

Obec Richnava

**ČO ROBIŤ
V PRÍPADE OHROZENIA**

**(OCHRANA OBYVATEĽSTVA PRED MOŽNÝMI
NÁSLEDKAMI MIMORIADNÝCH UDALOSTI
VRÁTANE CHEMICKÉHO TERORIZMU A
BIOTERORIZMU)**

príručka pre obyvateľstvo

ÚVOD

Poslaním civilnej ochrany je chrániť životy, zdravie, majetok a vytvárať podmienky na prežitie pri mimoriadnych udalostiach a počas mimoriadnej situácie.

Civilná ochrana, teda zabezpečuje ochranu ľudí, ochranu života, zdravia a majetku pred a počas mimoriadnych udalostí, živelných pohrôm, havárií alebo katastrof.

I takéto udalosti sú, žiaľ, niekedy súčasťou našich životov. Vzhľadom na ich možný veľký rozsah a neistú predvídateľnosť, môžu veľmi výrazne zasiahnuť do života každého z nás. Jednotlivec môže len ťažko efektívne čeliť takejto hrozbe.

Aby sa minimalizovali dopady týchto ohrození má aj Obec Richnava svoj systém civilnej ochrany, ktorého úlohou je poskytovať koordinovanú účinnú ochranu života, zdravia a majetku pred následkami mimoriadnych udalostí. Na týchto stránkach nájdete praktické rady a informácie k predpokladaným najbežnejším životným situáciám z oblasti civilnej ochrany.

Ľudia si uvedomujú riziká, ktoré ohrozujú ich život, zdravie alebo ich majetok až vtedy, keď sú priamymi účastníkmi havárií, živelných pohrôm alebo katastrof. Dôsledky takýchto mimoriadnych udalostí potvrdzujú, že neznalosť vhodného reagovania na vzniknutú situáciu alebo jej podceňovanie spolu s panikou znásobujú straty na životoch a zvyšujú počet zdravotných poškodení ľudí. I keď jednotlivec pri mimoriadnej udalosti nemôže zvrátiť beh udalostí, môže vhodnou voľbou správania výrazne znížiť dopad jej následkov vo svojom okolí.

Cieľom tejto pomôcky je poskytnúť informácie o tom, ako reagovať na vznik mimoriadnej udalosti, čo robiť, keď je ohrozený život a zdravie, alebo ako postupovať, keď je ohrozený majetok.

1. DÔLEŽITÉ TELEFÓNNE ČÍSLA TIESŇOVÉHO VOLANIA

Ak ste v ohrození života alebo zdravia, ak je ohrozený váš majetok, alebo ste účastníkom mimoriadnej udalosti, pri ktorej je ohrozený život, zdravie alebo majetok iných občanov, dožadujte sa poskytnutia pomoci na nasledujúcich telefónnych číslach tiesňového volania:

112 Koordinačné stredisko integrovaného záchranného systému
volajte v prípade požiaru, dopravnej nehody, ohrozenia následkom živelných pohrôm a iných mimoriadnych udalostí

150 Hasičský a záchranný zbor
volajte v prípade požiaru

155 Zdravotnú záchrannú službu
volajte v prípade ohrozenia života a zdravia

158 Políciu
volajte v prípade ohrozenia následkom trestnej činnosti alebo jej oznámenia

18 300 Horská záchranná služba
volajte v prípade ohrozenia života a zdravia vo vysokohorskom prostredí

POZOR!

Na všetky telefónne čísla tiesňového volania je možné volať aj bez predvoľby z mobilných telefónov.

1. 1. VŠEOBECNÉ ZÁSADY PRI VYŽADOVANÍ POMOCI

Ak zavoláte na vyššie uvedené telefónne čísla uveďte:

- **svoje meno** a číslo telefónu, z ktorého telefonujete,
- **druh udalosti** (požiar, dopravná nehoda, povodeň, trestný čin a pod.),
- **rozsah udalosti** (požiar domu, bytu, lesa, ohrozenie života viacerých osôb, zaplavenie cesty, poľa, obce, a pod.),
- **miesto udalosti**,
- **spôsob prístupu**, ak je na miesto udalosti sťažený prístup, uveďte aj smer, odkiaľ je možné miesto udalosti dosiahnuť a druh prístupovej cesty (súkromná cesta, poľná cesta a pod.).

POZOR!

Po ukončení hovoru počkajte na spätné volanie operátora príslušnej záchranej služby alebo polície.

2. ZÁKLADNÉ POJMY Z OBLASTI CIVILNEJ OCHRANY

OHROZENIE - obdobie, počas ktorého sa predpokladá nebezpečenstvo vzniku alebo rozšírenia následkov mimoriadnej udalosti.

MIMORIADNA UDALOSŤ - živelná pohroma, havária alebo katastrofa, pričom:

- **živelná pohroma** - mimoriadna udalosť, pri ktorej dôjde k nežiaducemu uvoľneniu kumulovaných energií alebo hmôt v dôsledku nepriaznivého pôsobenia prírodných síl, pri ktorej môžu pôsobiť nebezpečné látky
- **havária** - mimoriadna udalosť, ktorá spôsobí odchýlku od ustáleného prevádzkového stavu, v dôsledku čoho dôjde k úniku nebezpečných látok alebo k pôsobeniu iných ničivých faktorov, ktoré majú vplyv na život, zdravie alebo na majetok.
- **katastrofa** - mimoriadna udalosť, pri ktorej dôjde k narastaniu ničivých faktorov a ich následnej kumulácii v dôsledku živeľnej pohromy a havárie.

MIMORIADNA SITUÁCIA - obdobie ohrozenia, alebo obdobie pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti na život, zdravie, alebo na majetok, ktorá je vyhlásená podľa zákona NR SR č. 42/94 Z. z. v znení neskorších predpisov a počas ktorej sú vykonávané opatrenia na znižovanie rizík ohrozenia alebo postupy a činnosti na odstránenie následkov mimoriadnej udalosti.

ZÁCHRANNÉ PRÁCE - činnosti na záchranu života, zdravia osôb a záchranu majetku, ako aj na ich odsun z ohrozených alebo postihnutých priestorov.

LOKALIZAČNÉ PRÁCE - činnosti na zamedzenie šírenia a pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti.

LIKVIDAČNÉ PRÁCE - činnosti na odstránenie následkov mimoriadnej udalosti.

SEBAOCHRANA - pomoc vlastnými silami a prostriedkami, ktorá sa zameriava na ochranu vlastnej osoby a jej najbližšieho okolia a smeruje k zmierneniu alebo k zamedzeniu pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti.

NÚDZOVÉ ZÁSOBOVANIE - zabezpečenie dočasného minimálneho stravovania, minimálnych dávok pitnej vody a poskytovanie ďalších základných potrieb osobám

postihnutým mimoriadnou udalosťou v medziach existujúcich podmienok na prežitie, najmä dodávok elektrickej energie, zabezpečenie tepla a základné zdravotnícke zabezpečenie.

2. 1. ZÁKLADNÉ VŠEOBECNÉ ZÁSADY ČINNOSTI PRI OHROZENÍ

- **uvedomte si**, že najväčšiu hodnotu má ľudský život a zdravie a až potom záchrana majetku.
- **pamätajte** na sebaochranu, poskytnutie prvej pomoci a vzájomnej pomoci v tiesni.
- **rešpektujte** informácie poskytované prostredníctvom rozhlasu a televízie.
- **nerozširujte** poplašné a neoverené správy.
- **nepodceňujte** vzniknutú situáciu a zachovajte rozvahu.
- **netelefonujte** zbytočne, aby ste počas mimoriadnej situácie nepreťažovali telefónne siete.
- **pomáhajte** ostatným, najmä starým, chorým a bezvládnym ľuďom, postarajte sa o deti.
- **dodržiavajte** pokyny pracovníkov civilnej ochrany a ďalších záchranných zložiek, orgánov štátnej správy a samosprávy.

Mimoriadna situácia sa vyhlasuje a odvoláva prostredníctvom hromadných informačných prostriedkov.

3. VAROVANIE OBYVATEĽSTVA

Varovanie obyvateľstva je jedno z najdôležitejších opatrení civilnej ochrany. Varovanie je vykonávané varovnými signálmi uskutočňovanými prostredníctvom **sirén**. Varovné signály sú následne dopĺňané hovorenou informáciou prostredníctvom **hromadných informačných prostriedkov**.

Ak zaznie varovný signál:

- nastáva mimoriadna situácia,
- podľa tónu signálu a dĺžky jeho trvania zistíte, pred čím vás varuje,
- počúvajte následnú hovorenú informáciu vysielanú rozhlasom, televíziou alebo hlásením obecného (mestského) rozhlasu.

3. 1. VAROVNÉ SIGNÁLY

A) KOLÍSAVÝ TÓN SIRÉN

(trvanie 2 minúty)

- **VŠEOBECNÉ OHROZENIE**
- **VZDUŠNÝ POPLACH** - počas vojnového stavu a počas vojny ohrozenie v prípade možného vzdušného napadnutia územia štátu. Slovná informácia pri takomto ohrození obsahuje aj vymedzenia územia, pre ktoré je ohrozenie vyhlásené a výraz “VZDUŠNÝ POPLACH”

B) STÁLY TÓN SIRÉN

(trvanie 6 minút)

- **OHROZENIE VODOU** - varovanie obyvateľstva pri ohrození ničivými účinkami vody

(trvanie 2 minúty)

- **KONIEC OHROZENIA**

POZOR!

Každý druhý piatok v mesiaci sa o 12.00 hod. preskúšava prevádzkyschopnosť systémov varovania dvojminútovým stálym tónom sirén. O pravidelnom preskúšaní funkčnosti sirén a o ďalších skúškach mimo tohto termínu informujú rozhlas, televízia a tlač!

3. 2. ČO ROBIŤ, KEĎ ZAZNIE SIRÉNA?

(mimo doby pravidelného preskúšania)

- **vyhľadajte úkryt**, poprípade vstúpte do najbližšej budovy (ak ste **mimo budovy**),
- **zhromaždite celú rodinu** a byt neopúšťajte (ak sa nachádzate v **domácnosti**),
- **nevyzdvihujte deti** zo škôl a predškolských zariadení, bude o ne postarané,
- **vytvorte izolovaný uzavretý priestor** - uzavrite a utesnite okná, dvere a vetráky, odstavte klimatizáciu (netesnosti prelepte páskou, väčšie netesnosti môžete utesniť tkanivami namočenými vo vode s rozpustenými saponátmi). Uzavretím priestoru znížite pravdepodobnosť vlastného ohrozenia.
- **uhaste otvorený oheň** a iné spaľovacie zariadenia.
- **sledujte vysielanie rozhlasu a televízie** a riad'te sa podľa vysielaných pokynov.
- **telefonujte len v súrnom prípade**, nezaťažujte telefónne linky, najmä nevolajte čísla tiesňového volania.
- **postarajte sa o domáce a hospodárske zvieratá.**
- **čakajte doma na ďalšie pokyny.**

POZNÁMKA:

- **Presvedčte sa, či vo vašej blízkosti nie sú ohrození starí ľudia, chorí, neschopní pohybu.**
- **Postarajte sa o deti bez dozoru!**
- **Pri akejkol'vek činnosti zachovávajte pokoj a rozvahu!**

4. ČINNOSŤ V OBLASTI OHROZENEJ ÚNIKOM NEBEZPEČNÝCH LÁTKOK

NEBEZPEČNÉ LÁTKY - prírodné alebo syntetické látky, ktoré svojimi chemickými, fyzikálnymi, toxikologickými alebo biologickými vlastnosťami samostatne alebo v kombinácii môžu spôsobiť ohrozenie života, zdravia alebo majetku. Všeobecne pod nebezpečnými látkami rozumieme chemické, rádioaktívne alebo biologické látky.

Únik nebezpečných látok môže byť spôsobený deštrukciou stacionárneho zdroja nebezpečnej látky (výrobné zariadenie, sklad, zariadenie využívajúce nebezpečnú látku ako médium napr. chladiarenské zariadenie) alebo z mobilného zdroja pri preprave nebezpečnej látky (autá alebo železničné vagóny určené na prepravu nebezpečných látok).

POZOR!

Ohrozenie nebezpečnými látkami môže byť spôsobené aj teroristickým útokom!

4. 1. V PRÍPADE ÚNIKU NEBEZPEČNEJ CHEMICKEJ LÁTKY (alebo pri použití chemických zbraní)

Nebezpečné chemické látky spôsobujú poškodenie centrálného nervového systému, dýchacích orgánov, zažívacieho traktu, poškodenie kože, alebo narušujú metabolizmus postihnutého. V prípade havárie spojenej s únikom nebezpečných chemických látok pôsobia na okolie v podobe plynu alebo výparov. V prípade teroristického útoku môžu byť použité vo forme aerosólov alebo plynu, prípadne môžu byť použité na zamorenie vodných zdrojov.

KEĎ ZAZNIE VAROVNÝ SIGNÁL SIRÉNY:

A.) PRI POBYTE V BUDOVE

- **zostaňte vo vnútri**, prípadne sa ukryte v úkryte (ak je dostupný),
- **vytvorte izolovaný uzavretý priestor** - uzavrite a utesnite okná, dvere, vetráky, odstavte klimatizáciu,
- **pripravte si improvizovanú ochranu** dýchacích ciest, očí a odkrytých častí tela,
- **zapnite rozhlas**, televíziu a sledujte vysielanie,
- **riad'te sa podľa vysielaných pokynov**, nepodceňujte riziko,
- **pripravte si evakuačnú batožinu**,

- **telefonujte len v súrnom prípade**, nezaťažujte telefónne linky,
- **poskytnite pomoc chorým**, postihnutým osobám, osobám neschopným pohybu, starším osobám, postarajte sa o deti bez dozoru,
- **zachovávajte rozvahu a pokoj**,
- **budovu opustíte len na pokyn**.

B.) PRI POBYTE MIMO BUDOVY

- **zachovajte rozvahu, zorientujte sa** podľa situácie a rozhodnite sa pre opustenie priestoru ohrozeného nebezpečnou chemickou látkou,
- **okamžite vyhľadajte ukrytie v budovách** - postupujte kolmo na smer vetra šíriaceho nebezpečnú látku zo zdroja úniku a vašej polohy a následne sa riadte pokynmi ako pri pobyte v budove.
-

4. 2. V PRÍPADE ÚNIKU NEBEZPEČNEJ CHEMICKEJ LÁTKY (alebo pri použití chemických zbraní)

Bakteriologické (biologické) nebezpečné látky môžu byť použité vo forme aerosólu (baktérie, vírusy) vytvoreného v ovzduší alebo uzatvorenom priestore priamo alebo prostredníctvom vetracích zariadení, vypustením infikovaného hmyzu (vši, blchy, muchy a pod.), infikovaním vodných zdrojov, potravín, alebo krmovín. Postihnutý použitie biologických prostriedkov spravidla nezistí ihneď po ich použití. Pri podozrení ich použitia sa výskyt zisťuje odberom vzoriek a následnou mikrobiologickou analýzou.

Pri podozrení z úniku alebo pri úniku biologickej látky resp. pri použití biologických prostriedkov postupujte tak, ako pri úniku nebezpečnej chemickej látky a to najmä:

- **dôsledne dodržujte opatrenia** - karanténne, hygienické, proti epidemické a proti epizootické,
- **sledujte informácie o situácii** poskytované miestnou samosprávou,
- **pravidelne kontrolujte telesnú teplotu**,
- **bezodkladne hláste podozrenie z ochorenia**, alebo zvýšený výskyt ochorení osôb a zvierat orgánom obce alebo spádovému zdravotníckemu zariadeniu, prípadne orgánom civilnej ochrany,
- **obmedzte pohyb mimo budovy** a budovu opúšťajte iba na nevyhnutný čas (napríklad nákup základných životných potrieb),
- **priebežne uskutočňujte dezinfekciu** - v rámci svojich možností vo svojich bytoch a v domoch.

Pri vyhlásení karantény platí zákaz zhromažďovania osôb a zákaz voľného pohybu mimo uzatvorených priestorov bez nasadených ochranných prostriedkov.

4. 3. V PRÍPADE ÚNIKU RÁDIOAKTÍVNEJ LÁTKY (alebo pri použití jadrových zbraní)

- **čo najskôr sa ukryte v uzavretej miestnosti** (najlepšie v pivničných priestoroch),
- **pokiaľ ste mohli prísť do styku s rádioaktívnymi látkami** v čase, než ste sa stačili ukryť, potom:
 - pred vstupom do budovy kontaminovaný vrchný odev a obuv odložte do neprie vzdušného obalu a nepoužívajte ich,
 - dôkladne si umyte ruky, tvár a vlasy, vypláchnite si oči, ústa, vyčistite si nos a uši,
 - ak je to možné, osprchujte sa a vymeňte si bielizeň,
 - **uzavrite a utesnite okná a dvere**, vypnite ventilačné a klimatizačné zariadenia,
 - **sledujte správy v hromadných informačných prostriedkoch**,
 - **pripravte si prostriedky improvizovanej ochrany** dýchacích ciest a povrchu tela,
 - **jódové prípravky použite po obdržaní varovného signálu** o vzniku radiačnej havárie atómovej elektrárne. Dávkovanie a spôsob použitia je uvedený v návode na krabičke alebo v informačnom letáčku),
 - **zabezpečte svoje potraviny a zásoby vody pred možnou kontamináciou** uložením do obalov, chladničky, mrazničky alebo komory. Nepoužívajte nechránené potraviny, ovocie a zeleninu,
 - **pripravte si evakuačnú batožinu**,
 - **čakajte na ďalšie pokyny**,
 - postarajte sa o hospodárske zvieratá
 - zatvorte ich a dajte im zásobu krmovín a vody na dva dni,
 - zásoby krmiva a vody zabezpečte pred kontamináciou prekrytím plachtou alebo fóliou z plastu a pod.

4. 4. ZÁSADY SPRÁVANIA SA PRI DOPRAVNEJ NEHODE VOZIDLA PREPRAVUJÚCEHO NEBEZPEČNÚ LÁTKU

Ak ste účastníkom dopravnej nehody, pri ktorej došlo k úniku nebezpečnej látky:

- **odstavte vozidlo**, podľa možností mimo dosah pôsobenia nebezpečnej látky tak, aby zostala zachovaná priepustnosť komunikácie pre príchod záchranných zložiek,
- **zastavte motor vozidla a urýchlene opustite zamorený priestor**, chráňte si dýchacie cesty vreckovkou, ak ste sa neočakávane ocitli v dosahu pôsobenia nebezpečnej látky
- **bez ohrozenia vlastného života zistite, čo sa stalo**, v riadnom prípade sa nepribližujte k havarovanému dopravnému prostriedku,
- **oznámte nehodu na linku tiesňového volania 112** alebo hasičskému a záchrannému zboru, zdravotnej záchrannej službe alebo polícii,
- **nedotýkajte sa nebezpečnej látky ani predmetov**, ktoré by mohli byť ňou kontaminované,
- **riad'te sa pokynmi veliteľa zásahu alebo polície** - po príchode záchranných zložiek

VŽDY PLATÍ !!!

- **Ochranná maska a akákoľvek náhrada, slúži iba na únik z ohrozeného priestoru.**
- **Nebezpečná látka sa pri úniku šíri v smere vetra.**
- **Únik z ohrozeného priestoru voľte kolmo na smer vetra.**

5. ČINNOSŤ V OBLASTI OHROZENIA POVODŇAMI A ZÁPLAVAMI

O povodniach a záplavách hovoríme vtedy, keď sa zvýšia hladiny vodných tokov, voda vystúpi zo svojich korýt a zaplaví priľahlé územie.

5. 1. ZÁSADY SPRÁVANIA SA PRED OHROZENÍM POVODŇAMI A ZÁPLAVAMI

- vytipujte si bezpečné miesto, ktoré nebude zaplavené vodou,
- hodnotné veci zo suterénov, prízemných priestorov a garáží umiestnite do vyššieho poschodia,
- pripravte si vrecia s pieskom na utesnenie nízko položených dverí a okien,
- pripravte si trvanlivé potraviny a pitnú vodu na 2-3 dni,
- ak ste vlastníkom osobného automobilu, pripravte ho na použitie,
- pripravte sa na evakuáciu osôb, zvierat,
- upevnite veci, ktoré by mohla odniesť voda,
- pripravte si evakuačnú batožinu.

5. 2. ZÁSADY SPRÁVANIA SA V OBDOBÍ POVODNÍ A ZÁPLAV

- Opustite ohrozený priestor,
- netelefonujte, len v prípade tiesňového volania,
- v prípade vyhlásenia evakuácie dodržujte zásady pre opustenie ohrozeného priestoru, rešpektujte pokyny členov evakuačnej komisie,
- v prípade časovej tiesne sa okamžite presuňte na vytipované miesto, ktoré nebude zaplavené vodou,
- nešírte paniku a nerozširujte neoverené správy.

5. 3. ZÁSADY SPRÁVANIA SA PO POVODNIACH A ZÁPLAVÁCH

- Nechajte si skontrolovať stav obydľia (statická narušenosť, obývatel'nosť), rozvody energií (plyn, elektrická energia), stav kanalizácie a rozvod vody.
- Zabezpečte likvidáciu uhynutých zvierat, poškodených potravín, poľnohospodárskych plodín zasiahnutých vodou - riad'te sa pokynmi hygienika.
- Informujte sa o miestach humanitárnej pomoci.
- Kontaktujte príslušné poisťovne ohľadom náhrady škôd.

6. ČINNOSŤ PRI NUTNOSTI URÝCHLENÉHO OPUSTENIA OHROZENÉHO PRIESTORU (EVAKUÁCIA)

V prípade, ak musíte rýchlo opustiť priestor ohrozenia, alebo sa nachádzate v uzatvorených priestoroch, vykonajte nasledovné opatrenia:

- uzatvorte prívod plynu, vody a elektriny.
- pripravte si a vezmite so sebou najnutnejšie veci (doklady, cenné veci malých rozmerov, lieky a pod.).
- uzamknite byt.
- presvedčte sa, či vaši susedia vedia o vzniknutej situácii.
- v prípade, ak sa vo vašom okolí nachádzajú deti bez dozoru, starí alebo nevládni ľudia - pomôžte im.
- sledujte rozhlas, televíziu, miestny rozhlas atď., kde sa dozviete informácie o možnom ohrození.
- dodržujte pokyny osôb a príslušných orgánov, ktoré zabezpečujú evakuáciu.
- použite prostriedky improvizovanej ochrany dýchacích ciest a povrchu tela.
- priestor opúšťajte najkratšou cestou, podľa možnosti kolmo na smer vetra.
- vždy zachovávajte rozvahu!

7. ODPORÚČANÁ HMOTNOSŤ A ZLOŽENIE ÚKRYTOVEJ A EVAKUAČNEJ BATOŽINY

Odporúčaná hmotnosť ÚKRYTOVEJ batožiny: 10 až 15 kg

Odporúčaná hmotnosť EVAKUAČNEJ batožiny:

- do 25 kg pre deti**
- do 50 kg pre dospelých**

Čo vám nemá chýbať v batožine?

- osobné doklady, dôležité dokumenty, peniaze, cennosti malých rozmerov,
- osobné lieky, vitamíny a nevyhnutné zdravotnícke potreby,
- základné trvanlivé potraviny a nápoje v nepriepustných obaloch na 2-3 dni,
- predmety osobnej hygieny a dennej potreby,
- náhradná bielizeň, odev, obuv, nepremokavý plášť,
- prikrývka, spací vak,
- vrecková lampa, sviečka a zápalky,
- ďalšie nevyhnutné osobné veci podľa potreby a uváženia (mobilný telefón),
- pre deti nezabudnite pribaliť hračku.

Zoznam vecí, ktoré je zakázané brať do úkrytu:

- zbrane všetkého druhu, alkohol a iné návykové látky, zapáchajúce a ľahko zápalné látky,
- objemné predmety, kočíky, periny a pod.,
- domáce zvieratá, psy, mačky a iné,
- zapalovače, cigarety, ponorné variče, jedlá podliehajúce rýchlemu znehodnoteniu.

8. ZÁSADY SPRÁVANIA SA V ÚKRYTOCH

- správajte sa zodpovedne a riad'te sa úkrytovým poriadkom, dbajte na pokyny obsluhy úkrytu,
- neplytvajte vodou a potravinami,
- udr'ujte čistotu a poriadok,
- nepohybujte sa zbytočne po úkryte a nehovorte hlasno,
- chovajte sa pokojne, vzájomne si pomáhajte,
- nefajčite, nepoužívajte otvorený oheň a elektrické spotrebiče.

9. IMPROVIZOVANÁ OCHRANA DÝCHACÍCH CIEST A POVRCHU TELA

Improvizované prostriedky individuálnej ochrany sú určené na ochranu dýchacích ciest a očí, ak neboli vydané ochranné masky a prostriedky na ochranu povrchu tela.

Improvizované prostriedky individuálnej ochrany sa používajú najmä pri:

- presune osôb do úkrytov,
- úniku z priestoru zamoreného nebezpečnou látkou,
- prekonávaní zamoreného priestoru,
- evakuácii obyvateľstva.

OCHRANA HLAVY

Odporúča sa použiť čiapky, šatky, šály, cez ktoré je vhodné natiahnuť kapucňu, prípadne nasadiť ochrannú prilbu (najlepšie cyklistickú, pracovnú, lyžiarsku a podobne). Najvhodnejším spôsobom ochrany úst a nosa je prekrytie týchto častí kusom flanelovej tkaniny alebo froté uterákom mierne navlhčeným vo vode, vodnom roztoku sódy alebo kyseliny citrónovej. Oči chránime okuliarmi uzavretého typu (potápačské, plavecké, lyžiarske a podobne). Vetracie prieduchy na okuliaroch prelepíme lepiacou páskou.

OCHRANA TRUPU

Všeobecne platí zásada, že každý druh odevu poskytuje určitú mieru ochrany, pričom väčší počet vrstiev zvyšuje koeficient ochrany. Na ochranu môžete použiť dlhé zimné kabáty, bundy, nohavice, kombinézy, šuštiakové športové súpravy. Použité ochranné odevy je nutné dostatočne utesniť na krku, rukávoch a nohaviciach. Netesnené zapínanie a rôzne nežiadúce trhliny v odevu je nutné prelepiť lepiacou páskou. Ku všetkým ochranným odevom je vhodné použiť nepremokavý plášť (napr. plášť do dažďa) alebo plachtu prehodenú cez hlavu.

OCHRANA RÚK A NÔH

Veľmi dobrým ochranným prostriedkom rúk sú gumené rukavice. Pre ochranu nôh sú najvhodnejšie gumené a kožené čizmy, kožené vysoké topánky. Pri použití nízkych topánok je vhodné zhotoviť si návleky z igelitových vrecúšok alebo tašiek.

Pri použití improvizovanej ochrany je potrebné dodržiavať nasledujúce zásady:

- celý povrch tela musí byť zakrytý,
- všetky ochranné prostriedky je nutné čo najlepšie utesniť,
- na dosiahnutie vyšších ochranných účinkov kombinujte viac ochranných prostriedkov, alebo použite odev v niekoľkých vrstvách.

10. ZÁSADY PRVEJ POMOCI

PRVÁ POMOC - súbor jednoduchých opatrení, ktoré môžu byť použité v každom čase, na každom mieste a ktoré môžu:

- zachrániť život,
- zabrániť zhoršeniu zdravotného stavu,
- urýchliť zotavenie.

AKO POSTUPOVAŤ?

- bez ohrozenia vlastného života zistíte, čo sa stalo,
- ako prvého vždy ošetríte najviac postihnutého,
- zabezpečte privolanie sanitky, lekára, alebo dopravu zraneného do zdravotníckeho zariadenia.

AKO POSKYTNÚŤ PRVÚ POMOC?

- zastavte život ohrozujúce krvácanie,
- pri bezvedomí - zaistíte voľnosť dýchacích ciest,
- pri zástave dýchania - poskytnite umelé dýchanie,
- pri zástave srdca - poskytnite nepriamu masáž srdca,
- venujte pozornosť protišokovým opatreniam.

PAMÄTAJTE!

- nepotrebuje osobitné vybavenie - improvizujte,
- nepreceňujte svoje sily, neohrozte samého seba,
- nehýbte s postihnutým viac, ako je nevyhnutné!

11. INFORMAČNÉ MIESTA, NA KTORÉ SA MOŽETE OBRÁTIŤ V PRÍPADE VZNIKU MIMORIADNEJ UDALOSTI

- Zamestnávateľ
- Obecny úrad
- Okresny úrad Gelnica, odbor krízového riadenia
- Okresny úrad Košice, Odbor krízového riadenia