

*Предвидеть безопасность. По возможности,
избегать её. При необходимости - действовать.*

Яцек Паокевич

Правила поведения людей в экстремальных ситуациях

Автор: Семёнова Елена Юрьевна

МОУ СОШ № 5 – «Школа здоровья и развития» г. Радужный

ПЕРВАЯ РЕАКЦИЯ

Необходимо знать, что существуют три типичные реакции человека в экстремальных ситуациях (ЭС):

Дезорганизация поведения (предстартовая лихорадка). Проявлением этого может быть неожиданная утрата ранее приобретенных навыков. Движения могут приобретать импульсивный, неорганизованный характер, появляется суетливость, сумбурность. Нарушается логичность мышления.

Резкое понижение активности действий (предстартовая апатия). Это проявляется в том, что ситуации стресса могут вызвать у человека состояние ступора, оцепенения.

Повышение эффективности действий (психологическая готовность). Нередко при возникновении экстремальной ситуации происходит мобилизация всех ресурсов психики человека и направление их на преодоление этой ситуации. Поэтому в данном случае наблюдается повышенный самоконтроль, четкость восприятия и оценки происходящего, адекватность действий и поступков.

Содержание

- При пожаре.
- При угрозе террористического акта.
- Если произошёл взрыв.
- При совершении в отношении Вас противоправного деяния.
- При попытках посторонних проникнуть в Вашу квартиру.
- При обнаружении подозрительного объекта.
- При исчезновении близкого человека.
- При получении письма с угрозами.
- В случае похищения (захвата заложника).

Классификация чрезвычайных ситуаций

1. По сфере возникновения:

- техногенные
- природные
- экологические
- социально-политические

2. По масштабу возможных последствий:

- локальные
- объектовые
- региональные
- глобальные

3. По ведомственной принадлежности:

- на транспорте
- в строительстве
- в промышленности
- в сельском хозяйстве

4. По характеру лежащих в основе событий:

- пожар
- авария
- землетрясение
- погодные условия

Разновидности катастроф

Катастрофы



Природные



Антропогенные



Чрезвычайные ситуации природного характера делятся на виды:



- Геологические ЧС
 - Землетрясение
 - Извержение вулкана
 - Сель
 - Оползень
 - Обвал
 - Лавина
- Метеорологические ЧС
 - Ураган
 - Смерч
 - Шторм
 - Буря
- Гидрологические ЧС
 - Наводнение
 - Цунами
 - Лимнологическая катастрофа
- Пожары (лесные, степные, торфяные)



Извержения вулканов



Подводный вулкан





Землетрясения





Землетрясения



Землетрясение в Сан-Франциско

1906 год



Метеорологические ЧС



- Ураган
- Смерч
- Буря
- Шторм

Смерч



Девятый вал





Лимнологическая катастрофа на озере Ниос





Буря, шторм





Цунами





Наводнение







Лесные

**Пожары
природные**



Торфяные

Степные

Пожары лесные



Антропогенные катастрофы

- **Транспортные катастрофы**
- **Аварии и катастрофы в космосе**
- **Взрыв**
- **Взрыв расширяющихся паров,
вскипающей жидкости**



Техногенные катастрофы





Пожары







Транспортные катастрофы













Автомобильные аварии









Оказание помощи

Для оказания помощи хорошо иметь аптечку, поэтому, отправляясь в путешествие, ее лучше брать с собой. Набор необходимых медикаментов зависит от климатических условий. Например, в пустыне нужна сыворотка против змеиного яда, крем от солнечных ожогов и др. В тропической аптечке должны быть репеллент против пиявок, насекомых, присыпка от грибковых заболеваний, противомаларийный препарат.

В любой аптечке должны быть:

- жгут;
- индивидуальный перевязочный пакет на каждого;
- бинты;
- стерильные салфетки;
- пластырь (бактерицидный и простой);
- ваты;
- йод;
- марганцовка;
- медицинский спирт;
- шприц тубики с обезболивающим;
- антибиотики широкого спектра;
- нитроглицерин;
- корвалол/валидол;
- раствор кофеина;
- раствор адреналина;
- синтомициновая эмульсия (при ожогах/обморожениях);
- тетрациклиновая мазь (при воспалении глаз);
- пантоцид (для дезинфекции воды).

Оказание помощи

