



НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ



На виконання листа Міністерства освіти і науки України №1/9- 268 від 19.05.2021 року «Щодо безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в літній період», Штаб цивільного захисту НУБіП України розробив певні роз'яснення.

БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНІ НА ВОДІ!

Не забувайте, що відпочинок на природі, біля води може доставити не тільки задоволення і насолоду, але й принести нещастя. Недотримання елементарних правил поведінки на воді закінчується трагедією.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

1. Не запливайте за обмежувальні буйки.
2. Не пірняйте з берега в невідомих вам місцях (глибина може бути недостатньою для пірнання).
3. Не допускайте переохолодження тіла у воді, при появі судом негайно вийдіть з води.
4. Стримуйте оточуючих від необережних вчинків.
5. Не залишайте дітей без нагляду старших. Забороняйте дітям, молодшим десяти років самостійно заходити у воду.
6. Не заходьте у воду в нетверезому стані.
7. При рятуванні потопляючого звільніть його організм від води і робіть штучне дихання до відновлення серцевої діяльності. Викличте швидку допомогу.
8. Під час надання допомоги травмованому (голова, шия, спина, кінцівки) забезпечте йому повний спокій і викличте швидку допомогу.

ПЛАВАЙТЕ, АЛЕ ПАМ'ЯТАЙТЕ

ПРИ КОРИСТУВАННІ ГРОМАДЯНАМИ САМОХІДНИМИ, ЕСАМОХІДНИМИ ПЛАВЗАСОБАМИ ТА ВІТРИЛЬНИКАМИ

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

- завантажувати плавзасоби понад визначену вантажопідйомність і пасажиромісткість;
- заходити на плавзасобах в акваторії, відведені для купання;
- плавати і підходити до берега в місцях масового відпочинку людей;
- підходити до інших (не малих і не маломірних) плавзасобів, що рухаються, і перетинати курс їх на небезпечній відстані (менше 500 м);
- порушувати правила розходження плавзасобів;
- пірнати із плавзасобів;
- брати на плавзасоби дітей до 7 років;
- віддавати напрокат плавзасоби і кататись на них дітям до 16 років без супроводу дорослих;
- розпивати спиртні напої і користуватись плавзасобами в стані сп'яніння .
- сидіти на носі, кормі чи бортах човна, завісивши ноги за борт плавзасобу;
- використовувати рятувальні засоби не за призначенням;
- користуватись плавзасобами особам, які не вміють плавати;
- віддалятися від берега на відстань більшу, ніж вказано у судовому квитку;
- купатися із борта плавзасобу, переходити під час руху із плавзасобу на плавзасіб, із місця на місце у плавзасобі.

Громадяни, які користуються плавзасобами, зобов'язані надавати допомогу людям, які потерпають на воді.

До користування моторними човнами і вітрильниками допускаються особи, які мають відповідні документи на право керування цими плавзасобами.

Забороняється користуватися моторними плавзасобами особам, які не мають на це права.



Будьте обережні під час відпочинку на пляжі!

Довготривале перебування на сонці може призвести до сонячного удару. Він настає при перегріванні організму, особливо голови, прямими сонячними променями.

Перші ознаки: в'ялість, розбитість організму, нудота, головна біль. Потім відчувається підвищення температури тіла, з'являється блювота, можлива непритомність, судом.

При перших ознаках сонячного удару потерпілого необхідно покласти в холодне місце чи затінок. До голови, шиї, тіла слід прикласти холод, давати пити підсолену холодну воду, чай. Належить терміново викликати лікаря або доставити потерпілого до найближчого лікувального закладу.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

Не можна перебувати тривалий час на сонці.

На голову одягайте головний убір або пов'язуйте світлу хустину.

ОБЕРЕЖНО! Антропозоонози!

Антропозоонози – це група інфекційних захворювань, небезпечних для людей і тварин. Вони передаються від хворої тварини до людини, а в деяких випадках навпаки. Це може статися різними шляхами, при тісному побутовому контакті, пов'язаному з доглядом, годуванням під час надання лікувальної допомоги, або через продукти харчування, які виробляються з хворих тварин, у випадку коли продукція не підлягає ветеринарному контролю.

До цих захворювань слід віднести: бактеріальні – сибірську виразку, правець, бруцельоз, туберкульоз, ліпоспироз, харчові токсикоінфекції; вірусні – сказ, ящур, орнітоз; грибові – стригучий лишай, актиномікоз; гельмінтози – трихinelез, описторхоз.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

Боротьба з антропозоонозам носить різноманітний характер. Вона повинна бути спрямована на своєчасне виявлення джерел і осередків інфекції і організацію оздоровчих заходів.

Дотримуйтесь встановлених санітарних вимог під час заготівлі і переробки продуктів тваринного походження і торгівлі ними на ринках.

Боріться з переносниками захворювань, проведіть планові запобіжні прищеплювання, своєчасно ізолюйте і лікуйте хворих тварин.

Регулярно проводьте профілактичні заходи серед осіб, що мають контакти з джерелами антропозоонозних захворювань.

Боротьба з антропозоонозними захворюваннями повинна проводитись тільки спеціалістами ветеринарної медицини спільно з органами охорони здоров'я.

УВАГА! КИШКОВІ ІНФЕКЦІЇ!

З настанням теплого періоду зростає ймовірність захворювання кишковими інфекціями. Щоб уникнути їх, насамперед дотримуйтесь правил особистої і колективної гігієни:

перед вживанням їжі мийте руки з милом;
овочі, фрукти мийте проточною водою;
запобігайте забруднення харчових продуктів, не забувайте про їх термічну обробку;
не купуйте продукти харчування на стихійних ринках в осіб, які не мають санітарного дозволу на торгівлю та сумнівної якості;
розливне молоко обов'язково кип'ятіть;
користуйтеся водою тільки з перевірених джерел як для пиття так і для приготування їжі, миття посуду;
при перших же ознаках захворювання (пронос, блювота) звертайтеся за медичною допомогою.



ОБЕРЕЖНО! ГРИБИ!

За даними Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій щорічно в Україні від отруєння грибами страждають та гинуть люди, в тому числі і діти.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

Не збирайте грибів трухлявих, червивих, пошкоджених.

Не їжте гриби сирими.

Не збирай грибів біля сміттєзвалищ, автодоріг, залізничних шляхів, промислових підприємств.

При отруєнні грибами виникає нудота, сильне блювання, може бути свідомість, непритомність. Потерпілому необхідно дати блювотні і проносні засоби, зігріти ноги, живіт і якнайшвидше відправити до лікарні.

Будьте обережні при збиранні та вживанні грибів!

ЯК ПОВОДИТИСЯ В ЛІСІ?

Повідомте куди ви збираєтеся. Якщо поблизу нікого немає, залиште записку з повідомленням (дата, час відбуття, кількість людей з вами, напрямок подорожі і приблизний час повернення).

Одягніть зручний одяг та взуття. Вони повинні відповідати місцевості та погодним умовам. Запам'ятайте – погодні умови можуть змінитися дуже швидко.

Одягніть дітей в яскравий кольоровий одяг – він буде більш помітним у разі розшуку їх.

Домовтеся про сигнали, щоб не загубити одне одного у лісі, особливо на випадок несподіванок, – свистом або голосом. Запам'ятайте орієнтири під час руху в лісі. Щоб не заблукати, залишайте позначки. Без зорових орієнтирів людина в лісі починає кружляти.

Якщо ви заблукали в лісі, зберігайте спокій та уникайте паніки.

Якщо ви панікуєте – думати логічно неможливо.

Пригадайте останню прикмету на знайомій частині шляху і спробуйте простежити до неї дорогу. Якщо це не вдається, пригадайте знайомі орієнтири, найкраще залізницю, судно плавну ріку, шосе. Прислухайтеся. При відсутності знайомих орієнтирів, стежок і доріг виходьте «на воду» – униз за

течію. Струмок виведе до річки, ріка – до людей. Якщо орієнтирів немає, залізьте на найвище дерево – погляд з висоти допомагає краще зорієнтуватися.

Використовуйте навички та вміння будівництва схованок (буда, навіс, намет і ін.) або користуйтеся природними печерами. Це допоможе виживанню у лісі, забезпечить вам захист і тепло.

Бережіть та економно використовуйте воду. Вона важливіша для вашого виживання, ніж їжа.

Навчайте дітей, що необхідно вибирати велике дерево(або якийсь інший об'єкт) біля прикметного місця і перебувати там. Повідомте дітей про необхідність кричати на шуми, що лякають їх. Якщо це звірі, вони злякаються та підуть геть. Це також допоможе швидше знайти їх тим, хто буде шукати.

Будьте обережні у лісі та лісосмугах:

Ліс – одне з головних багатств області. Вони попереджають ерозію ґрунту та рух піску. Вони є легенями планети Земля.

Легковажна поведінка людей при відпочинку в лісі або лісосмугах призводить до їх перетворення у смітники та навіть до знищення вогнем.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

У лісі забороняється розпалювати вогонь.

Треба стримуватися від паління. Будь-який вогонь, а також сигарети необхідно тушити водою.

Забороняється ламати дерева та гілки, руйнувати грибниці, обдирати кору з дерев та кущів, лякати та ловити лісних тварин і птахів.

До виходу з лісу приберіть після себе сміття.

Забороняється відвідувати ліс у пожежонебезпечний період, про що повідомляється в засобах масової інформації та на стендах перед в'їздом у ліс.

При виявленні пожежі:

- якщо вогонь незначний, треба вжити заходів щодо його гасіння водою, ґрунтом, піском або шматком тканини;
- якщо вогонь великий – біжить з лісу проти вітру;
- у будь-якому випадку необхідно вжити заходів щодо найшвидшого повідомлення підрозділів пожежної охорони за тел.; 101.

Бережіть ліс!



Обережно, кліщі!

Останнім часом все частішими стали випадки укусів кліщів. Ці укуси небезпечні можливістю розвитку кліщового енцефаліту – запалення мозкових оболонок. Тому:

- будьте уважні й обережні під час відпочинку в зарослих паркових, лісопаркових та лісових смугах, а також на пляжах поблизу густих кущів;
- носіть закритий одяг та головний убір;
- після прогулянки ретельно огляньте себе, особливо на шиї, під колінами, під ліктями та під пахвами, тобто у ніжних, вразливих місцях, з близько розташованими кровоносними судинами;
- ні в якому разі не відривайте кліща від себе різким рухом, адже, якщо смикнути сильно, то голівка комахи може відірватися й залишитися в шкірі, а це небезпечно.

Якщо **кліщ учепився в шкіру**, його потрібно обережно зняти, але так, щоб не розчавити й не відірвати хоботок. Для цього:

- вражене місце щільно змастіть рослинною (соняшниковою, оливковою, камфорною) олією або гасом;
- видаляючи кліща пінцетом, петлею з міцної нитки, розгойдуйте його з боку вбік і поступово витягаючи короткими, легенькими посмикуваннями;
- дістаючи кліща пальцями, обережно його викручуйте з місця укусу;
- після видалення уражене місце змажте настоякою йоду або спиртом;
- вилученого кліща обов'язково спаліть;
- після проведення видалення комахи обов'язково вимийте руки з милом, протріть їх спиртом.

У будь-якому разі потерпілого слід показати лікареві. Протягом місяця стежте за його станом. Якщо з'явилися ознаки захворювання (млявість, головні болі, запаморочення, ломота в суглобах), потрібна негайна госпіталізація!

Що терміново потрібно зробити, якщо вас укусила комаха.

Літом, коли люди виїжджають відпочивати на природу, завжди є ризик стати жертвою укусів різноманітних комах. Деякі укуси проходять швидко, а із вкрай важкими укусами потрібно звертатися до лікарів.

Сьогодні поговоримо про перші шість найпоширеніших видів укусів комах, що можна одержати, перебуваючи на природі чи дома.

1. Комар

Укуси комарів на шкірі мають вигляд рожевих папул, що мають обриси кола, краплі. Якщо місце укусу розчісувати, воно стане червоного кольору, тому що слина комара потрапить в навколишні тканини, що посилить реакцію. Бувають випадки, коли на місці укусу проявляється алергічна реакція з набряком.

Лікуємо укуси комарів:

Нашатирний спирт. Щоб зняти почервоніння від укусу комара і свербіж, обробіть шкіру ватним тампоном, змоченим в розбавленому нашатирному спирті (столова ложка спирту на 3 столові ложки води) або в розчині питної соди (чайна ложка соди на склянку води).

Сода. Додайте до чайної ложки соди невелику кількість води, щоб вийшла густа маса. Зробіть з неї маленьку кульку і прикладіть до хворого місця. Зверху обмотайте мокрою тканиною. Через три години кульку поміняйте.

Сіль. Пухирі від комариних укусів швидко зникнуть, якщо ви натрете їх дрібною харчовою сіллю. Тільки розтирайте шкіру обережно, щоб не допустити пошкодження.

2. Муха

Укус мух залишає червону пляму і надзвичайно болючий. Комаха може переносити захворювання під назвою кроляча лихоманка. Симптоми: виразки на шкірі, лихоманка, головний біль.

Для зниження неприємних проявів, а також ризику інфікування після укусу мухи осінньої жигалки або гедзя слід провести кілька нескладних заходів невідкладної допомоги:

1. Промивання ранки великою кількістю чистої протічної води.
2. Обробка розчинами антисептиків – можна використовувати перекис водню, хлоргексидин, зеленку.
3. Знизити прояви запальної реакції за допомогою спеціального засобу від укусу комах.

3. Гедзь

Укус залишає помітну позначку з набряком навколо неї. У місці набряку виникає відчуття вогню. Укус викликає свербіж, запаморочення, не виключено інфікування.

Як допомогти тому, кого вкусив гедзь?

Щоб уникнути того, що слина гедзя почне збільшувати ділянку свого впливу, укушене місце необхідно придавити пальцем. Потім прикладіть лід або щось холодне, щоб вгамувати відчуття.

Дуже важливо промити укуси водою з використанням мила. Вода повинна бути прохолодною, бо тепла здатна посилити свербіж і відчуття вогню. Мило краще брати без косметичних добавок – дитяче або господарське.

Змастити укуси спиртом або перекисом водню. Після цього можна нанести йод або зеленку. Продезинфікувати ранку дуже важливо, щоб не дати розкинутися запаленню та уникнути потрапляння до неї вторинної інфекції.

Укус гедзю лікується в домашніх умовах. Рідко трапляється так, що потерпілого потрібно госпіталізувати. Втручання медиків необхідно, якщо було нанесено безліч укусів або у людини розвинулися сильні алергічні прояви.

Народні та домашні методи лікування підійдуть для того, щоб прискорити процес одужання. Для цього завжди можна використовувати ті засоби, що є під рукою.

Лікуйте укуси комах наступними способами:

1. Пов'язка з розчином соди або борною кислотою допоможе вгамувати свербіж.
2. Сік подорожника – теж хороший засіб. Ним просочують стерильну серветку і прикладають до ранки.
3. Вгамувати біль і усунути набряклість допомагає сік свіжого полину.

4. Кліщ

Найбільш небезпечними для людини є кліщі, так як вони є переносниками небезпечних захворювань, деякі з яких можуть призвести до незворотних змін та навіть смерті. Ротовий апарат цього паразита влаштований таким способом, що дає можливість глибоко і міцно присмокнутися до шкіри. При цьому завдяки слині кліща, що має анестезуючу властивість, людина не відчуватиме болю і може виявити на своєму тілі кліща лиш за декілька днів.

Може вийти, що кліщ вас вкусив і відвалився. Тоді в місці укусу буде червона пляма окружністю в кілька сантиметрів, а в центрі – чорна або червона точка. В такому випадку слід терміново звернутися до лікаря-інфекціоніста.

Що ж робити в домашніх умовах, при укусі кліща, коли немає можливості потрапити в лікарню? Є кілька способів виходу із ситуації:

1. За допомогою нитки. На підставу тіла кліща накидають петельку і акуратно витягують, розхитуючи з боку в бік.
2. Пінцет. Тут важливо стежити, щоб не було розриву тільца паразита, і його голова не залишилася в рані.
3. Шприц. Обрізають кінчик шприца, прикладають його до комахи і поршнем, створюючи вакуум, її повільно витягують.
4. Існують спеціальні пристосування, для видалення кліщів, є спеціальний затискач, придбати можна в будь-якій аптеці. Місце укусу змастити антисептиком, будь-яким.
5. В будь-якому разі паразита треба спробувати показати інфекціоністу для швидкого встановлення чи не укусила вас заражена комаха і чим заражена.

5. Мураха

При укусі мураха виділяє токсин, який викликає алергічну реакцію. Постраждалі місця візуально схожі на укуси блох, але жало мурашки спричиняє миттєвий гострий біль. Тому необхідно запобігти інфікуванню ранки і заспокоїти сверблячу шкіру.

Що робити при укусі мурашки?

1. Промити це місце мильною водою.
2. Покласти лід на 10-15 хвилин.
3. Змастити антисептиком (краще 70% спиртом або горілкою).
4. При сильному свербінні і почервонінні можна застосувати аптечні засоби від укусів мурах.

Вирушаючи в зону ризику, додайте до своєї аптечки першої допомоги протианафілактичний пакет. Укуси мурашок для дітей представляють не більше небезпеки, ніж для дорослих, якщо не більше. Важко вмовити малюка не розчісувати пошкоджене місце, тому скористайтеся аптечними мазями або народними засобами для зняття свербіння. Якщо дитина все-таки розчухує це місце, накладіть пов'язку або заклейте дихаючим бактерицидним лейкопластиром.

6. Павук

Наслідки його укусу можна відчувати за кілька годин, коли виникає вторинний біль.

Перша допомога при укусах:

1. При укусах павуком дорослої людини або дитини розвивається найсильніша інтоксикація організму, тому потрібно швидко надати потерпілому першу допомогу.
2. Якщо людина встигла побачити нападника і визначила його приналежність до отруйних видів, то обов'язково буде потрібно лікарське втручання. Слід викликати бригаду «швидкої допомоги», а тільки потім намагатися полегшити стан потерпілого.

Запобігти поширенню отрути в організмі допоможуть такі заходи:

- місце укусу необхідно ретельно промити під струменем холодної води, використовуючи господарське мило;
- при пошкодженні кінцівки її слід знерухомити для профілактики проникнення отрути в підшкірну клітковину і здорові ділянки тканин;
- місце укусу потрібно обробити розчинами з антисептичною протимікробною дією;
- локалізувати зону поширення токсинів можна перетягуванням руки або ноги (без порушення кровообігу!) еластичним бинтом трохи вище області укусу;
- на почервонілу ділянку шкірних покривів накласти холодний компрес у вигляді шматочків льоду, обгорнутих щільною тканиною.

Автомобільні аварії!

Якщо ви виявили ознаки займання (запах диму, горілої гуми), не намагайтесь загасити полум'я, збільшивши швидкість! **Перш за все:**

- з'їжджайте на узбіччя й зупиніться далі від людей, будівель, інших авто;
- вимкніть запалення, поставте машину на ручне гальмо, висадіть пасажирів (людина може перебувати в автомобілі, що зайнявся, не довше ніж півтори хвилини) і заберіть документи;
- визначте осередок пожежі, ступінь її інтенсивності;
- негайно повідомте в пожежну охорону чи попросіть це зробити водіїв проїжджачих машин;
- при загорянні машини внаслідок витікання палива спочатку гасіть паливо, потім – машину;

Не забувайте про особисту безпеку при гасінні полум'я:

- не починайте гасіння, якщо ви у промасленому одязі чи ваші руки у бензині;
- якщо палає під капотом, при відкритті візьміть ганчірку, щоб захистити руки від опіку замка капоту; остерігайтесь викиду полум'я через вільний приток кисню;
- спрямуйте струмінь піни, (газу) вогнегасника спочатку в осередок горіння, а потім маневруйте по всій площині пожежі;
- при займанні в районі бензобаку, необхідно разом з пасажирями відбігти від автомобіля на безпечну відстань; вибух може статися у будь-яку мить.

Пам'ятайте:

Автомобіль займається через порушення елементарних правил пожежної безпеки: витікання палива (мастила) на розігріту поверхню двигуна, недбалість під час перевезення легкозаймистих вантажів, скупчення промаслених ганчірок тощо.

Шановні батьки!

За статистикою в нашій країні в мирний час від нещасних випадків щодня гине до 4 дітей, щомісяця – близько цілого класу, щороку – майже 2 тисячі юних громадян. Біда трапляється саме тоді, коли за дітьми відсутній належний нагляд. Особливо цифри сумної статистики під час літніх канікул.

Не залишайте дітей без нагляду!

Дбайте про безпеку своїх дітей, дотримуючись правил безпечної поведінки в побуті. Це варто зусиль.

Виховуйте у дітей навички культури безпечної поведінки, демонструючи на власному прикладі обережність у поводженні з вогнем, газом, побутовою хімією, ліками, на волі, тощо. Знайдіть кілька хвилин на відверту розмову про це. Пам'ятайте, що вимірюватимуться згодом витрачені хвилини ціною життя та здоров'я вашої найдорожчої людини. Щоб неждана мить не стала бідою, слід давати дітям чіткі уявлення, як діяти у тій чи іншій ситуації.

Пам'ятайте, що життя та здоров'я наших дітей залежить тільки від нас.

Подбайте про безпеку дітей! Corona 2019-nCoV!

Профілактика:

- регулярно мити руки з милом або витирати їх спиртовмісними серветками;
- використовувати засоби індивідуального захисту (марлеві пов'язки);
- уникати тісного контакту з людьми з симптомами застуди або грипу;
- добре проварювати м'ясо і яйця перед вживанням в їжу;
- уникати незахищених контактів з дикими тваринами і домашньою худобою,

крім того, і надалі слід дотримуватися загальних правил гігієни і поведінки.

Пам'ятайте! При найменшій підозрі на захворювання (висока температура, кашель, нежить тощо) необхідно лягти в ліжку, викликати лікаря та виконувати всі його поради.

Бережіть своє здоров'я і життя!