

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області
Методична розробка. Правила поведінки і дії в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

РОЗГЛЯНУТО ТА СХВАЛЕНО
педагогічною радою
Навчально-методичного центру цивільного
захисту та безпеки життєдіяльності
Івано-Франківської області
Протокол № 5 від 18.11.2016р.

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

Тема: Правила поведінки і дії в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

Укладач: Левицький Н.Б. – викладач обласних та міста Івано-Франківська курсів удосконалення керівних кадрів.

Навчальна мета: ознайомлення слухачів із основними правилами поведінки і діями в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

Дидактичне забезпечення:

- 1) план проведення заняття;
- 2) методична розробка;
- 3) Довідкові матеріали для слухачів;

Матеріально-технічне забезпечення: засоби з надання домедичної допомоги постраждалим: санітарна сумка, індивідуальна медична аптечка, протихімічний пакет.

Навчальні питання та розрахунок часу

| № з/п | Навчальні питання | Час, хв. | Метод проведення |
|-----------|---|----------|------------------|
| <i>I</i> | <i>Організаційна частина</i> | 5 | |
| <i>II</i> | <i>Основна частина</i> | 35 | |
| 1 | Безпека при масових скупченнях людей. Психологія натовпу. Правила безпечної поведінки у місцях масового перебування людей та у разі масового скупчення людей. | 10 | розповідь |
| 2 | Поширення інфекційних хвороб серед населення. Джерела збудників інфекцій. Основні механізми передавання збудників | 10 | розповідь |

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області
Методична розробка. Правила поведінки і дії в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

| | | | |
|------------|--|----|-----------|
| | інфекції. | | |
| 3 | Режимно-обмежувальні заходи (посилене медичне спостереження, обсервація, карантин). Правила поведінки в осередках інфекційних захворювань, особиста гігієна в цих умовах. Основні напрямки профілактики інфекційних хвороб. Методи і засоби дезінфекції, дезінсекції, дератизації. Основні дезінфекційні засоби. | 15 | розповідь |
| III | <i>Завершальна частина, висновки, відповіді на запитання</i> | 5 | розповідь |

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ З ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ

Починаються заняття з перевірки наявності слухачів, їх підготовки до заняття. Оголошується тема, навчальна мета та навчальні питання.

Після цього відпрацьовуються навчальні питання. При вивченні навчальних питань застосовуються методи розповіді, показу і тренінгу.

Завершуючи заняття необхідно провести розбір заняття та його обговорення, де узагальнюються знання і навички, отримані слухачами під час навчання.

Викладач має нагадати тему, навчальну мету та питання, які відпрацьовувались, відповіді на запитання слухачів та провести оцінювання виконаних слухачами завдань.

ХІД ТА ЗМІСТ ЗАНЯТТЯ

1. БЕЗПЕКА ПРИ МАСОВИХ СКУПЧЕННЯХ ЛЮДЕЙ. ПСИХОЛОГІЯ НАТОВПУ. ПРАВИЛА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ПЕРЕБУВАННЯ ЛЮДЕЙ ТА У РАЗІ МАСОВОГО СКУПЧЕННЯ ЛЮДЕЙ.

Психологія натовпу.

Психологи вважають, що натовп – особливий біологічний організм. Він діє за своїми законами і не завжди враховує інтереси окремих осіб, в тому числі і їх життя.

Досвід підтверджує, що досить часто натовп стає небезпечнішим від стихійного лиха або аварії, які його створили.

Почуття страху, що охоплює групу людей, миттєво передається іншим і переростає в некерований процес – паніку. У людей різко підвищується емоційність сприйняття того, що відбувається навкруги, знижується відповідальність за свої вчинки. Людина не може розумно оцінити свою поведінку і обстановку, що склалася. В такій атмосфері досить тільки одному висловити, виявити бажання втекти з небезпечного району, як людська маса починає сліпо копіювати його дії. Тому найчастіше гинуть не від самої небезпеки, а від страху і паніки, що виникають в натовпі. Про це завжди треба пам'ятати і передбачати можливу небезпеку.

Дослідження Карантелі (США) вказують на такі характерні риси паніки:

- панічна втеча завжди скерована в бік від небезпеки (не робиться ніяких спроб протидії);

- напрям втечі при паніці не є випадковим (вибір за знайомою дорогою або тією, якою втікають інші);

- за своїм характером панічна втеча асоціальна (найсильніші зв'язки можуть бути перервані: мати може кинути дитину, чоловік – дружину, коли вони стають несподіваним джерелом небезпеки одне для одного, або складають конкуренцію чи ускладнення при втечі);

- людина, охоплена панікою, завжди вірить, що обстановка дуже небезпечна (панічна втеча припиняється, коли людина усвідомлює, що перебуває поза небезпечною зоною);

- людина, охоплена панікою, погано думає, або не думає взагалі, хоча повністю її дії не позбавлені логіки. Проблема скоріше в тому, що вона шукає альтернативних рішень і не бачить наслідків свого рішення, інколи –

головних, як у типовому для пожеж випадку: стрибок з приречено небезпечної висоти.

Зрозуміло, що нейтралізувати паніку може або сильне емоційне гальмо, або чудо. Але як відомо чудес не буває. А серед засобів нейтралізації паніки – категоричні команди, гаряче переконання у відсутності небезпеки.

Правила поведінки в натовпі

Поява натовпу можлива в місцях масового перебування людей. Як правило, це відбувається на концертах, стадіонах, після закінчення спортивних матчів. Ситуація безпечна допоки тисячі людей дотримуються правил поведінки та рухаються згідно відведених маршрутів. Проте, при виникненні будь-якого інциденту чи перешкоди на шляху, натовп перетворюється на джерело підвищеної небезпеки для життя та здоров'я людини. Протистояти натовпу важко. Навіть законслухняні люди іноді в натовпі можуть вести себе агресивно та неконтрольовано.

Щоб уникнути можливих неприємностей необхідно дотримуватись основних правил поведінки в місцях масового перебування людей.

Опинившись в місці проведення масового заходу, не намагайтесь потрапити в його епіцентр. Пам'ятайте, ніяке видовище не компенсує можливі незручності чи травми в натовпі.

Наперед вивчіть шляхи можливої евакуації при відвідуванні місць масового зібрання людей. Зверніть увагу на запасні виходи та маршрути.

Намагайтесь уникати великих скупчень людей.

Не приєднуйтесь до натовпу, якою б не була зацікавленість подією, що відбувається.

Під час масових заворушень намагайтесь обійти натовп. Ви можете потрапити під дію співробітників спецпідрозділів.

Якщо ви опинились в натовпі:

- Якщо Ви потрапили в натовп, дозвольте йому нести Вас у напрямку від центру до краю натовпу, намагаючись поступово вибратися з нього.
- Глибоко вдихніть і розведіть зігнуті в ліктях руки в сторони, щоб грудна клітка не була здавлена.
- Намагайтесь знаходитись подалі від високих та товстих людей, чи тих, які мають громіздкі предмети чи великі сумки.
- Намагайтесь втримати рівновагу щоб не впасти.
- Не тримайте руки в кишенях.
- Рухаючись, піднімайте ноги якнайвище, ставте ногу на повну стопу, не робіть короткі кроки, не піднімайтесь навшпиньки.

- Якщо тиснява прийняла загрозливий характер, негайно, не роздумуючи, звільніться від будь-якої ноші, насамперед від сумки на довгому ремені чи шарфа.

- Якщо у вас щось випало, у жодному разі не нахиляйтеся, щоб підняти.

- У разі падіння, намагайтесь якнайшвидше піднятися на ноги. При цьому не опирайтесь на руки (їх віддавлять або зламають). Намагайтесь хоч на мить встати на підшви чи на носки. Знайшовши опору, "виринайте", різко відштовхнувшись від землі ногами.

- Якщо встати не вдається, згорніться клубком, захистіть голову передпліччями, а долонями прикрийте потилицю.

- Потрапивши у переповнене людьми приміщення, заздалегідь визначте, які місця при виникненні екстремальної ситуації найнебезпечніші (проходи між секторами на стадіоні, скляні двері й перегородки в концертних залах тощо), зверніть увагу на запасні та аварійні виходи, сплануйте шлях до них.

- Легше всього сховатись від юрби у кутках залу або поблизу стін, але складніше звідти добиратися до виходу.

- При виникненні паніки намагайтесь зберігати спокій і здатність тверезо оцінювати ситуацію.

- в першу чергу, необхідно дотримуватись загальної швидкості руху, не штовхатись, не напірати на людей, які йдуть попереду. Поштовхи збоку стримувати зігнутими в ліктях і притисненими до тіла руками. При першій можливості спробуйте вибратися з натовпу;

- тримайтесь подальше від скляних вітрин, огорож, турнікетів, сцени;

- сумку притисніть міцно до тіла;

- не варто в'язати на шиї довгий шарф, адже він може випадково стати засобом удушення. Це стосується і біжутерії, медальйонів тощо;

- рухаючись в натовпі, ніколи ні за чим не нахиляйтесь, не піднімайте речі чи гроші, які впали. У жодному випадку не допускайте, щоб розв'язалися шнурки взуття. Заздалегідь затягніть їх мертвим вузлом! Шнурок, що розв'язався, загрожує падінням. Пам'ятайте, падіння всередині натовпу, який рухається небезпечно для життя;

- не слід реагувати на сутички чи події, що відбуваються поряд.

Не наближайтесь до груп людей, які поведуться агресивно.

2. ПОШИРЕННЯ ІНФЕКЦІЙНИХ ХВОРОБ СЕРЕД НАСЕЛЕННЯ. ДЖЕРЕЛА ЗБУДНИКІВ ІНФЕКЦІЙ. ОСНОВНІ МЕХАНІЗМИ ПЕРЕДАВАННЯ ЗБУДНИКІВ ІНФЕКЦІЙ.

Інфекційне захворювання - це процес, що виникає в результаті взаємодії хвороботворних мікробів з сприйнятливим організмом в певних умовах зовнішнього середовища.

Хвороботворні мікроби мають ряд властивостей, завдяки яким вони стають агресивними стосовно організму людини. Найважливішою особливістю хвороботворних мікробів є їх отруйність (токсичність) для організму, яка обумовлена виробленням мікробами особливих речовин, званих токсинів.

Процес поширення інфекції в людському колективі (епідемічний процес) - складне явище, доданків зі взаємодії трьох основних, тісно пов'язаних між собою елементів: джерела інфекції, шляхів передачі та розповсюдження інфекції і сприйнятливості до даної інфекції населення.

Джерелом інфекції може бути не тільки хвора людина, але й здоровий - бактеріоносій, що має в своєму організмі і який виділяє хвороботворні мікроби в зовнішнє середовище.

Шляхи і способи передачі інфекції можуть бути самими різноманітними.

Найбільш частий випадок передачі інфекції, що зустрічається майже при всіх інфекційних захворюваннях, - контактено-побутовий. Розрізняють прямий контакт, тобто передачу інфекції через безпосереднє зіткнення з джерелом інфекції (догляд за хворим, поцілунок і т. д.), і непрямий, тобто передачу інфекції через предмети домашнього і виробничого побуту (посуд, меблі, інструмент, білизна і т. д.).

Не менш важливу роль у поширенні інфекцій грає передача інфекції через повітря.

В одних випадках інфекція передається за допомогою викидаються хворим в повітря (при розмові, чханні, кашлі) дрібних крапельок з дихальних шляхів. Цей спосіб зараження носить назву повітряно-краплинного. Таким чином заражаються грип, туберкульоз, кір, скарлатину та іншими хворобами.

В інших випадках інфекція передається повітряно-пиловим способом, коли потрапив в повітря приміщення хвороботворний мікроб тривалий час зберігається в пилу. При відповідних умовах (антисанітарний утримання приміщення) ці частки пилу вдихає здорова людина. Треба відзначити, що повітряно-пиловим способом передаються лише ті інфекції, збудники яких стійкі до висушування і можуть тривалий час перебувати в пилу приміщень

(наприклад, туберкульозний мікроб). При передачі інфекцій через повітря велике значення має кількість мікробів. Тому всі гігієнічні заходи: вентиляція приміщень, своєчасна вологе прибирання та інше - є найважливішим засобом загальної профілактики інфекцій, що поширюються через повітря.

Одним із способів поширення інфекційних захворювань є передача інфекції через воду. Через воду можуть передаватися черевний тиф, холера, дизентерія. Це може відбутися при питті зараженої води в тих випадках, коли мікроби, виділені з організму з калом і сечею, потрапляють у воду або при купанні в ній.

Є також харчовий спосіб поширення інфекції. У їжу мікроби потрапляють різними шляхами: безпосередньо через хвору тварину, від якого отримано даний продукт (молоко, заражене м'ясо тощо), через людину (хворого або бактеріоносія), при приготуванні або обробці продуктів (зараження молока хворою людиною або бактеріоносієм), або через предмети (миття посуду зараженою водою, оброблення продуктів на забруднених столах і т. д.).

Інфекція може передаватися також через живих передавачів. Так, малярія передається через комарів певного виду, висипний тиф - через вошей, чума - через бліх і пр.

Живі передавачі інфекційних хвороб передають інфекцію різним шляхом. Мухи, наприклад, переносять інфекцію на своїх лапках. Водночас мікроб висипного тифу, потрапляючи в тіло воші, інтенсивно розмножується в ньому, накопичується, в результаті чого воша залишається зараженою протягом всього свого життя. Ще більш активну роль відіграють кліщі, так як крім того, що відбувається розмноження мікроба в їх тілі вони здатні передавати інфекцію своєму потомству.

Мається ще один спосіб передачі інфекції - ґрунт. Через ґрунт передається правець.

Таким чином, можна сказати, що на перебіг епідемічного процесу впливають такі чинники:

1) властивості хвороботворного мікроба. Так, наприклад, в дитячому колективі спалах кору дає більш різкий підйом захворюваності порівняно зі спалахом дифтерії. Це пояснюється високою принадливістю мікроба кору;

2) шлях поширення інфекції. Наприклад, вживання зарядженої води і харчового продукту викликає масове одномоментне зараження людей. У той же час при поширенні інфекції контактним шляхом, при якому масове одномоментне зараження відсутня, епідемічний процес розвивається поступово;

3) житлові умови. При незадовільних житлових умовах (скупченості, переушільненні населення) створюються всі умови для передачі інфекції.

Крім того, найважливіше значення має дотримання гігієнічних умов (провітрювання, прибирання приміщень тощо);

4) умови харчування і якість харчових продуктів. Ці фактори впливають на перебіг епідемічного процесу в двох напрямках. З одного боку, вживання в їжу заражених продуктів призводить до поширення тієї чи іншої інфекції, з іншого - недостатність і неповноцінність харчування сприяють поширенню інфекційного захворювання;

5) професія. Цей фактор впливає на перебіг епідемічного процесу дwoяко: особи певних професій (обробні тварина сировину) частіше хворіють на сибірку, а важкі умови праці призводять до поширення інфекційних захворювань;

6) рівень санітарної культури населення. Цей фактор позначається на ступені всіх інфекційних захворювань. Наявність гігієнічних навичок у населення сприяє зниженню інфекційних захворювань;

7) різні стихійні лиха, війни, неврожаї. Ці фактори викликають масове пересування людей. Така посилена пересування сприяє виникненню інфекційних захворювань. Якщо раніше інфекційне захворювання (наприклад, грип) реєструвалося одиничними випадками, то посилення пересування людей призвело до поширення його (пандемія грипу, в 1918 р. і пандемія висипного тифу в 1919 1920 рр.. Були значною мірою пов'язані з першою світовою та громадянською війнами) ;

8) опірність колективу інфекції. Незначне поширення скарлатини, дифтерії серед дорослих та масове поширення цих інфекцій серед дітей пояснюється високою опірністю (імунітетом) дорослих і високою сприйнятливістю дитячого населення;

9) протиепідемічні заходи. Це дуже важливий фактор, що впливає на перебіг епідемічного процесу. Наприклад, своєчасна ізоляція хворого людини (джерела інфекції) може запобігти подальшому поширенню епідемічного процесу.

3. РЕЖИМНО-ОБМЕЖУВАЛЬНІ ЗАХОДИ (ПОСИЛЕНЕ МЕДИЧНЕ СПОСТЕРЕЖЕННЯ, ОБСЕРВАЦІЯ, КАРАНТИН). ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В ОСЕРЕДКАХ ІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ, ОСОБИСТА ГІГІЄНА В ЦИХ УМОВАХ. ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ПРОФІЛАКТИКИ ІНФЕКЦІЙНИХ ХВОРОБ. МЕТОДИ І ЗАСОБИ ДЕЗІНФЕКЦІЇ, ДЕЗІНСЕКЦІЇ, ДЕРАТИЗАЦІЇ. ОСНОВНІ ДЕЗІНФЕКЦІЙНІ ЗАСОБИ.

Спалахи особливо небезпечних чи карантинних інфекцій, а також інфекційних захворювань, природа яких не встановлена, потребують введення режиму карантину або обсервації на певній адміністративній території.

Під карантинном розуміють комплекс адміністративних, правових, ізоляційно-обмежувальних, лікувально-профілактичних, санітарно-гігієнічних та протиепідемічних заходів, спрямованих на попередження вносу збудника небезпечної інфекційної хвороби за межі епідемічного вогнища і підвищення ефективності заходів його локалізації та ліквідації.

Карантин встановлюється і відміняється Кабінетом Міністрів України за поданням головного санітарного лікаря України. Рішення про встановлення карантину ,а також про його відміну негайно доводиться до відома населення відповідної території. (Закон України «Про захист населення від інфекційних хвороб» № 1645 – III від 6.04.2000 року)

Він запроваджується у разі виникнення захворювань на «карантинні» («конвенційні») інфекції (чума, холера, віспа натуральна, жовта гарячка) або у разі появи масових захворювань на інші ОНІ: меліойдоз, сип, сибірку, висипний тиф, орнітоз, туляремію, більшість геморагічних гарячок тощо.

У разі аварій із зараженням території збудниками мало контагіозних захворювань, карантин замінюється режимом обсервації, під час якого суворі режимні заходи в зоні надзвичайної ситуації не проводяться.

Режим карантину передбачає наступні заходи:

На зовнішніх межах зони карантину встановлюється охорона, організується комендантська служба і патрулювання, розгортання на основних транспортних магістралях контрольно-пропускних і санітарно-контрольних пунктів для контролю за в'їздом і виїздом громадян із зони карантину, ввезенням продовольства, медикаментів і предметів першої необхідності для населення;

інфекційних захворювань із метою здійснення екстрених заходів щодо їх локалізації й усунення причин, що сприяють їх поширенню.

Обсервацією передбачаються:

- виставлення регулювальних постів на зовнішній межі зони

обсервації, основних маршрутах з метою обмеження в'їзду, виїзду і транзитного проїзду;

- посилення медичного контролю за станом території, організацією харчування, водопо- стачання, правилами торгівлі;
- опитування і термометрія населення з метою активного і своєчасного виявлення інфекційних хворих;
- вакцинація населення;
- посилення санітарно-просвітньої роботи.

Рішення про збереження карантину або перехід на режим обсервації приймається після отримання результатів специфічної індикації. Режим карантину зберігається за умови виявлення збудників особливо небезпечних інфекцій (чуми, холери, натуральної віспи) і появи масових захворювань сапом, сибірковою виразкою, висипним тифом, жовтяницею, меліоїдозом, орнітозом.

Якщо виявлені збудники малоконтагіозних інфекцій, режим карантину замінюється обсервацією. Карантин замінюють обсервацією після дезінфекції або самообеззаражування об'єктів навколишнього середовища і повної санітарної обробки населення в осередку надзвичайної ситуації.

У залежності від конкретної епідеміологічної обстановки карантинний або обсерваційний режим може зніматися поступово з окремих населених пунктів або одразу з усієї зони.

Дезінфекція (des - заперечення, infection - інфекція) - комплекс заходів, спрямованих на умиротвіння або видалення з об'єктів патогенних мікроорганізмів (бактерій та їх токсинів, вірусів, рикетсій, найпростіших, грибів тощо). Цим «дезінфекція» відрізняється від терміну «стерилізація», під яким розуміють знищення усіх видів мікроорганізмів, у тому числі непатогенних.

Профілактичну дезінфекцію виконують незалежно від наявності інфекційних хвороб. Її мета - знищити збудників на тих об'єктах довкілля, на яких вони можуть з'явитись і призвести до зараження людей. Для цього систематично проводять дезінфекцію питної води, нечистот, пастеризацію молока, місць громадського користування (туалети, вокзали), а також підтримують санітарний режим у лікувальних установах, дитячих закладах, на підприємствах харчової промисловості.

При дезінфекції використовують фізичні та хімічні засоби знезараження.

Дезінсекція - це комплекс заходів, засобів і способів боротьби з комахами, серед яких є і переносники інфекційних хвороб.

Дезінсекційні заходи поділяються на запобіжні (профілактичні) і винищувальні.

Профілактичні заходи вживаються з метою перешкодити розмноженню, проникненню і поселенню комах у природі, помешканнях, на тілі чи одязі людини, а також харчових продуктах. До числа цих заходів належать насамперед утримання в чистоті помешкань і території, у відповідності до санітарних норм – місць громадського користування, сміттєзбирачів, водоймищ тощо. Важливе значення має дотримання правил особистої і суспільної гігієни. З профілактичною метою закривають вікна сітками і вдаються до засобів індивідуального захисту від нападу літаючих комах.

Винищувальні дезінсекційні заходи спрямовані на знищення членистоногих на всіх стадіях їхнього розвитку і у всіх середовищах їх існування. Способи боротьби з комахами поділяються на механічні, фізичні, хімічні і біологічні.

До механічних способів дезінсекції належать звільнення предметів від членистоногих за допомогою порохотяга, витрушування, виловлювання й інших прийомів. Так, для вилову і знищення мух використовують мухоловки, липкий папір, хлопавки і таке інше.

Фізичні способи дезінсекції передбачають застосування високих (вогонь, гаряче повітря, водяна пара, окріп), зокрема спалювання малоцінних речей і сміття, прасування одягу.

Хімічні способи включають застосування отруйних для комах хімічних речовин (хлорорганічні, фосфорорганічні, карбамати, піретроїди й ін.). Хімічні речовини, що призначені для знищення комах, називаються інсектицидами, кліщів - акарицидами; личинок членистоногих - ларвіцидами, їх яєць - овіцидами. Крім того, є речовини, які відлякують членистоногих, - репеленти. Залежно від шляху проникнення інсектицидів в організм комах і механізму їх дії вони поділяються на 3 групи: контактні (проникають крізь зовнішні покриви); кишкові (потрапляють через кишки разом з водою та їжею комах) і фуміганти (проникають через дихальні шляхи членистоногих). Деякі інсектициди можуть одночасно діяти як контактні і як фуміганти.

Дератизація - комплекс заходів, спрямованих на знищення шкідливих гризунів, які можуть бути джерелом або переносником інфекційних агентів. Вона належить до системи заходів неспецифічної профілактики інфекційних хвороб.

Дератизаційні заходи поділяються на профілактичні та винищувальні. Профілактичні спрямовані на створення умов, що перешкоджають проникненню, поселенню і розмноженню пацюків і мишей у будівлях і на прилеглий території. До них належать загальносанітарні (своєчасне видалення сміття, зберігання продуктів харчування у недоступних для гризунів місцях), санітарно-технічні (дотримання будівельних норм і правил із забезпеченням

неможливості проникнення гризунів всередину споруд) та агротехнічні заходи (ретельне збирання врожаю, захист від гризунів фуражу тощо). Винищувальна дератизація обов'язкова для усіх підприємств і закладів, оскільки це має не лише епідеміологічне, але й економічне значення. Для винищування гризунів застосовують декілька методів.

Механічний метод застосовують у помешканнях і на відкритих територіях. Він найдоступніший для населення. Полягає у вилові гризунів за допомогою спеціальних пристосувань: капканів, лапавок, липких мас, падаючих площадок (з дошки, що гойдається), які ставлять над посудом з водою. Їх звичайно встановлюють біля входу в нору, на шляху пересування гризунів, у місцях, які вони найчастіше відвідують.

Хімічний метод полягає в отруєнні гризунів токсичними для них речовинами - ратицидами (від латинського *rattus* – пацюк). Цей метод реалізується такими способами: застосування отруєних принад; запилення отрутами нір, ходів й інших відвідуваних гризунами місць; газація, при якій отруйні речовини попадають у легені гризунів.

Загальні правила безпечної поведінки щодо запобігання зараженню небезпечними хворобами.

Уникати скупчень людей — аби зменшити вірогідність контактів із хворими людьми, при тому що деякі з них є заразними навіть до появи очевидних симптомів. Особливо актуально під час сезону грипу та епідемій.

Користуватися одноразовими масками при необхідності — щоб захистити себе чи оточуючих від зараження. Так маскою повинна користуватися людина, яка доглядає за інфекційним хворим чи просто спілкується з ним. Хвора людина повинна використовувати маску лише в одному випадку: якщо їй доводиться перебувати серед здорових людей, не захищених масками. Маска ефективна, тільки якщо вона прикриває рот і ніс. Важливо пам'ятати, що у будь-якому випадку маску потрібно замінити, як тільки вона стане вологою чи забрудниться. Найкраще користуватися стандартними хірургічними масками, що мають вологостійку поверхню і довго залишаються ефективними. Економити чи лінитися вчасно замінити маску немає сенсу — волога маска не діє. Використані маски ні в якому разі не можна розкладати по кишенях чи сумках — їх потрібно одразу викидати у смітник.

Регулярно провітрювати приміщення і робити вологе прибирання — як у помешканні, так і в робочих приміщеннях, щоб не залишати навколо себе живі віруси й бактерії, що можуть залишатися активними впродовж годин після перебування у приміщенні хворої людини.

Повноцінно харчуватися, висипатися, уникати перевтоми — для підвищення опірної здатності організму. Це збільшить шанси запобігти як зараженню, так і важким формам хвороби та її ускладненням.

Мати чисті руки — інфекція потрапляє в організм через рот, ніс та очі, яких ви час від часу торкаєтесь руками. Тими ж руками ви тримаєте гроші чи тримаєтесь за поручні, де кілька годин зберігаються в активному стані віруси і бактерії, що залишились від дотиків рук інших людей. Тому необхідно часто мити руки з милом або обробляти їх дезінфікуючим гелем із вмістом спирту.

Користуватися тільки одноразовими паперовими серветками і рушниками — як після миття рук, так і для того, щоб прикрити обличчя під час кашлю, а також при нежиті. Використані серветки необхідно одразу викидати у смітник, оскільки вони також можуть стати джерелом зараження. Багаторазові серветки та рушники, особливо у громадських місцях, суттєво підвищують ризик зараження і широкого розповсюдження інфекції. У таких умовах в якості одноразових серветок можна використовувати туалетний папір.

Сирі овочі та фрукти ретельно мити водопровідною та обдати кип'яченою водою.

Користуватися водою тільки з упорядкованих джерел водопостачання;

Для пиття вживати кип'ячену воду, компоти, чай.

Молоко пити лише кип'ячене.

Дотримуватися особистої гігієни, чистоти приготування страв, правильно зберігати готову їжу, по можливості - на холоді.

Посуд мити гарячою водою, та зберігати в недоступному місці для мух.

Пироги, тістечка, інші харчові вироби не купувати у продавців вуличних лотків, що не мають на це дозволу санітарних органів.

Влітку якомога рідше готувати заливні м'ясні та рибні страви.

Для запобігання укусам комах, що переносять небезпечні хвороби слід проводити дезінсекцію приміщень, а у разі необхідності – одягу. При роботі у полі чи лісі – слід носити одяг зі щільної тканини з натуральних волокон з довгими рукавами (по можливості з каптуром), штани та високе закрите взуття.

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області
Методична розробка. Правила поведінки і дії в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ

Чим небезпечний натовп?

Як слід себе поводити, щоб уникнути небезпеки у місцях масового перебування людей?

Які небезпечні інфекційні захворювання Ви знаєте?

Які основні механізми передавання збудників інфекції?

Що таке карантин?

Для чого проводиться дезінфекція?

Для чого проводиться дезінсекція?

Що таке дератизація?

Як уникнути небезпеки зараження небезпечними інфекційними захворюваннями?

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області
Методична розробка. Правила поведінки і дії в умовах масового скупчення людей та в осередках інфекційних захворювань.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Охорона праці та безпека життєдіяльності населення у надзвичайних ситуаціях: Навчальний посібник/ За ред.. І.В. Кочіна. – Київ: Здоров'я, 2005.
2. Чупринка О.В., Гищак Т.В., Долинна О.В. Основи медичних знань. Київ 2006р.
3. М.І. Стебнюк Цивільна оборона та цивільний захист Видавництво «Знання-Прес» 2007р.
4. <http://www.dsns.gov.ua/ua/Abetka-bezpeki.html#4>