на Луну то место на циферблате, которое соответствует полученному после сложения или вычитания времени. Биссектриса угла между направлением на Луну и на два часа покажет направление на юг.



Ориентирование по полярной звезде



Эта звезда всегда находится на севере. Ночью на безоблачном небе её легко можно найти по созвездию Большой Медведицы («ковш»). Через две крайние звезды Большой Медведицы нужно мысленно провести прямую линию и пятикратно отложить на ней отрезок, равный расстоянию между крайними звёздами. Конец пятого отрезка укажет положение

Полярной звезды, которая находится в созвездии Малой Медведицы (конечная звезда малого «ковша»). Полярная звезда также может служить надёжным ориентиром для прокладки направления движения, так как её положение на небосклоне с течением времени практически не изменяется. Полярная звезда всегда указывает на север.

Определение сторон горизонта по местным признакам

Просеки в больших лесных хозяйствах прорубаются почти строго по линиям север – юг и восток – запад. Это очень хорошо просматривается на некоторых топографических картах. Лес разделяется просеками на кварталы, которые нумеруются, обычно, с запада на восток и с севера на юг. Номера кварталов отмечаются на квартальных столбах, выставляемых на всех пересечениях просек. Для этого верхняя часть каждого столба обтёсывается в виде граней, на которых масляной краской надписывается номер противоположного квартала. Ребро между двумя соседними гранями с наименьшими цифрами укажет направление на север. Длина просек и площадь кварталов зависит от разряда лесоустройства в данном массиве. Обычно просеки прорубаются со стороны не больше двух километров.

VI. Другие способы ориентирования

Существует ещё ряд способов, в основе которого лежит знание следующих признаков:

- кора большинства деревьев грубее и темнее на северной стороне, тоньше

и эластичнее (у берёзы светлее) – на южной;

– у сосны вторичная (бурая, потрескавшаяся) кора на северной стороне ствола поднимается выше, чем на южной;

– на деревьях хвойных пород смола более обильно накапливается с южной стороны;

– годовые кольца на свежих пнях деревьев расположены гуще с северной стороны;

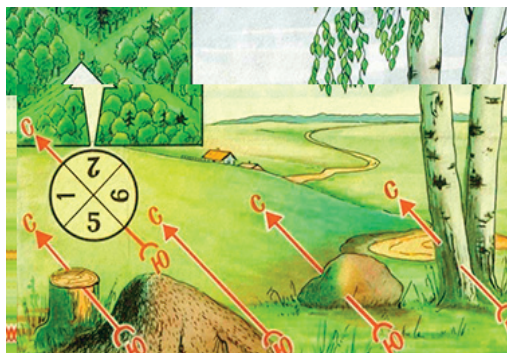
– с северной стороны деревья обильнее покрываются лишайниками и грибами;

– у деревьев кроны пышнее и гуще с южной стороны;

– ягоды и плоды раньше краснеют (желтеют) с южной стороны;

– летом почва около больших камней, строений, деревьев и кустов более сухая с южной стороны, что можно определить на ощупь;

– снежный покров быстрее подтаивает на южных склонах, в результате этого на нём образуются зазубрины (шипы), направленные на юг;



**ВНИМАНИЕ! СЛЕДУЕТ ОТМЕТИТЬ,
ЧТО ПРИВЕДЕННЫЕ ВЫШЕ ПРИЗНАКИ ДЛЯ ДЕРЕВЬЕВ
НЕОБХОДИМО НАБЛЮДАТЬ, ТОЛЬКО НА ОТДЕЛЬНО
СТОЯЩИХ ЭКЗЕМПЛЯХ. ВНУТРИ НАСАЖДЕНИЙ ОНИ
ЗАЧАСТУЮ НЕ ДЕЙСТВУЮТ, ПОСКОЛЬКУ НАБЛЮДАЕТСЯ
ВЗАИМОВЛИЯНИЕ РАСТЕНИЙ ДРУГ НА ДРУГА.**

Следующие объекты в лесу встречаются не повсеместно, а лишь изредка. К ним относятся:

– муравейники располагаются с южной стороны деревьев, пней и кустов, кроме того, южный скат муравейников пологий, а северный – крутой;

– алтари православных церквей и часовен обращены на восток, а главные входы расположены с южной стороны;

– приподнятый конец нижней перекладины креста церквей обращен на север.

– в домах сельской местности больше окон в жилых помещениях прорубается с южной стороны, а краска на стенах строений с южной стороны выцветает больше и имеет жухлый цвет.

ВНИМАНИЕ!
**ПРИ ОПРЕДЕЛЕНИИ СТОРОН ГОРИЗОНТА ПО
МЕСТНЫМ ПРИМЕТАМ НУЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ
КАК МОЖНО БОЛЬШОЙ КОМПЛЕКС ПРИЗНАКОВ
ДЛЯ ПОДТВЕРЖДЕНИЯ ПРАВИЛЬНОСТИ
НАПРАВЛЕНИЯ.**

Основные правила ориентирования

1. При перемещении в другой часовой пояс установите часы на истинное поясное время
2. Изучайте карту пребывания.
3. Для движения выбирайте линейные ориентиры.
4. При движении зарисовывайте (запоминайте) значимые ориентиры и направление на них.
5. Используйте Солнце и местные природные ориентиры для выдерживания направления движения.
6. При отсутствии значимых ориентиров оставляйте на маршруте движения сигнальные метки.
7. При встрече с непреодолимым препятствием или потере ориентирования вернитесь назад к последней точке ориентирования.
8. Двигайтесь вниз по течению рек.
9. Помните, дороги сходятся в направлении населенных пунктов.
10. Ищите признаки «цивилизации» путем просмотра и прослушивания окружающей среды.
11. По возможности оставляйте в заметных местах информацию о себе и маршруте Вашего движения.
12. Знайте аварийные сигналы и умейте использовать для их подачи различные средства и приемы.

4. ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ В ЛЕСУ

Негативно влияют на состояние заблудившегося человека такие факторы внешней среды: голод, жара, жажда, холод, переутомление и одиночество.

Факторы, усугубляющие положение заблудившегося в лесу:

- Условия среды (тяжёлые погодные условия – дождь, гроза, холод);
- Физиологические (усталость, чувство голода, психологический стресс).

Голод

Внутренний энергетический запас человека при полном голодании составляет 160, а безопасный – 65–70 тысяч килокалорий. Неизбежный суточный энергетический расход при полном отсутствии активной деятельности составляет 1700 килокалорий. Безопасный период полного голодания колеблется от 20 до 25 суток. Смерть человека наступает при потере им от 30–40% нормального веса. При невозможности обеспечить себя продуктами питания следует придерживаться пассивной тактики выживания.

Жара и жажда

Без воды человек может прожить только несколько дней, но в условиях жаркого климата лишь считанные часы. Смерть наступает при потере организмом 15% влаги. В лесу нельзя ничего есть, если нечем запить. Потребность человека в воде колеблется в пределах от 2,5 до 3,0 литров в сутки. Пить нужно только на больших привалах малыми порциями и через короткие промежутки времени. При солнечном ударе и сильном потоотделении пить надо подсолённую воду.

Холод

При низких температурах для человека наиболее опасны неблагоприятные ветер и влажность. Большинство отморожений приходится на нижние конечности. Необходимо сохранять обувь и носки сухими и использовать бахилы, изготовленные из подручного материала. В лесу одежда от холода не спасает, поэтому нужно строить убежище. Пассивное выживание при низких температурах всегда предпочтительнее активного. Категорически недопустимо разделение группы из нескольких человек на самостоятельные, более мелкие группы.

Переутомление

В лесу опасно проявлять чрезмерную настойчивость. Вместо того, чтобы

обойти препятствие, человек идёт напролом, что неминуемо вызовет большую трату энергии. Строительство импровизированного жилища надо начинать задолго до темноты. Во время работ и переходов следует ориентироваться на самого слабого. Во время ночёвок надо стараться обеспечить максимальный комфорт. Лучше затратить лишний час на оборудование удобного спального места, чем испытывать дискомфорт всю ночь.

Одиночество

Человек, оказавшийся в одиночестве в чрезвычайной ситуации, подвержен эмоциональным стрессам. В подобной ситуации важно не давать воли своим эмоциям. Надо стремиться заполнить каждую минуту какой-нибудь полезной работой. Можно разговаривать с собой вслух, обсуждая сложившееся положение. Зачастую такой приём надёжно спасает людей от сумасшествия. При длительном нахождении в лесу заблудившийся человек сталкивается с рядом трудностей, усугубляющих его физическое и психологическое состояния. Поддавшись страху в лесу, человек теряет способность управлять своими действиями, контролировать поступки и принимать правильные решения. Его реакция в экстремальной ситуации формируется по определённому алгоритму: шок – осознание критической ситуации – страх – выработка тактики поведения и поиск решения – действия. Чтобы выжить, необходимо трезво оценивать обстановку, действовать, исходя из своих знаний и жизненного опыта, искать выход из сложившейся ситуации.

5. Специфика леса

В зависимости от района леса сильно различаются. При выходе в лес, Вам необходимо изучить местность, где Вы находитесь, поговорить со старожилами, изучить карту местности.

Например : в Карелии много хвойного леса, в целом сухая местность, умеренная плотность подлеска. В южных и юго-западных районах больше лиственного и смешанного леса, значительные площади болот и заболоченных лесов, значительные площади старых вырубок.

В восточных районах смешанный лес, большие безлюдные пространства, значительные площади старых вырубок, очень большие болота (в частности около ст. Валя 13х42 километра).

Специфика места преобладает над спецификой района. В борах люди теряются редко, чаще всего люди теряются в труднопроходимых и мокрых лесах.

- Природа Ленинградской области (ЛО) – край таежной зоны;
- Значительные площади леса;
 - Лес с развитым подлеском, заметное количество бурелома;
 - До 40% площади в той или иной степени заболочены;
 - Достаточно много грибов и ягод;
 - Обширные ненаселенные пространства (в отдельных районах можно идти 20 и более километров, не встречая жилья и используемых дорог)
- Неполное покрытие сотовой связью

Московская область

- Меньше лесов
- Больше людей
- Выше доля потерявших людей с медицинскими проблемами

Архангельская область

- Значительно больше лесов
- Меньше людей
- В целом люди более подготовлены (обладают навыками выживания)

6. Естественные препятствия в лесу

Болото. Склон. Реки, ручьи, поймы. Лесной завал (бурелом)

Болото (также топь, трясина) - участок суши (или ландшафта), характеризующийся избыточным увлажнением, повышенной кислотностью и низкой плодородностью почвы, выходом на поверхность стоячих или проточных грунтовых вод, но без постоянного слоя воды на поверхности.

Подавляющее большинство болот, например, в Ленинградской области – вер-



ховые. Речки и ручьи текут из болота. На краю болота больше открытой воды, чем в центре. Это- типичное болото. По берегам более или менее сырой лес, из леса болото видно, как «просвет». По краю болота полоса воды/канавы и т.п. На болоте редкая растительность или совсем нет.

Признаки опасного болота: отсутствуют деревья, при движении по болоту на существенном расстоянии наклоняются деревья, по болоту течёт ручей с мягким дном.



Склон – наклонный участок поверхности Земли, формирующийся в результате действия рельефообразующих процессов, протекающих на суше и на дне морей и океанов. Склоны могут быть достаточно крутые (большой угол) и для их преодоления необходимо использование альпинистского снаряжения.



Водные преграды: крупные, средние и мелкие реки, ручьи, мелиоративные каналы, торфоразработки, карьеры, озера - природный водный поток значительных размеров с естественным течением по руслу (выработанному им естественному углублению) от истока вниз до устья и питающийся за счёт поверхностного и подземного стока с его бассейна. Вместе с болотами водные преграды могут образовывать труднопроходимые районы и «ловушки»



Лесной завал – скопление поваленных деревьев, затрудняющих или препятствующих движению, образовавшихся естественным или искусственным путём.

7. Опасности - болото, лесной пожар, горелый лес, бурелом

Болото

Это очень коварная лесная опасность. Вы видите изумительную ярко-зеленую лужайку в лесу, радостно спешите к ней – и проваливаетесь в болотистую жижу.

Как понять, что вы оказались в болоте? Болота могут быть покрыты мхом, пружинящим под ногами. При шаге по мху на поверхности выступает вода. Обычные растения болот – багульник, осока, пушица, голубика и клюква. Бывают болота, поросшие низкими и чахлыми деревцами: сосной, березой, а также кустарниками.



Если Вы пошли в лес и местные жители предупредили, что вокруг много болот, Вам необходимо знать, по каким признакам можно определить, что впереди - болото:

- Если в лесу камыш, болото пройти почти невозможно: если оно покрыто камышом;
 - Если по болоту плавает травяной покров;
 - Если на болоте зарастающие водоемы, поверхность которых покрыта ярко-зеленой травой;
 - Если под ногами хлюпает вода
- Ваши действия в заданной ситуации:
- сразу же разворачивайтесь назад;
 - обходите его или идите в другую сторону.

Если Вам нужно преодолеть болото, необходимо знать несколько основных правил безопасности:

1. Прежде чем преодолевать болото необходимо по возможности больше о нем узнать: где самые топкие места, возможность их обхода, где сухие места (островки) на случай непредвиденной остановки и т. д.

2. Проходить болото нужно в обуви и одежде. При этом брюки должны быть

заправлены, чтобы они не цеплялись и не мешали ходьбе.

3. Обязательно иметь при себе шест. При передвижении по болоту нужно ощупывать путь перед собой шестом и ступать очень осторожно. Шест также использовать для поддержания равновесия, опираясь на него..

4. При движении по болоту нужно постоянно следить за направлением, отмечать ориентиры, маркировать путь.

5. Путь безопаснее прокладывать по кочкам, около кустов и стволов деревьев.

6. Движение по болоту должно осуществляться цепочкой с интервалом в 4-5 метров, след в след.

Что делать, если Вы попали болото и Вас начало засасывать.



1. Не паниковать;

2. Не дергаться;

3. По возможности звать на помощь;

4. Для страховки необходимо постоянно держать наготове шест в горизонтальном положении, упавшему в трясины необходимо быстро подтянуть шест к себе и лечь на него грудью;

5. Если помощи рядом нет, бросьте все, что у вас в руках, скиньте рюкзак, оставьте только шест. Положите его перед собой и подтягивайтесь к нему, перенося на шест вес тела. Так медленно продвигайтесь к суше.

6. Если ноги начинают тянуть вниз, снимите сапоги.

7. Выбравшись из трясины, не вставайте сразу – а отползите подальше. Если вы пришли на болото без шеста, используйте вместо него скрученную куртку. Главное – понемногу вытягивайте туловище и продвигайтесь вперед.

8. Если есть кто-то рядом - помощь упавшему должна оказываться быстро, без суеты и в то же время осторожно. Вначале следует загатить ближайшее от него место шестами и ветками. Затем осторожно подобраться к нему, помочь выбраться.

Лесной пожар

Летом часто бывают лесные пожары. В жаркую и ветреную погоду скорость распространения пожара составляет 70 км/час. Необходимо соблюдать элементарные правила безопасности:

1. Не паниковать.
2. Спокойно оценить свое положение, не теряя контроль над ситуацией, чтобы не заблудиться в лесу.
3. Немедленно известить противопожарную службу по телефону «112»
4. Осмотреться по сторонам и определить с какой стороны надвигается пожар.



5. Определить в какую сторону дует ветер.
6. Выходить из опасной зоны, двигаться навстречу ветру.
7. Искать для спасения водоем.

А если Вы во время лесного пожара оказались замкнуты в огненное кольцо, Вам необходимо:

1. Не паниковать.
2. Спокойно оценить свое положение, не теряя контроль над ситуацией.
3. Найти самое низкое место (вскопанная, лишенная растительности земля, углубления в почве)



4. Лечь на землю и прикрыть чем-нибудь голову.
5. Дышать через смоченную ткань.
6. Накрыться мокрой одеждой.

Если Вы увидели горящую траву:

1. Не паниковать.
2. Оценить обстановку.
3. Если очаг небольшой, Вы сможете справиться с ним самостоятельно.
4. Сбивать пламя с кромки по-



жара можно связкой прутьев или веток лиственных деревьев, забрасывать песком, землей, заливать водой.

5. Если очаг большой, немедленно звонить по телефону «112».

6. Постарайтесь как можно быстрее покинуть место пожара.



Горелый лес

Если Вы попали в зону горелого леса, лучше всего обойти это место, но если Вам необходимо продолжить движение в этой зоне, необходимо соблюдать правила безопасности:

- Не паниковать
- Двигаться осторожно и медленно.
- Защитить дыхательные

пути подручными средствами (намочить повязку).

- Защитить органы зрения - желательно очки.

Лесной завал (бурелом)



Двигаясь по бурелому легко травмироваться, необходимо как можно быстрее выбраться из него.

Если Вы попали в бурелом:

- Не паниковать.
- Сориентироваться на местности.

- Двигаться перпендикулярно стволам поваленных деревьев до выхода из полосы бурелома.

- Не двигаться в сторону стволов поваленных деревьев (полоса поваленных деревьев может быть длинной).

- Двигаться осторожно, смотреть внимательно под ноги и по сторонам, чтобы не получить травму.

8. Погодные условия: гроза, град, сильный ливень и ветер.

Во время грозы основную опасность представляет удар молнии. Кроме обычной линейной (или зигзагообразной) молнии, иногда наблюдается шаровая молния - светящийся шар, плавающий в воздухе над поверхностью земли и взрывающийся при столкновении с любым твердым предметом.

Перед поездкой на природу уточните прогноз погоды. Если предсказывается гроза, то перенесите поездку на другой день. Если Вы заметили грозовой фронт, то в первую очередь определите примерное расстояние до него по времени задержки первого раската грома, первой вспышки молнии, а также оцените, приближается или удаляется фронт. Поскольку скорость света огромна (300 000 км/с), то вспышку молнии мы наблюдаем мгновенно. Следовательно, задержка звука будет определяться расстоянием и его скоростью (около 340 м/с).

Пример: если после вспышки до грома прошло 5 с, то расстояние до грозового фронта равно $340 \text{ м/с} \times 5 \text{ с} = 1700 \text{ м}$.

Если запаздывание звука растёт, то грозовой фронт удаляется, а если запаздывание звука сокращается, то грозовой фронт приближается.

Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае срочно примите меры предосторожности.

Если Вы находитесь в лесу, то укройтесь на низкорослом участке леса.

Основные правила безопасного поведения при грозе в лесу

1. Не паниковать.
2. Следует помнить- деревья являются естественными громоотводами. Нельзя прятаться под высокими деревьями, Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно сосен, дубов и тополей.
3. Следует усесться между низкорослыми деревьями с густыми кронами.



4. Сидеть лучше в «позе эмбриона».
5. Если вы развели костёр, нужно уйти от него подальше, так как дым тоже

является хорошим проводником.

6. Не находиться рядом с деревом, в которое уже попадала молния

7. Откинуть подальше от себя все металлические предметы, отойдите от них на 20-30 м.

Основные правила безопасного поведения при грозе в поле

1. Не паниковать.

2. Поскорее спрятаться в лесу.

3. Нельзя прятаться под одиноко стоящим высоким деревом.

4. Необходимо найти какую-нибудь низменность – овраг или яму – и переждать грозу там.

5. Откинуть подальше от себя все металлические предметы, отойдите от них на 20-30 м.

6. Присесть в низменности, закрыть голову руками.

7. Если оврага не нашлось - лечь на землю.

8. Лежать тихо и неподвижно.

9. Следует помнить, что песчаная и каменная почвы безопаснее, чем глинистая.

Основные правила безопасного поведения при грозе у водоема



1. Не паниковать.

2. Немедленно покинуть водоем

3. Не пользоваться сотовой связью на открытом пространстве

4. Откинуть подальше от себя все металлические предметы, отойдите от них на 20-30 м.

5. Уйти как можно дальше от береговой линии, вне зависимости от того, находитесь ли вы в

плавательном средстве или плаваете самостоятельно.

6. Если это невозможно, осушите лодку, переоденьтесь в сухую одежду, поднимите защитный тент, если такой есть, и подложите под себя спасательный жилет, сапоги, снаряжение и т.п. – то есть любые электроизолирующие предметы.

7. Накрыться полиэтиленом таким образом, чтобы дождевая вода стекала за борт, не внутрь плавсредства, но при этом полиэтилен не должен соприкасаться с водой за бортом.

Основные правила безопасного поведения при шаровой молнии

1. Не паниковать.
2. Не двигаться, не метаться из стороны в сторону.

3. Если нет возможности скрыться с места возникновения шаровой молнии - как можно быстрее и плотнее обернуться в кусок прорезиненной ткани или брезента.

4. Если же вы оказались один на один с шаровой молнией в поле, нужно лечь пластом на землю и переждать, пока шаровая молния не разрядится о какое-либо препятствие.

5. Быстрее избавьтесь от металла, находящегося при вас.

6. Скрыться от шаровой молнии за каким-нибудь природным препятствием, например, за деревом или за валуном (в диаметре превышающим диаметр молнии).

7. Не прятаться в ненадежных укрытиях, как палатка, фургончик или дощатый домик.



ВНИМАНИЕ! ЕСЛИ ВАС УДАРИЛА МОЛНИЯ:

– потерпевшего необходимо раздеть, облить голову холодной водой и, по возможности, обернуть тело мокрым холодным покрывалом;

– если человек еще не пришел в себя, необходимо начать делать сердечно-легочную реанимацию, искусственное дыхание по методу «изо рта в рот» и как можно быстрее вызвать медицинскую помощь.

Основные правила безопасного поведения при граде в лесу

Самый минимальный урон, который может принести вам град, – это синяки, максимальный – сотрясение мозга, возможен даже летальный исход.

1. Не пытайтесь найти укрытие под большими деревьями, т.к. велик риск не только попадания в них молний, но и того, что крупные градины и сильный ветер могут сломать ветви деревьев;

2. Если же деревьев тоже по близости нет, то постарайтесь найти деревянную

доску, еще лучше – несколько досок и попытайтесь построить из них небольшой шалаш.

3. Помните, что средняя продолжительность града составляет примерно 6 минут, и очень редко он продолжается дольше 15 минут.

Основные правила безопасного поведения при сильном ливне в лесу:

– при получении информации о выпадении обильных осадков воздержитесь от поездок в лес;

– всегда имейте при себе – водонепроницаемую одежду- куртку, плащ или кусок полиэтилена;

– обязательно берите с собой теплую одежду, при сильном ливне велика опасность замерзнуть;

– помните про падающие деревья, избегайте большие деревья и разнообразные сооружения повышенного риска (мостов, эстакад, трубопроводов, линий электропередач, потенциально опасных промышленных объектов).

Основные правила безопасного поведения при сильном ветре в лесу

1) при получении информации о выпадении обильных осадков нужно воздержаться от поездок, по возможности оставаться в квартире;

2) включить радио, слушать радио;

3) узнать прогноз погоды;

4) при возможном дожде и усилении ветра иметь при себе одежду от дождя;

5) выходить из лесного массива, искать места подальше от деревьев, если это невозможно- ищите поляну, устраивайтесь подальше от сухих, гнилых и старых деревьев.

6) не находиться в местах, расположенных ниже возможного уровня подтопления.

7) находиться вдали от деревьев и слабо укрепленных конструкций;

**ВНИМАНИЕ! ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЛЮБОЙ
ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ В ЛЕСУ НЕОБХОДИМО
СРОЧНО ЗВОНИТЬ В СЛУЖБУ СПАСЕНИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ
«101». ВЛАДЕЛЬЦАМ МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНОВ СЛЕДУЕТ
НАБРАТЬ НОМЕР «112» ИЛИ «101».**

9. Опасность-дикие животные: медведь, волк, лось

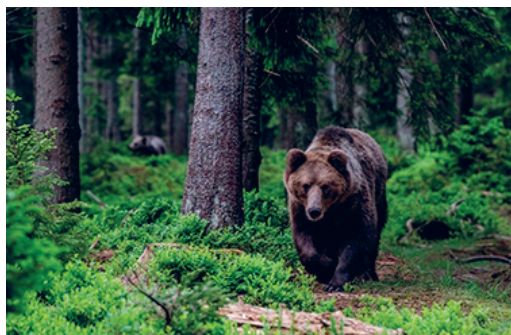
В лесу Вы можете повстречать дикое животное. Отправляясь в лес Вам необходимо узнать правила безопасного поведения при встрече с диким животным.

Медведь

Основные правила безопасности, чтобы не повстречаться с медведем:

1) постараться исключить встречу с диким животным;

2) животное, почуяв Вас еще издали, само решит уйти подальше от того места, где Вы находитесь.



3) быть внимательным в лесу, если увидели признаки присутствия дикого животного (свежий след, лежку, помет, свежесобранную кору дерева), пошуметь, отпугнуть не естественным для леса шумом (консервными банками, посудой);

4) не преследовать дикое животное;

5) не идти по его следу;

6) не оставлять пищевые отходы, продукты долго сохраняют запах человека, стирая невидимую грань страха зверя перед человеком

Если Вы повстречали в лесу медведя.

– при внезапном столкновении с диким животным (например, в ягодном районе) лучше всего спокойно отойти;

– не кричать;

– не надо паниковать и пытаться убежать (для любого хищника убегающий объект становится сразу же жертвой, а медведь отличный бегун);

– не делать резких движений; не поворачиваться к нему спиной;

– не провоцировать диких зверей на агрессивное поведение; если медведь пойдет в атаку, остановить его может только выстрел;

– остановиться и медленно отходить лицом к дикому зверю, не смотреть зверю в глаза;

– никогда не следует приближаться в медвежьей семье, чтобы сфотографи-

ровать медвежат, медведица может отреагировать агрессивно, усмотрев в таком поведении опасность;

ВНИМАНИЕ! ВСТРЕЧА С МЕДВЕДЕМ МОЖЕТ БЫТЬ ОЧЕНЬ ОПАСНОЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА. ЕСЛИ МЕДВЕДЬ ПОШЕЛ НА ВАС В АТАКУ – ЕГО МОЖЕТ ОСТАНОВИТЬ ТОЛЬКО ПУЛЯ.

Волк

Волки представляют опасность для человека. В первую очередь, они являются переносчиками опасного инфекционного заболевания, как бешенство. При заражении волки становятся очень агрессивными и вполне могут напасть на человека. Также волки могут нападать на людей в случае самозащиты или с целью себя прокормить.

В каких случаях волк может напасть на человека

Напасть на человека волк может только в двух случаях:

- когда он бешеный (большая часть нападений приходится на долю именно таких неуравновешенных волков)
- когда человек представляет опасность для волка и его семьи.

Как избежать нападения волка

- Старайтесь не ходить туда, где раньше были замечены волки.
- Если волк увидит вас, медленно отходите. Никогда не отводите взгляд и не поворачивайтесь к волку спиной. Если вы пытаетесь уйти, делайте это лицом к животному. Если волки окажутся у вас за спиной, могут сработать их хищные инстинкты. Медленно отступайте назад, повернувшись лицом к стае.

– Не убегайте. Волки бегают быстрее, чем вы, особенно при перемещении по лесу. Кроме того, при виде бегущей добычи у волка срабатывает охотничий инстинкт.

Как действовать при нападении волка



1. Если волк приближается к вам, шумите как можно сильнее и действуйте агрессивно. Сделайте шаг в сторону волка, начинайте шуметь, кричать, хлопать в ладоши. Медленно отступайте. Продолжайте имитировать агрессию и шуметь. Не отводите от волка глаз и не поворачивайтесь к нему спиной.

– Вступайте в бой, только если это единственный оставшийся выход. Волки – сильные и умные животные, которых природа наделила мощными челюстями и инстинктом убивать. Возможно, вам удастся справиться с волком – одиночкой, но не с целой стаей.

– Дышите глубже и старайтесь сохранять спокойствие. Волки чувствуют ваш страх. Если вы запаникуете, вы рискуете застыть на месте или пуститься в бегство и не сможете драться, чтобы спасти свою жизнь.

– Отражайте атаку. Если волк напал, отбивайтесь палками, камнями, используйте перцовый аэрозоль или любое оружие, что есть под рукой. Найдите позицию, в которой легче обороняться: встаньте спиной к дереву или большому камню. Не дайте волку оказаться у вас за спиной.

– Не пытайтесь «спрятаться на ровном месте» или съежиться в позе эмбриона. Это не спасет вашу жизнь. Напавший волк, как правило, может передумать и уйти только в том случае, если он увидит в вас крупного и опасного противника. Старайтесь казаться больше размером.

– Не теряйте бдительности. Если вам удалось прогнать волка, тихо и быстро направляйтесь в ближайшее убежище. Заберитесь на дерево, высокий валун или другой высокий объект. Если есть такая возможность, укройтесь в ближайшей постройке или в автомобиле. Не расслабляйтесь раньше времени. Волк может подкрасться к вам или к вашему лагерю, выжидая удобного момента. Если он очень голоден, то может снова напасть.

– Держитесь вместе. Если вас в группе несколько и на вас напали волки, дети и раненые должны оставаться в центре группы. Когда волки нападают на стадо, они нацеливаются на самую слабую добычу: детенышей, старых и больных. Что бы ни произошло, держитесь все рядом и не разбегайтесь. Пусть за каждым направлением кто-то следит: нельзя допустить, чтобы волки обошли вас и напали неожиданно.

– Волки всегда нацеливаются на самую слабую добычу в группе, а вы для них и есть добыча. Поэтому дети подвергаются самой большой опасности как самые маленькие и слабые. Когда волки нападают на людей, чаще всего их жертвами становятся именно дети.

5. Не спускайте глаз со своей собаки. Если с вами собака, и вы оказались на

территории, где встречаются волки, никогда не теряйте ее из виду. Убирайте за ней экскременты, запрещайте подавать голос и постарайтесь, чтобы она не метила территорию. Все это может привлечь волков, для которых вы с собакой – незваные гости.

ВНИМАНИЕ! ЕСЛИ ВАС УКУСИЛ ВОЛК, ТО ВАМ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО В БОЛЬНИЦУ. ПОТРЕБУЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ОБРАБОТАТЬ РАНУ, НО ТАКЖЕ СДЕЛАТЬ ПРОФИЛАКТИЧЕСКУЮ ПРИВИВКУ ОТ БЕШЕНСТВА.

– Если повстречали волка или стаю не пытайтесь убежать от волка или стаи. Стойте тесной группой, спрячьте детей в середине. Бросайте в волков камни, громко шумите, ведите себя угрожающе.

– Никогда не оставляйте детей одних во время походов и отдыха на природе, если в этой местности водятся волки.

– Не давайте волкам еду. Если приеде

- если лось находится близко, отходите, спиной вперед, смотрите на него, но не в глаза;
- если лось атакует – встаньте за дерево, даже небольшая преграда может остановить лося и спасти Вам жизнь.

10. Клещи

В лесу обитают иксодовые клещи. Эти кровососущие насекомые опасны в первую очередь тем, что являются переносчиками тяжелых заболеваний: клещевого боррелиоза (болезни Лайма) и клещевого энцефалита.

Многие считают, что клещи сидят на деревьях и оттуда прыгают на человека. На самом деле они живут в траве или на невысоких кустах. Обычно они поджидают свою добычу около лесных дорожек. Находят они жертву по запаху – они чувствуют его на расстоянии до 10 метров. Как только человек проходит мимо, клещ цепляется за его одежду и начинает ползти вверх в поисках незащищенной кожи.

Чтобы избежать укуса клеща, нужно соблюдать правила безопасности:

1) в лес следует одеваться так, чтобы легко можно было проводить быстрый осмотр для обнаружения прицепившихся к одежде клещей; лучше, чтобы одежда была светлой, однотонной – на ней легче заметить клещей;

2) в лесу брюки необходимо заправлять в сапоги, гольфы или носки с плотной резинкой, а верхнюю часть одежды – в брюки; манжеты рукавов должны плотно прилегать к руке, а ворот рубашки и брюки не должны иметь застёжки или иметь плотную застёжку, под которую не может проползти клещ; голову необходимо защищать капюшоном, если его нет – следует надеть косынку или шапку, заправив туда волосы;

3) применять отпугивающие средства – репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду, особенно обрабатывают щиколотки, запястья, шею;

4) после возвращения из леса сразу снять одежду и тщательно осмотреть её, а также всё тело;

5) в лесу не садиться и не ложиться на траву;

6) радикальным решением будет прививка от клещевого энцефалита. Только помните, что первую вакцинацию надо делать еще зимой или ранней весной, а через 1–3 месяца – вторую. Через год делается третья прививка, которая обеспечивает иммунитет от болезни на 3 года.

Если Вы обнаружили присосавшегося клеща:

- не паникуйте, совершенно не обязательно, что «ваш» кровосос инфициро-

ван. Кроме того, вирус выделяется не мгновенно, поэтому, чем раньше вы удалите паразита, тем лучше.

- обязательно удалить клеща (обратиться в лечебное учреждение или самостоятельно);

- если Вы удаляете клеща самостоятельно- обвяжите его ниткой осторожно раскачивая из стороны в сторону, так чтобы не оторвать головку. Желательно сдать клеща на проверку.

- Если после укуса клеща вы почувствовали недомогание или какие-то иные необычные симптомы, обязательно обратитесь к врачу.

11. Змеи

В наших лесах из ядовитых змей обитают гадюки, в южных районах можно встретить щитомордника. Укус гадюки болезнен, он может быть смертельно опасен для маленького ребенка или ослабленного человека, а также тогда, когда нанесен в голову или шею. Укус змеи представляет опасность:

- яд гадюки оказывает на организм гемолитическое воздействие: боль, отек, кровоизлияния в области укуса;

- можно получить внутренние кровоизлияния в различных органах тела, могут появиться тромбозы сосудов;

- может резко ухудшится работа сердца, упасть давление;

- может наступить смерть через 30 минут, иногда и через сутки и более.

Многие панически боятся змей. Но не все знают, что змеи тоже боятся человека и никогда не нападают первыми. Змея может укусить, только защищаясь: если вы протянете к ней руку или наступите на нее. При приближении человека змея постарается уползти, а если не успеет, то предупредить вас: зашипит и сделает выпад в вашу сторону.

Что делать, чтобы Вас не укусила змея

- 1) в лес следует одеваться так, чтобы не укусила змея: прочная, высокая обувь (сапоги, ботинки), брюки (заправленные в обувь).

- 2) в руки нужно взять палку, для того, чтобы убедиться в отсутствии змеи в сомнительных местах; наклоняясь за грибом или ягодой, следить, нет ли поблизости змеи.

- 3) змею не трогать, не наступать ей на хвост;

- 4) змею не убивать, не провоцировать к агрессии, она может напасть на человека;

5) не подходить близко к гнезду рептилии;

6) не садиться и не ложиться на траву, не забираться в заросли кустарника;

Что делать если Вас укусила змея

– уйти с того места, где укусила змея, она может укусить еще раз;

– уложить пострадавшего, обеспечить покой;

– ни поить водкой, ни отсасывать из ранки яд, ни накладывать жгут

– укушенную конечность обездвижить, как это делают при переломах;

– поверхность обработать дезинфицирующим препаратом, например, зелёной, но не спиртом, наложить стерильную повязку;

– давать пить много тёплой жидкости, для растворения яда в организме – воды, чаю, бульона;

– можно дать антигистаминное средство.

– срочно доставить пострадавшего в медицинское учреждение и ввести ему сыворотку.



12. Насекомые жалящие

В лесу водятся осы, шершни, пчелы, и встреча с ними может доставить много неприятностей. Особенно опасно разрушить осиное гнездо – тогда разъяренные насекомые набросятся на обидчика всем роем. Неприятно и случайно зажать осу рукой, например, при сборе ягод, – укус и распухшая кисть гарантированы. Исключительно болезненны укусы шершней – самых крупных представителей ос: сильная боль, отек, озноб, даже повышение температуры. Самое опасное последствие – отек Квинке.

Что делать, чтобы насекомые Вас не укусили

1) использовать защитную одежду: в лес следует одевать плотную одежду (брюки, заправленные в сапоги (ботинки); рубашку, куртку (с длинным рукавом), удобную обувь;

- 2) избегать мест обитания этих насекомых (дупло дерева, нора в земле);
- 3) не разорять гнезда этих насекомых;
- 4) не провоцировать на агрессивные действия – не махать руками;
- 5) смотреть под ноги и вокруг, избегать контакта с насекомыми;



- 6) применять отпугивающие средства – репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду;
- 7) применять отпугивающие вещества – дым;
- 8) без осмотра места в лесу, не садиться и не ложиться на траву или мох.

Что делать при укусе жалящего насекомого

- место укуса надо рассмотреть, если осталось жало, его нужно удалить пинцетом или ногтями;
 - приложить ватку, смоченную марганцовкой, перекисью водорода, протрите место укуса лимонной кислотой или уксусом, после – антисептиком;
 - для уменьшения отёка приложить на ранку холод;
 - для выведения яда давать пострадавшему больше пить;
 - принять антигистаминное средство;
 - при появлении аллергической реакции, головокружения, тошноты, подъема температуры (обычно при укусе шершня), надо срочно вызывать врача, звонить в скорую помощь;
- 1) использовать защитную одежду: в лес следует одевать плотную одежду (брюки, заправленные в сапоги (ботинки)); рубашку, куртку (с длинным рукавом), удобную обувь (сапоги, галоши, ботинки);
 - 2) в жаркое время надевать одежду из натуральных материалов: хлопка, льна, шелка (для терморегуляции);
 - 3) обязательно надевать сетку (маску) на лицо и покрывать голову;
 - 4) применять отпугивающие средства – репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду;
 - 5) стараться не оставлять открытыми участки тела для укусов;
 - 6) не забывать брать с собой аптечку и запас воды.

13. Насекомые кровососущие (гнус)

В лесу очень часто встречаются кровососущие насекомые- комары, мошки, слепни.

Что нужно делать, чтобы эти насекомые не причиняли вреда здоровью



- 1) использовать защитную одежду: в лес следует одевать плотную одежду (брюки, заправленные в сапоги (ботинки); рубашку, куртку (с длинным рукавом), удобную обувь (сапоги, галоши, ботинки);
- 2) в жаркое время надевать одежду из натуральных материалов: хлопка, льна, шелка (для терморегуляции);
- 3) обязательно надевать сетку (маску) на лицо и покрывать голову;
- 4) применять отпугивающие средства – репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду;
- 5) стараться не оставлять открытыми участки тела для укусов насекомых;
- 6) не забывать брать с собой аптечку (с антигистаминным средством) и запас воды.

Если Вас покусали кровососущие насекомые

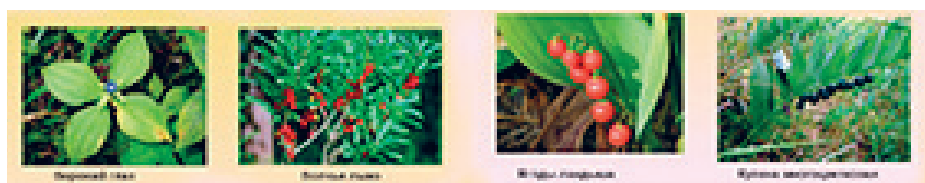
- место укуса надо смазать раствором соды в домашних условиях или раствором хозяйственного мыла;
- применять мази с охлаждающим эффектом;
- если сильно опухло место укуса- принять препараты антигистаминного действия;
- при появлении аллергической реакции (место укуса опухло и температура повысилась), надо срочно вызывать врача, звонить в скорую помощь.

14. Ядовитые растения (ягоды, грибы)

В лесу наряду со съедобными грибами и ягодами могут встретиться и ядовитые.

Ядовитые растения, ягоды

Ядовитые растения воздействуют на организм двумя способами: внутренний (отравление при поедании растения) и внешний (при контакте с ядовитым растением можно получить ожоги, может начаться аллергическая реакция).



Правила безопасного поведения в лесу с ядовитыми растениями:

- 1) знать ядовитые растения этого региона;
- 2) уметь различать растения: отличить опасное растение от безопасного довольно сложно, зачастую с этой задачей может справиться разве что профессиональный ботаник, если сомневаетесь, лучше не приближайтесь;
- 3) можно воспользоваться приложением PlantNet: просто сфотографируйте растение, укажите своё местоположение (чтобы ускорить поиск) – и получите наиболее вероятное название вашего цветочка;
- 4) не касаться сомнительных растений;
- 5) не брать в рот сомнительные ягоды, если вы не уверены на 100%, что они не ядовиты.

Что делать, если был контакт или ядовитое растение попало в организм человека:

– как можно быстрее промыть кожу проточной водой или хотя бы протрите влажной салфеткой.

– нанесите на поражённое место антигистаминный крем, чтобы уменьшить симптомы раздражения.

– примите антигистаминный препарат, подойдёт любой, только чётко следуйте инструкции.

– если речь идёт о контакте с растениями, которые повышают чувствительность кожи к солнечному свету, в ближайшие несколько дней старайтесь прятаться от солнца.

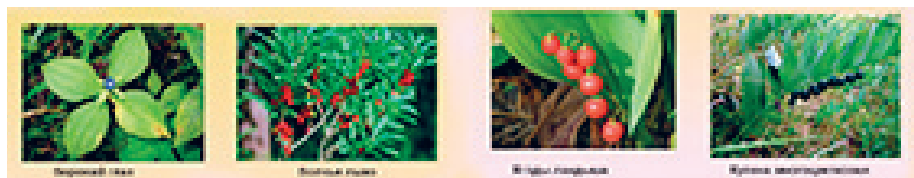
- носите в лес защитную одежду с длинными рукавами и брюки;
- при отравлении- промойте желудок
- при аллергической реакции или отравлении - срочно обратиться к врачу;

Ядовитые грибы

Чтобы не отравиться ядовитыми грибами, необходимо знать несколько правил безопасности:

1) необходимо хорошо знать ядовитые грибы этого региона;
2) уметь различать ядовитые грибы: грибы, содержащие токсины, имеют ряд отличительных признаков, которые могут быстрее их идентифицировать:

- яркая окраска шляпки;
- быстро меняющийся цвет на срезе;
- резкий запах;
- выделение клейких веществ на шляпке;
- отсутствие трубчатого слоя;
- «юбочка» у основания гриба.



3) незнакомый или сомнительный гриб не брать;
4) после возвращения из леса, обязательно еще раз тщательно проверить все грибы, желательно со знающими людьми;

5) надо помнить, что ягоды и грибы, растущие вдоль дорог с интенсивным движением, около свалок и подобных мест накапливают в своей мякоти яды и отравляющие вещества. Именно поэтому отравиться можно и вполне съедобными грибами, и всем известными ягодами, если они собраны в экологически загрязненном районе.

Если Вы отравились ядовитым грибом

– как только вы заметили первые симптомы отравления, срочно вызывайте скорую;

– до приезда бригады необходимо промыть желудок; избавить организм от остатков вредных веществ

– самолечение при этом недопустимо; ни в коем случае нельзя надеяться на результаты самолечения даже при улучшении общего самочувствия.

– отравившегося следует напоить большим количеством воды или слабым соевым раствором.

– после чего вызвать рвоту надавливанием на корень языка, производить процедуру до тех пор, пока желудок не промоется от всех остатков пищи, после чего дать какой-либо сорбент или активированный уголь, обеспечить больному покой;

Борщевик



Сам по себе борщевик не представляет опасности для человека, вред может нанести его сок; при попадании на кожу под воздействием ультрафиолетовых лучей он приводит к ожогам или фотодерматозу.

Ранней весной, только взошедший борщевик Соосновского еще не так опасен,

но уже начиная с мая-июня сорняк набирает токсичную силу и начинает представлять серьезную опасность. Растение при цветении выделяет ядовитые вещества, которые опасны для аллергиков и астматиков;

Правила, которые нужно соблюдать для предотвращения контактов с борщевиком.

- 1) нужно хорошо знать это растение, оно опасно при цветении;
- 2) нужно знать места произрастания борщевика;
- 3) во избежание ожогов, нельзя контактировать с растением (особенно во время цветения);
- 4) нельзя находиться во время цветения слишком близко, он выделяет ядовитые вещества при цветении;
- 5) нужно надевать защитную одежду (постараться закрывать открытые части, чтобы сок растения не попал на тело);

Что делать, если Вы получили ожог от борщевика

– обязательно пострадавшего срочно переместить в закрытое от солнечных лучей место;

– необходимо скрыть от солнечного света все зоны поражения, а лучше вообще избегать пребывания на солнце в последующие 48 часов;

– если волдырей нет – обильно промыть пострадавший участок кожи проточной водой,

далее повторить процедуру с мыльным или содовым раствором (эфирные масла не смываются полностью водой); процедуру проводить не менее 10-15 минут;

– ожоги обработать раствором марганцовки или фурацилина, либо спиртом;

– смазать поверхность поврежденного участка болеутоляющим средством;

– после этого обратиться к специалисту (в случае появления ожоговых волдырей – это обязательно), для назначения лечения.



При ожоге борщевиком категорически запрещается:

- Оставаться на солнце (кратное усугубление течения болезни),
- Вскрывать волдыри (инфицирование организма и разнесение инфекции),
- Прикладывать к пузырям землю, глину, делать примочки из молока или молочных продуктов, мочи (огромный риск инфицирования ран), протирать жиром или маслом (это только усугубит термический ожог, т.к. заблокирует отток тепла от обожженного участка).

**ВНИМАНИЕ! ЛЕС – ЗАМЕЧАТЕЛЬНОЕ МЕСТО.
И НЕ НАДО ОТКАЗЫВАТЬСЯ ОТ ЛЕСНЫХ ПРОГУЛОК
ИЗ СТРАХА ПЕРЕД ЕГО ОПАСНОСТЯМИ. ВСЕХ ИХ МОЖНО
БЛАГОПОЛУЧНО ИЗБЕЖАТЬ, ЕСЛИ ВЕСТИ СЕБЯ
ПРАВИЛЬНО, ЕСЛИ ВЫПОЛНЯТЬ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО
ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ!**

Учебно-методическое пособие
по формированию культуры безопасности

Руководитель проекта - Юрий Пивненко

Пособие составила Светлана Золотарева,
преподаватель Санкт-Петербургского пожарно-спасательного
колледжа

Рецензент Игорь Калинин,
кандидат юридических наук, спасатель РФ

Редактор - Анастасия Панкина,
Ассистент - Валерий Панкин

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО
2021 ГОД



the first two years of life. The first year of life is the most critical period for the development of the brain.

The second year of life is the most critical period for the development of the brain.

The third year of life is the most critical period for the development of the brain.

The fourth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The fifth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The sixth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The seventh year of life is the most critical period for the development of the brain.

The eighth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The ninth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The tenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The eleventh year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twelfth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The thirteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The fourteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The fifteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The sixteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The seventeenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The eighteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The nineteenth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twentieth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-first year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-second year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-third year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-fourth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-fifth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-sixth year of life is the most critical period for the development of the brain.

The twenty-seventh year of life is the most critical period for the development of the brain.