

**SZEF OBRONY CYWILNEJ GMINY**  
**PORADNIK DLA MIESZKAŃCÓW**  
**OGÓLNE ZASADY POSTĘPOWANIA I ZACHOWANIA SIĘ LUDNOŚCI NA WYPADEK ZAGROŻEŃ**

**Szanowni Państwo!**

Powinniśmy zdawać sobie sprawę z tego, że zarówno w czasie wojny, jak i w czasie pokoju mogą wystąpić na znacznych obszarach poważne zagrożenia dla życia i zdrowia ludności.

Współcześnie przyjmuje się, że zagrożenie to - zjawisko wywołane działaniem sił natury (woda, ogień, powietrze, kosmos i świat biologiczny), bądź wywołane przez człowieka (awarie i katastrofy w tym m.in. katastrofy lądowe, powietrzne, awarie i katastrofy obiektów przemysłowych, budowlanych, hydrotechnicznych, pożary lasów, ataki terrorystyczne), które powodują, że poczucie bezpieczeństwa maleje bądź zupełnie zanika.

W czasie pokoju zdarzają się czasem awarie w zakładach przemysłowych lub katastrofy transportowe (cysterny), w wyniku których do atmosfery przedostają się substancje promieniotwórcze, trujące i inne, groźne dla życia i zdrowia ludności będącej w zasięgu ich oddziaływania.

Wymienione zagrożenia są niewątpliwie ważne. Ale czy możemy się przed nimi obronić lub przynajmniej zminimalizować ich skutki? Trzeba zdecydowanie odpowiedzieć TAK! Potrzebne do tego jest jednak przygotowanie całego społeczeństwa do powszechnej

samoobrony. I dlatego w celu przypomnienia wiadomości, zamieszczamy informację, propozycje i rady dotyczące powszechnej samoobrony ludności. Mamy nadzieję, że wiedza ta pomoże zrozumieć ewentualne zagrożenia i przygotować się na wypadek ich wystąpienia, a dzięki wskazówkom zawartym w treści opracowania, dowiecie się Państwo, jak przygotować się i postępować w czasie ich wystąpienia, ażeby bezpiecznie przejść przez „trudne sytuacje”, które mogą mieć miejsce.

**WYPOSAŻENIE RODZINY NA WYPADEK KLĘSKI ŻYWIOŁOWEJ**

Każda rodzina powinna mieć przygotowane podstawowe wyposażenie na wypadek klęsk żywiołowych. Podczas katastrof może wystąpić brak elektryczności, gazu, wody itp. Możliwe jest też, że warunki uniemożliwiają opuszczenie domu przez wiele dni. Przygotowane zawnazu wyposażenie ułatwi przetrwanie tego trudnego okresu

**Wyposażenie powinno zawierać:**

- 1) żywność:** mięso owoce i warzywa w puszkach; puszkowane soki, mleko i zupy; cukier, sól i przyprawy; wysokokaloryczne pożywienie (witaminy, słodycze, żywność dla niemowląt i ludzi starszych, ekstrakty kawy i herbaty) - zapas na okres 3 - 5 dni przechowywać w chłodnym i suchym miejscu;
- 2) woda:** wodę należy zgromadzić najlepiej w plastikowych pojemnikach w ilości 4 - 5 litrów na osobę na okres 3 - 5 dni, wliczając wodę do utrzymania podstawowych zasad higieny;
- 3) odzież:** każdy domownik powinien posiadać 1 zmianę bielizny, odzieży i butów, a dodatkowo okrycie przeciwdeszczowe, ciepłą bieliznę, koc lub śpiwór;
- 4) apteczka pierwszej pomocy:** gaza; sterylne bandaże, w tym elastyczne; taśmy przyklepne; nożyczki; chusta. Termometr; środki aseptyczne, środki przeciwbólowe, aspirynę, węgiel aktywowany; mydło; rękawice gumowe oraz zapas lekarstw na przewlekłe choroby członków rodziny;
- 5) przybory i narzędzia:** turystyczny zestaw do gotowania, radio na baterie, latarki, zapasowe baterie, nóż wieloczynnościowy, zapałki, przybory do pisania, przybory do higieny, plastikowe pojemniki, papier toaletowy, przybory do szycia - zestaw powinien być spakowany i gotowy do zabrania.

**Zabezpieczenie domu**

Możliwości zabezpieczenia domu są bardzo ograniczone i wiążą się z dużymi kosztami. Można jednak wykonać przedsięwzięcia profilaktyczne, które zmniejszą do minimum ryzyko strat.

Do takich przedsięwzięć należą:

- 1) przeniesienie wartościowych przedmiotów na strych lub wyższe piętro;
- 2) zamontowanie tablic bezpieczników i liczników możliwie jak najwyżej;

- 3) ubezpieczenie domu i wyposażenia w towarzystwie ubezpieczeniowym;
- 4) stworzenie systemu pomocy sąsiedzkiej.

#### **Zalecenia ogólne:**

- 1) nie pozostawiaj odkrytych przewodów elektrycznych,
- 2) zwracaj uwagę, aby brzegi wykładzin, dywanów lub innych przykryć podłogowych nie odstawały od podłoża,
- 3) pamiętaj, aby wszystkie schody i korytarze były dobrze oświetlone i zaopatrzone w poręcze wszędzie tam, gdzie to jest konieczne,
- 4) zabezpieczaj nie używane gniazdka elektryczne (np. zatyczką),
- 5) przechowuj alkohol, naczynia szklane itp. w bezpiecznym miejscu,
- 6) upewnij się, że szklane drzwi są dobrze widoczne.

#### ***W kuchni:***

- 1) nie pozostawiaj odkrytych przewodów elektrycznych,
- 2) naczynia stawiaj tak, aby ich ręczki nie wystawały,
- 3) osłaniaj piekarnik,
- 4) nie stawiaj garnków, patelni ani innych naczyń na brzegu kuchenki, piekarnika lub blatu roboczego,
- 5) wszystkie środki czystości przechowuj w pojemnikach niedostępnych dla dzieci (np. specjalny rodzaj zamknięć),
- 6) zaopatr się w odpowiednią gaśnicę lub koc gaśniczy.

#### ***W łazience:***

- 1) wszystkie leki itp. przechowuj w miejscu niedostępnym dla dzieci i w specjalnych pojemnikach,
- 2) brodzik prysznic powinien być wyposażony w uchwyt do trzymania się i wyłożony matą przeciwślizgową,
- 3) nie napełniaj wanny wyłącznie gorącą wodą, nie pozostawiaj odkręconych kranów,
- 4) nie używaj w łazience urządzeń elektrycznych zasilających z gniazdek, - sprawdź, czy maty przeciwpoślizgowe nie przesuwają się po śliskiej podłodze łazienki.

#### ***W garażu i samochodzie:***

- 1) pojemniki z chemikaliami zawsze dobrze znakuj. Nie używaj naczyń po napojach ani innych do przechowywania chemikaliów,
- 2) wszystkie potencjalnie niebezpieczne substancje, np. farby, rozpuszczalniki, paliwo, środki czystości, przechowuj w bezpiecznym miejscu, najlepiej wysoko nad ziemią,
- 3) zamontuj wyłączniki lub odpowiednie bezpieczniki na wszystkich przedłużaczach sieciowych wykorzystywanych do zasilania narzędzi warsztatowych lub ogrodowych,
- 4) nie pozostawiaj narzędzi, zwłaszcza grabi, lin, nożyc, w nieładzie,
- 5) nie kuś losu pozostawiając klucze w stacyjkach urządzeń mechanicznych, np. samochód, kosiarka itp.  
- wykorzystuj wszelkie zamontowane blokady zabezpieczające przed nieumyślnym otwarciem drzwi przez dziecko w czasie jazdy,
- 6) przy przewożeniu dzieci używaj specjalnych, przeznaczonych do tego fotelików,
- 7) pilnuj, aby wszyscy pasażerowie mieli zapięte pasy bezpieczeństwa,
- 8) przed otwarciem drzwi zawsze upewnij się, że z tyłu nie nadjeżdża inny samochód. Jeżeli natężenie ruchu jest duże wychodź przez drzwi po przeciwnej stronie,
- 9) zanim ruszysz upewnij się, że ani przed, ani za samochodem nie ma nikogo. Zwróć szczególną uwagę na dzieci, które mogą się bawić np. w chowanego.

#### **WYPADEK**

Nagły wypadek może zdarzyć się nawet w najbezpieczniejszym miejscu i wśród najbardziej odpowiedzialnych osób. Pamiętajmy, że najczęstszymi ofiarami nagłych zdarzeń są dzieci i ludzie w podeszłym wieku, dlatego zwracamy szczególną uwagę na miejsca, w których zwykli przebywać.

## **Zachowanie się w miejscu wypadku**

Gdy jesteś świadkiem wypadku:

### ***Po pierwsze – oceń sytuację i zabezpiecz siebie i miejsce zdarzenia***

Zadbaj o swoje bezpieczeństwo, czyli nie narażaj swojego zdrowia i życia jeśli poszkodowany znajduje się w strefie zagrożenia, czyli np. w centrum strzelaniny, w płonącym budynku czy we wodzie, a Ty nie potrafisz pływać; dbaj także o bezpieczeństwo poszkodowanych i osób postronnych. Jeśli jesteś na drodze ustaw trójkąt ostrzegawczy – na zwykłych drogach w odległości 50 m od wypadku, na drogach szybkiego ruchu – 100 m, na autostradach – 200 m, w niedalekiej odległości od zakrętu.

Poczyń obserwacje: dowiedz się, ilu jest poszkodowanych i jakie są ich obrażenia (np. stłuczenia, oparzenia, rany, nieprzytomność, urazy głowy, amputacje, krwotoki) a także jaki jest ich orientacyjny wiek. Rozeznaj się w terenie: zbierz wstępny wywiad, dowiedz co się stało, jakie są zagrożenia (np. substancje łatwopalne, osuwiska, opary, ogień).

### ***Po drugie – skontroluj czynności życiowe poszkodowanego i jego stan***

Kontrola świadomości, poprzez: podeszcie do poszkodowanego, potrząśnięcie jego ramionami i zapytanie: „Czy pan mnie słyszy?” nawiązanie kontaktu słownego jeśli to możliwe (zapytać czy poszkodowany wie co się stało, gdzie jest, co go boli, jak się czuje, czy cierpi na jakieś choroby przewlekłe typu astma, cukrzyca oraz zapytać czy powiadomić kogoś bliskiego o zdarzeniu) gdy nie reaguje należy sprawdzić oddech i drożność dróg oddechowych kontrola oddechu i drożności dróg oddechowych przez: poświęcenie 10 sekund na sprawdzenie oddechu udrożnienie dróg oddechowych przez wyjęcie widocznych ciał obcych (guma do żucia, kęsy jedzenia, zęby) i odgięcie głowy ku tyłowi (NIE u ofiar u których podejrzewa się uraz kręgosłupa – z wypadków drogowych, skaczących do wody, upadek z wysokości) przystawienie swojego ucha do ust poszkodowanego nasłuchiwanie i wyczuwanie na swoim policzku oddechu

obserwację ruchów klatki piersiowej określenie ilości i jakości oddechów (westchnienia agonalne – kilka westchnień, nie mylić z prawidłowym oddechem, ciężki oddech, bardzo mała liczba oddechów)

### ***Po trzecie – wezwij pomoc***

Rozeznałeś się w sytuacji i masz pewne pojęcie o zdarzeniu. Mniej więcej wiesz, co dolega poszkodowanym, a więc zadzwoń po służby ratownicze.

## **KATASTROFA BUDOWLANA**

### ***Opuszczając dom (mieszkanie):***

- 1) wyłącz instalację gazową, elektryczną, wodną;
- 2) zabierz ze sobą dokument tożsamości i inne ważne dokumenty, żywność, koce, odzież, pieniądze;
- 3) zadbaj o to, aby dom opuścili wszyscy domownicy oraz sąsiedzi;
- 4) zachowaj szczególną ostrożność - uwaga na stropy, klatki schodowe;
- 5) jeżeli nie możesz opuścić budynku (mieszkania) drzwiami wyjściowymi, klatką schodową z powodu zagrożenia lub innych przeszkód, uciekaj przez okno lub okna sąsiadów, jeśli to możliwe.

Gdy nie masz możliwości opuszczenia domu - wywieś w oknie białe prześcieradło lub obrus – jako znak dla ratowników, że potrzebujesz pomocy.

Gdy jesteś unieruchomiony (przysypany) - nawołuj pomocy, stukaj w lekkie elementy metalowe - ułatwi ratownikom lokalizację.

### ***Gdy opuściłeś dom (mieszkanie):***

- 1) powiadom kierującego akcją ratowniczą o osobach z rodziny i sąsiadach, którzy zostali jeszcze w pomieszczeniach budynku, oraz o osobach, które aktualnie i na pewno przebywają poza domem (w pracy, szkole itp.);
- 2) jeśli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaz je niezwłocznie służbie ratowniczej;
- 3) nie przeszkadzaj w pracy ratownikom;
- 4) nie wracaj na miejsce katastrofy, ani nie wchodź do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia służb

- budowlanych, które określą czy takie wejście jest bezpieczne;
- 5) ile doznałeś obrażeń (jesteś ranny) zgłoś się do punktu pomocy medycznej;
  - 6) zgłoś swoje potrzeby do punktu pomocy społecznej lub władz terenowych;
  - 7) dalej postępuj, zgodnie z zaleceniami władz miasta, gminy.

## **P O Ź A R**

Jeśli zauważyłeś pożar to:

- 1) masz obowiązek prawny i moralny powiadomić o tym osoby zagrożone, straż pożarną lub inne służby ratownicze;
- 2) użyj prostych sposobów by ugasić pożar w zarodku - gaśnica, woda, koc gaśniczy:
  - jeśli ubranie pali się na Tobie - zatrzymaj się, połóż na ziemi i obracaj do chwili zduszenia ognia, ucieczka powoduje tylko zwiększenie płomienia;
  - jeśli pali się tłuszcz w naczyniu kuchennym - ugaś go solą kuchenną lub po prostu nakryj szczelną pokrywką.
- 3) nie gaś urządzeń elektrycznych wodą - mogą być pod napięciem, postaraj się odłączyć zasilanie elektryczne;
- 4) nie próbuj gasić ognia, którego nie jesteś w stanie opanować, wyprowadź wszystkie osoby zagrożone w bezpieczne miejsce i w razie potrzeby udziel pierwszej pomocy;
- 5) gdyby pożar i swąd dymu obudził Cię ze snu - zbadaj, czy drzwi są ciepłe, jeżeli tak to nie otwieraj ich lecz użyj innych dróg by opuścić pomieszczenie (np. przez okno, o ile jest to możliwe) lub usilnie wzywaj pomocy, wymachując przez okno białym obrusem, prześcieradłem;
- 6) jeśli musisz wyjść przez pomieszczenia zadymione to zakryj usta i nos gęstą tkaniną, okryj się czymś trudno zapalnym i przemieszczaj tuż przy podłodze - dym i gorące powietrze unosi się do góry, a dołem powietrze jest bardziej czyste i chłodne. Bądź przygotowany! Dym drażni oczy.

Opuszczając mieszkanie, sprawdź czy opuścili je wszyscy domownicy (dzieci potrafią chować się przed ogniem w miejscach, z których ich nie widać: np. w szafie, pod łóżkiem, pod pościelą itp.).

## **HURAGAN**

W przypadku ostrzeżenia o zbliżającym się huraganie:

- 1) słuchaj porad podawanych przez rozgłośnie radiowe i telewizyjne, w jaki sposób się zachowywać, w przypadku gdy będzie to konieczne;
- 2) zabezpiecz okna;
- 3) zamknij główny zawór instalacji gazowej;
- 4) wnieś do wewnątrz przedmioty, które mogą być porwane przez wiatr np. pojemniki na śmieci, meble ogrodowe;
- 5) zaopatr się w żywność, wodę pitną oraz baterie do radia i latarek;
- 6) napełnij zbiorniki paliwa w twoim samochodzie;
- 7) naucz najbliższych członków rodziny jak odłączać źródła energii, gazu i wody;
- 8) jeśli otrzymasz polecenie ewakuacji - uczyni to natychmiast. Przed opuszczeniem domu odłącz źródła energii, gazu i wody.

Gdy nadejdzie huragan jeśli nie ewakuowałeś się i pozostajesz w domu nie zbliżaj się do okien.

Gdy huragan przejdzie:

- 1) uważaj na zerwane przewody sieci elektrycznej;
- 2) sprawdź zniszczenia, przy zachowaniu szczególnych środków ostrożności;

Wezwij odpowiednie służby do przywrócenia dostaw wody gazu i energii elektrycznej, jeśli jesteś przekonany, że sieci zostały uszkodzone lub zniszczone.

## **ŚNIEŻYCE - ZAMIECIE**

Pod pojęciem "burza śnieżna" należy rozumieć wielogodzinne obfite opady śniegu połączone z silnymi wiatrami.

W przypadku ostrzeżenia o burzy śnieżnej powinienes:

- 1) pozostać w domu w czasie opadów;
- 2) jeśli musisz wyjść, ubierz się ciepło, najlepiej wielowarstwowo;
- 3) zachowaj szczególną ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie;
- 4) zachowaj ostrożność przy odśnieżaniu, gdyż jest to stresujący wysiłek fizyczny. Unikaj podróżowania w czasie burzy śnieżnej, jeśli jednak musisz to zrobić:

- 1) wyjeżdżaj z zapasem paliwa;
- 2) powiadom kogokolwiek o docelowym miejscu podróży oraz o przewidywanej trasie przejazdu;
- 3) zabierz ze sobą prowiant i koce.

Jeśli utknąłeś w drodze:

- a) pozostań w samochodzie, nie szukaj sam pomocy;
- b) umocuj na antenie lub dachu samochodu jaskrawą część ubrania (najlepiej koloru czerwonego) tak, aby była widoczna dla ratowników;
- c) pozostaw włączone światła, abyś był widoczny, pamiętaj jednak by nie rozładować akumulatora;
- d) siedząc w samochodzie poruszaj ramionami i nogami w celu utrzymania normalnego obiegu krwi;
- e) ogrzewanie samochodowe wykorzystuj oszczędnie, uważaj aby spaliny z pracującego silnika nie dostawały się do wnętrza samochodu.

## **TOKSYCZNE ŚRODKI PRZEMYSŁOWE (TŚP)**

### ***Wskazówki dla ratujących***

Osoby biorące udział w akcji ratowniczej lub likwidowaniu awarii muszą być wyposażone w aparaty izolujące do ochrony dróg oddechowych oraz ubranie gazoszczelne.

#### **Amoniak NH<sub>3</sub>**

Amoniak jest bezbarwnym, silnie trującym gazem o ostrym "gryzącym" zapachu. Wywołuje przykre pieczenie w gardle, ślinotok, nudności, łzawienie i ból głowy. Przy dużych dawkach może spowodować nieodwracalne zmiany w organizmie np. utrata wzroku, zmiany w płucach.

#### **Pierwsza pomoc**

Poszkodowanego należy wynieść ze skażonego środowiska. Zdjąć skażoną odzież, ciepło okryć. Zapewnić dopływ świeżego powietrza. Przy zatruciu dróg oddechowych usunąć śluz z jamy ustnej i gardła, ułożyć poszkodowanego na boku, zapewnić bezwzględny spokój i bezruch (groźba obrzęku płuc nawet do 48 godz.). Skażone oczy płukać pod bieżącą wodą około 15 minut przy podwiniętych powiekach. Skórę zmywać 15 minut dużą ilością bieżącej wody. Wezwać lekarza.

#### **Chlor Cl**

Chlor jest gazem silnie trującym i żrącym. Działa głównie na drogi oddechowe i skórę. Tworzy ciężki, ścielący się obłok o żółtym zabarwieniu. Wywołuje podrażnienie błon śluzowych oczu, gardła i górnych dróg oddechowych. Powoduje łzawienie, kichanie, ślinotok, kaszel i obrzęk płuc. Może doprowadzić do śmierci.

#### **Pierwsza pomoc**

Poszkodowanego wynieść ze skażonego środowiska. Zdjąć skażoną odzież, ciepło okryć, ułożyć wysoko i zapewnić spokój. W razie zatrzymania oddechu stosować oddychanie "usta - usta", jeżeli jest taka możliwość zastosować aparat oddechowy z tlenem. Skażoną skórę zmywać obficie wodą z mydłem i przykryć jałowym opatrunkiem - nie nakładać opasek oparzeniowych. Oczy płukać dużą ilością bieżącej wody przy odwiniętych powiekach. Wezwać lekarza.

#### **Chlorowodór HCl**

Chlorowodór jest bezbarwnym gazem o duszącej woni, dymiący w wilgotnym powietrzu. Bardzo dobrze rozpuszcza się w wodzie wydzielając przy tym znaczną ilość ciepła i tworząc mocny kwas chlorowodorowy (kwas solny).

### ***Pierwsza pomoc***

#### **Zatrucie inhalacyjne:**

- wynieść poszkodowanego ze skażonego środowiska;
- ułożyć w wygodnej pozycji półleżącej lub siedzącej;
- zapewnić spokój i całkowity bezruch (wysiętek może spowodować obrzęk płuc);
- chronić przed utratą ciepła;
- podawać tlen do oddychania;
- natychmiast wezwać lekarza.

#### **Skażenie skóry:**

- zdjąć skażoną odzież i obficie zmywać skórę wodą bieżącą;
- nie stosować środków zobojętniających (alkalizujących);
- na oparzenia założyć jałowy opatrunek;
- wezwać lekarza.

Skażenie oczu:

- oczy płukać obficie wodą przez 15 minut;
- konieczna pilna pomoc okulistyczna w każdym przypadku skażenia oczu. Zatrucie drogą pokarmową:
- nie wywoływać wymiotów;
- podać do picia białka jaj kurzych albo mleko;
- nie podawać nic innego doustnie;
- w każdym przypadku transport do szpitala pod nadzorem lekarza.

## **ATAKI TERRORYSTYCZNE**

Środki biologiczne

Skażenia rejonu mogą mieć miejsce w wyniku ataku terrorystycznego z użyciem broni biologicznej takiej jak wirusy, bakterie oraz ich toksyny.

Sygnał alarmowy w przypadku zagrożenia może być nadany przez syreny alarmowe OC, ruchome środki nagłaśniające, radio i telewizja.

### ***Stan zagrożenia.***

Atak wcześniej zapowiedziany.

Proponowane działanie:

- 1) włączyć odbiorniki radiowe i telewizyjne na program lokalny w celu wysłuchania komunikatów ostrzegawczych, stosować się do poleceń komunikatów nadawanych przez obronę cywilną,
- 2) zaalarmować i ewakuować ludność z rejonu zagrożenia w kierunku pod wiatr od źródła zagrożenia, a ze sfery skażonej poprzecznie do kierunku wiatru,
- 3) wyłączyć urządzenia klimatyzacyjne w obiekcie, natychmiast zamknąć i uszczelnić wszystkie otwory wentylacyjne, okna i drzwi,
- 4) przygotować wilgotne tampony do ochrony dróg oddechowych, na wypadek przeniknięcia środka biologicznego do wnętrza pomieszczeń - częsta zmiana tamponu lub nawilżanie go wodą podtrzymuje zdolność pochłaniania na stałym poziomie,
- 5) w miarę możliwości zgromadzić podręczne środki ratownicze i odttrutki: maski pyłowe, gazę, wate, kwas octowy, sok cytrynowy, oliwę jadalną, wodę, wodę utlenioną, mydło, olej parafinowy, środki pobudzające krążenie, spirytus do zmywania skóry,
- 6) powstrzymać się od spożywania posiłków, palenia tytoniu oraz prac wymagających dużego wysiłku,
- 7) w zależności od okoliczności i potrzeb powiadomić policję, straż Pożarną, Pogotowie Ratunkowe,
- 8) do chwili odwołania alarmu lub zarządzenia ewakuacji, nie wolno opuszczać uszczelnionych pomieszczeń, przebywać w pobliżu okien i innych otworów wentylacyjnych,
- 9) osobo przebywające na otwartej przestrzeni lub przystępujące do ewakuacji ( po jej zarządzeniu ) powinny jak najszybciej opuścić strefę niebezpieczną prostopadle do kierunku wiatru przenoszącego skażone powietrze,

### **Ogłoszenie alarmu.**

Po ogłoszeniu ataku z użyciem środków biologicznych należy:

Proponowane działanie kiedy atak został szybko wykryty oprócz podjęcia w trybie alarmowym działań opisanych wyżej należy podjąć następujące działania:

- 1) użyć pasywnych środków ochronnych - maski, ubrań ochronnych, ewakuacja ludzi z zagrożonych obiektów ochrona obiektów;
- 2) ewakuować ludzi ze skażonych pomieszczeń, rejonu;
- 3) ograniczyć lub zakazać wychodzenia ludzi na zewnątrz budynku (z wyjątkiem zwalniania pracowników do domu);
- 4) prowadzić profilaktykę wśród zagrożonych pracowników i studentów;
- 5) prowadzić zabiegi sanitarne i specjalne (np. odkażanie ludzi, odzieży i sprzętu w strefie zakażonej);
- 6) śledzenie komunikatów radiowych i innych, stosowanie się do poleceń kierowników jednostek ratowniczych.

Proponowane działanie kiedy atak został późno wykryty (powstały już podejrzone ogniska zachorowań).

Działania w tych przypadkach muszą być zdecydowane, bardzo sprawnie kierowane i koordynowane przez specjalistyczne służby . Niezbędne jest podjęcie następujących przedsięwzięć:

- 1) prowadzenie kordonu sanitarnego i wydzielenie stref zakażonych (skażonych);

- 2) poddanie kwarantannie ludzi znajdujących się w tych strefach, a w niektórych przypadkach również zwierząt;
- 3) odkażanie ludzi, odzieży i sprzętu w strefie zakażonej;
- 4) hospitalizacja chorych z objawami klinicznymi;
- 5) zapewnienie ludności bezpiecznej żywności i wody oraz czystej odzieży;
- 6) podjęcie działań profilaktycznych w strefach nie zakażonych.

#### **Odwołanie alarmu.**

Po odwołaniu alarmu o zakażeniu biologicznym należy:

- 1) usunąć zagrożenie czynnikiem biologicznym wewnątrz budynku poprzez zabiegi specjalne odkażające;
- 2) wszystkie pomieszczenia dokładnie przewietrzyć;
- 3) zapewnić poszkodowanym ewakuowanym osobom pomoc doraźną;
- 4) usunąć materiały skażone (nieprzydatne środki, przedmioty - mienie);
- 5) przeprowadzić specjalistyczną kontrolę bhp, a rozpoczęcie normalnej pracy może nastąpić po usunięciu przyczyn zagrożenia.

#### ***Czynniki biologiczne, które mogą być zastosowane jako środek terroru (podział wg objawów).***

Wąglik (bakteria) - uszkodzenia zewnętrzne i wewnętrzne, gorączka, infekcja płucna.

Uwaga:

- 1) bakterie wąglika powodują infekcje skóry, systemu trawiennego lub płuc.
- 2) aby doszło do zakażenia musi dostać się do organizmu przez uszkodzony naskórek, przez połknięcie lub przy oddychaniu.
- 3) wąglikiem nie można zarazić się od drugiej osoby.
- 4) szybkie i właściwe rozpoznanie zwiększa szansę wyleczenia.

Ebola (wirus) - gorączka, delirium, krwawienie z jam ciała, drgawki:

Pałeczka jadu kiełbasianego (bakteria) - mdłości, biegunka, porażenie mięśni oddechowych.

Dżuma (bakteria) - gorączka, delirium, niewydolność układu oddechowego.

Uwaga: w przypadku otrzymania podejrzanego przesyłki (list, paczka) przestrzegać szczególnej procedury postępowania.

#### **Organizacja likwidacji skutków użycia środków biologicznych, chemicznych i promieniotwórczych**

##### ***OGólna charakterystyka i organizacja dezaktywacji (odkażania).***

DEZAKTYWACJA (odkażanie) polega na usuwaniu z powierzchni ciała ludzkiego, oczu, nosa i ust substancji promieniotwórczych, środków trujących i biologicznych. Celem dezaktywacji jest zmniejszenie absorpcji trucizn przez osoby poszkodowane oraz zapobieganie wtórnemu skażeniu służb ratowniczych.

Organizacja dezaktywacji osób porażonych.

Etap I

- 1) zdjąć z poszkodowanego odzież i biżuterię;
- 2) rzeczy zabezpieczyć w specjalnych workach i pozostawić w strefie skażenia zgodnie z procedurą przewidzianą dla substancji niebezpiecznych;
- 3) zanieczyszczeń stałych nie wolno usuwać przy pomocy szczotek lub innych narzędzi;
- 4) zanieczyszczenia w postaci cieczy można próbować delikatnie usunąć za pomocą tamponu, chusteczki itp.

Etap II

- 1) miejsce skażone umyć dużą ilością letniej wody pod łagodnym ciśnieniem (zwrócić szczególną uwagę na fałdy skóry, okolice pach, pachwin i na stopy, zmywać wodą od głowy w kierunku stóp);
- 2) w przypadku substancji nieznanych lub substancji nierozpuszczalnych w wodzie można użyć delikatnych detergentów (mydło szare);
- 3) nie używać żadnych substancji chemicznych do usuwania zanieczyszczenia ze skóry;
- 4) w przypadku podejrzenia skażenia oczu należy przemyć oczy wodą.

#### UWAGA:

- 1) przy skażeniu środkami chemicznymi takimi jak:
  - a) paraliżujące (pary), związki cyjanowe, środki uszkodzające płuca - należy zdjąć ubranie, a do mycia stosować odpowiednie środki;
  - b) paraliżujące (płyyny), parzące - postąpić jak wyżej, dodatkowo usunąć mechanicznie skażenia;
  - c) łzawiące - do mycia stosować mydło szare i wodę.
- 2) przy skażeniu środkami biologicznymi stosować standardowe mycie ciała;
- 3) przy skażeniu radiologicznym stosować mycie mydłem i wodą całego ciała.

#### **Ogólne zasady dezaktywacji (usuwania):**

- 1) opóźnienie dezaktywacji może mieć większe znaczenie niż długość jej przeprowadzania;
- 2) splukiwanie 15 ofiar, po rozebraniu wszystkich elementów garderoby przeznaczając 1 minutę dla osoby jest lepszym rozwiązaniem niż splukiwanie 1 osoby poszkodowanej przez 15 minut, bowiem większość substancji płynnych i stałych usuwanych jest w czasie krótkiej dezaktywacji;
- 3) odpowiednia dezaktywacja zapobiega skażeniom wtórnym, co ma szczególne znaczenie dla pracowników służby zdrowia, które będą miały kontakt z osobami poszkodowanymi;
- 4) układ oddechowy - zapewnić odpowiednią wentylację (podawać tlen);
- 5) skóra:
  - dezaktywacja w przypadku narażenia na gazy nie jest konieczna;
  - nieuszkodzona skóra jest barierą dla wielu, ale nie wszystkich rodzajów trucizn;
  - absorpcja przez skórę wzrasta w przypadku jej uszkodzenia i w wysokiej temperaturze;
- 6) substancje chemiczne rozpuszczalne w tłuszczach są zwykle łatwo absorbowane przez nie uszkodzoną skórę;
- 7) narażenie na gazy duszące nie wymaga specjalnej dezaktywacji skóry i błon śluzowych;
- 8) narażenie na gazy drażniące i żrące wymaga dezaktywacji przy pomocy wody,

#### **SKAŻENIA PROMIENIOTWÓRCZE (radiacyjne)**

##### **Przygotowani mieszkania (pokoje, piwnice) do ochrony przed skażeniami i zakażeniami.**

Na wypadek alarmu o skażeniach lub uprzedzenia o zagrożeniu skażeniami zakażeniami każda rodzina powinna mieć tak przygotowaną piwnicę, pokój lub mieszkanie, aby stanowić one mogły ochronę przed oddziaływaniem na organizm ludzki opadu substancji promieniotwórczych, środków trujących niebezpiecznych dla zdrowia, środków biologicznych. Przystosowując na takie ukrycie mieszkanie (piwnicę, pokój) należy mieć na uwadze to, że jego podstawową cechą powinna być hermetyczność (szczelność) i możliwość zapewnienia w miarę potrzeby najprostszej wentylacji.

##### **W razie potrzeby wykonać następujące prace:**

- 1) uszczelnić okna odpowiednio taśmą lub watą a nawet okleić paskiem papieru (taśmą samoprzylepną), uszczelnić wszystkie drzwi i futryny;
- 2) drzwi zewnętrzne obić kocem i w odległości 1-1,5 m zawiesić zasłonę z koca (kołdry), uszczelnić dokładnie wszystkie szpary, szczeliny, otwory kominowe, miejsca w których przechodzą przewody wodociągowe, centralnego ogrzewania, kanalizacji itp.;
- 3) zakleić szczelnie papierem kratki wentylacyjne, ale tak by w razie potrzeby zapewnić wentylację pomieszczenia;
- 4) samoczynną dobrą wentylację mogą zapewnić otwory: nawiewny i wywiewny;
- 5) otwór wywiewny powinien być usytuowany 1,5 - 2 m nad otworem nawiewnym;
- 6) w przewodzie nawiewnym można umieścić prosty filtr przeciwpylowy - ramką z rozpiętą nawilżoną tkaniną;
- 7) lekarstwa dla chorych, apteczka domowa, środki dezynfekcyjne, zapasowe oświetlenie, baterijny odbiornik radiowy itp.,
- 8) sprzęt gaśniczy (np. gaśnica. koc, wiadro, piasek, łopata itp.);
- 9) niezbędne przedmioty osobistego użytku.



Pamiętać należy o przygotowaniu oświetlenia zastępczego. Zalecane jest oświetlenie elektryczne (bateryjne, akumulatorowe). Lampy naftowe i świece, paląc się zużywają dużo tlenu oraz zanieczyszczają powietrze dwutlenkiem węgla, dlatego ich używanie jest niewskazane.

***Zachowaj spokój, pamiętając o tym że:***

- 1) nie każdy wypadek, związany z wydostaniem się substancji promieniotwórczej jest dla Ciebie niebezpieczny;
- 2) wypadek może dotyczyć tylko terenu zakładu (elektrowni atomowej) i może nie powodować żadnych zagrożeń zewnętrznych;
- 3) uważnie i stale słuchaj radia, oglądaj telewizję krajową lub lokalną. Komunikaty określą charakter wypadku, stopień zagrożenia oraz jego zasięg i szybkość rozprzestrzeniania się - wykonaj zalecenia wynikające z komunikatów.

***Gdy powracasz do mieszkania ze skażonego terenu:***

- 1) weź prysznic, zmień buty i odzież, chowając je do szczelnej plastikowej torby;
- 2) nasłuchuj w radio i telewizji komunikatów o drogach ewakuacji, tymczasowych schronach i sposobach postępowania;
- 3) jeśli otrzymasz polecenie ewakuacji, wykonuj je niezwłocznie, według zaleceń władz (służb ratowniczych). Pamiętaj o swoich sąsiadach, którzy mogą potrzebować specjalnej pomocy przy małych dzieciach, starszych lub niepełnosprawnych osobach.

***Pozostając w domu:***

- 1) zabezpiecz i pozamykaj okna i drzwi oraz zasuwy piecowe i kominowe;
  - 2) wyłącz klimatyzację, wentylację, ogrzewanie nawiewowe itp.;
  - 3) miej przy sobie cały czas włączone radio bateryjne;
  - 4) udaj się do piwnicy lub innych pomieszczeń, poniżej powierzchni gruntu;
  - 5) pozostań wewnątrz pomieszczeń do czasu, aż władze (służby ratownicze) ogłoszą, że jest już bezpiecznie;
  - 6) jeśli musisz wyjść na zewnątrz, zakryj usta i nos mokrym ręcznikiem. Bądź przygotowany do ewakuacji lub schronienia się na dłuższy czas w swoim domu;
  - 7) ukryj inwentarz i nakarm go przechowaną w zamknięciu paszą.
- Dalej postępuj, zgodnie z zaleceniami określonymi przez władze (służby ratownicze) do czasu odwołania zagrożenia skażeniem promieniotwórczym.

***Przygotowanie budynków gospodarczych do ochrony przed skażeniami i zakażeniami***

Przedsięwzięcie to polega na zwiększeniu walorów wytrzymałościowych oraz właściwości ochronnych stodół, spichlerzy, komórek itp. zawierających plony, obór i chlewni z bydłem i trzodą przede wszystkim przez ich uszczelnienie i uniemożliwienie przedostawania się środków skażenia i zakażenia do wnętrza.

W okresie zagrożenia - na wezwanie obrony cywilnej - w budynkach gospodarczych, w miarę potrzeb, należy:

- 1) uszczelnić sufit warstwą z gliny, cementu lub wapna (2 wiadra wapna gaszonego, wiadro wody, 2 kg soli kuchennej) oraz zasypać piaskiem lub żwirem;
- 2) część okien zamurować ceglami lub obić deskami z obu stron i wypełnić ziemią (torfem, trocinami), a pozostałe zaopatrzyć w izolacyjne okiennice lub zasłonić mocnym przezroczystym plastykiem;
- 3) pozatykać gliną, pakułami szpary w konstrukcjach drewnianych, uszczelnić futryny i drzwi, od strony wewnętrznej zawiesić zasłonę z materiału, aby szczelnie przylegała do ram drzwi;
- 4) zasłonić przewody (otwory) wentylacyjne workami z trocinami, sianem itp.- obsypać z zewnątrz ziemią ściany drewniane do wysokości okien albo w odległości 50 -60cm od ściany postawić ściankę z desek lub plecionkę z wikliny i przestrzeń między nimi zasypać ziemią.

Nawet w pomieszczeniach niehermetycznych można zapewnić kilkugodzinną ochronę przed przenikaniem do wnętrza niektórych środków trujących, jeżeli zamknięte okna i drzwi zasłonimy od wewnątrz brezentem, tkaniną workową lub inną tkaniną zamoczoną w wodnym roztworze sody.

***Aby zapewnić zwierzętom bezpieczeństwo, należy także:***

- 1) przygotować wystarczający na 14 dni zapas wody i paszy zabezpieczonej przed skażeniem,

- 2) wietrzyć uszczelnione obory (chlewnie): w lecie przy temperaturze do 20 0 C nie później niż po 34 godzinach,
- 3) w zimie przy temperaturze -20 0C do -25 0C po 34 do 90 godzin (dokładne informacje poda służba weterynaryjna),
- 4) zapewnić budynkom gospodarczym ochronę przed pożarem (pas przeciwpożarowy, sprzęt ppoż. itp.

### **Zabezpieczenie płodów rolnych i pasz przed skażeniami.**

Uprawy polowe w zasadzie będą pozostawione samoczynnemu odkażaniu. Skutki skażeń łagodzone będą odpowiednimi przedsięwzięciami agrotechnicznymi. W uprawach warzywnych należy wykorzystać do ochrony roślin tunele i przykrycia foliowe.

Główny wysiłek należy skierować na ochronę przed skażeniami płodów rolnych i pasz już zebranych. Ziarno i pasze treściwe należy z zasady przechowywać w zamkniętych i uszczelnionych pomieszczeniach. Na okres opadania pyłu promieniotwórczego zamyka się także wentylację.

Zboża i siano w stogach i stertach powinny być przykryte np. słomą nie przeznaczoną na paszę, wikliną, brezentem, folią. Wokół stogów wykopuje się rowki odpływowe. Rośliny okopowe oraz niektóre warzywa przechowuje się w kopcach przykrytych warstwą słomy i suchej ziemi (podobnie jak na okres zimowy). Najlepiej jednak przechowywać je w piwnicach.

Kiszonka znajdująca się w silosach zamkniętych nie wymaga dodatkowego zabezpieczenia. Silosy odkryte należy uszczelnić. Dobrze także chronią doły wyłożone folią i szczelnie przykryte.

### **Zabezpieczenie studni przed skażeniami.**

Studnie kopane (z kołowrotem) zabezpiecza się przed skażeniami poprzez:

- 1) wykonanie obudowy w postaci budki obitej papą lub blachą,
- 2) uszczelnienie wierzchniej części cembrowiny,
- 3) wykonanie w promieniu 1,5-2 m wokół studni utwardzonej powierzchni z cegieł, cementu lub asfaltu z niewielkim spadkiem na zewnątrz. Zamiast cementu można ułożyć 50cm warstwę gliny, a na niej 10-15 cm warstwę żwiru i piasku.

W studni kopanej (z ręczną pompą) należy dodatkowo uszczelnić wąż i przejście rury przez pokrywę studni sznurem smołowanym lub lepikiem, a pompę osłonić kapturem z materiału izolującego.

Najprostszym sposobem zabezpieczenia studni abisynki jest okrycie całej pompy workiem uszytym z materiału wodoszczelnego (ceraty, brezentu, plastyku). Kilkumetrowa warstwa ziemi ochroni płytkie wody podziemne przed skażeniami

### **POWÓDŹ**

W przypadku ostrzeżenia o zagrożeniu powodziowym:

- 1) przenieś wartościowe rzeczy na górne kondygnacje budynku;
- 2) jeśli możesz - wywieś dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce, np. do rodziny, znajomych;
- 3) ustal sposoby kontaktowania się z rodziną;
- 4) naucz najbliższych członków rodziny jak odłączać źródła energii, gazu i wody;
- 5) usuń środki, które mogłyby stać się źródłem skażenia - pestycydy i wszystkie chemikalia, z piwnic, garaży i zabudowań gospodarczych;
- 6) zgromadź w domu niezbędną ilość nie psującej się żywności (np. konserwy) oraz wody pitnej;
- 7) przenieś na górne kondygnacje miejsca sypialne;
- 8) przez cały czas słuchaj podawanych przez radio komunikatów o zagrożeniu i sposobach postępowania;
- 9) zapewnij sobie odpowiednią ilość źródeł światła - latarki, świece, zapasowe baterie do radia i latarek;
- 10) zapewnij wszystkim domownikom odpowiednią odzież i obuwie;
- 11) jeżeli masz sprzęt pływający (pontony, łodzie), utrzymaj go w sprawności i używaj go wyłącznie podczas zagrożenia życia - prąd wody może porwać sprzęt wraz z osobami;
- 12) zapewnij zwierzętom paszę na co najmniej dwie, trzy doby;
- 13) poznaj drogi ewakuacyjne i zapoznaj z nimi swoich najbliższych sąsiadów;
- 14) podczas powodzi dostosuj się do poleceń osób prowadzących akcję ratunkową.
- 15) wyłącz odbiorniki energii (prąd, gaz) i wodę;

16) zamknij mieszkanie.

W razie ewakuacji zabierz ze sobą najcenniejsze rzeczy, dokumenty, odzież i produkty żywnościowe na dwa, trzy dni.

#### **TELEFONY ALARMOWE**

### **Nr alarmowy telefonii kom. - 112**

Pogotowie Ratunkowe - 999

Policja - 997

Straż Pożarna - 998

Pogotowie wodno-kanalizacyjne - 994

Pogotowie gazowe - 992

Pogotowie ciepłownicze - 993

Pogotowie energetyczne - 991