

Режим підвищеної готовності

Режими функціонування Єдиної державної системи цивільного захисту України встановлюються урядом, межах конкретної її території, залежно від масштабу і особливостей надзвичайної ситуації, що прогнозується або виникла.

Режим підвищеної готовності встановлюється – для органів управління та сил цивільного захисту при істотному погіршенні виробничої,

промислової, радіаційної, хімічної, біологічної, сейсмічної, гідрогеологічної і гідрометеорологічної обстановки з одержанням прогнозуючої інформації щодо можливості виникнення НС.

Основні заходи, які реалізуються при даному режимі діяльності:

– здійснюються заходи визначені для режиму повсякденної діяльності і додатково:

- формуються оперативні групи для виявлення причин погіршення обстановки безпосередньо в районі можливого виникнення НС, готуються пропозиції по її нормалізації;
- посилюються роботи, пов'язані з веденням спостереження та здійснення контролю за станом навколишнього середовища, обстановкою на потенційно небезпечних об'єктах та прилеглої до них території, прогнозування можливості виникнення НС та її масштабів;
- проводяться заходи по захисту робітників, службовців та територій, забезпеченню стійкого функціонування об'єктів;
- приводяться в стан підвищеної готовності наявні сили та засоби, залучаються додаткові сили, уточнюються плани їх дій та пересування, на випадок необхідності, в район можливого виникнення НС;
- проводяться заходи щодо запобігання виникненню НС;
- організується цілодобове чергування членів комісій з техногенно – екологічної безпеки та надзвичайних ситуацій органів влади (об'єктових комісії з надзвичайних ситуацій);
- ✓ своєчасно інформується персонал та населення про ситуацію та заходи, що вживаються.

Дії населення за попереджувальним сигналом

«Увага всім».

Звуки сирени, переривчасті гудки підприємств, сигнали транспортних засобів означають попереджувальний сигнал «Увага всім!».

За цим сигналом потрібно:

1. Увімкнути радіо, радіотрансляційні і телевізійні приймачі, для прослуховування термінових повідомлень.
2. Уважно прослухати звернення органів управління цивільного захисту до населення і виконати рекомендації, що пропонуються. Уникайте паніки.
3. По можливості сповістіть сусідів та знайомих.

Повідомлення містить наступну інформацію:

– – місце і час виникнення НС;	– – територія яка потрапляє в осередки, або зони ураження;
– – розміри та масштаби НС;	– – порядок дій при НС;
– час початку та тривалість дій уражаючих факторів;	– – інша інформація.

Повідомлення передаються у наступних випадках:

В мирний час	В особливий період
– у разі аварії на атомній електростанції	– про безпеку авіаційних (ракетних) ударів
– у разі аварії на хімічно-небезпечному об'єкті	– про закінчення безпеки авіаційних (ракетних) ударів
– у разі повені (катастрофічного затоплення)	– про безпеку радіаційного зараження
– у разі урагану та інших НС	– про безпеку хімічного зараження

Дії під час артилерійського обстрілу житлових масивів

Артилерійський обстріл – один із найбільш небезпечних видів вогневого враження під час воєнних конфліктів, в результаті якого можлива велика кількість випадкових жертв серед населення.

ЯКЩО ОБСТРІЛ ЗАСТАВ ВАС НА ВУЛИЦІ

Якщо артилерійський обстріл застав вас на вулиці, негайно лягте на землю (канаву, яму), щільно притулитися до якогось виступу: бордюру, клумби, забору або якійсь бетонній конструкції та надкрийте голову руками. Найчастіше причиною поранення є не пряме влучення снаряду, а результат попадання уламків та вплив вибухової хвилі. Снаряди та міни відриваються в верхньому шарі ґрунту, уламки після підриву летять на висоті 30-50 см. над поверхнею землі.

ЯКЩО ОБСТРІЛ ЗАСТАВ ВАС В БУДІВЛІ

Негайно зійдіть в підвал, у випадку якщо підвал, відсутній або зачинений зійдіть до сусідів на першому поверсі. Існує правило: чим нижче спустишся, тим безпечніше. Як правило снаряди попадають в верхні поверхи.

Якщо артилерійський обстріл застав вас у будинку зненацька і не лишилося часу зреагувати, швидко йдіть в кімнату віддалену напряму звідки ведеться обстріл. Лежачи або сидячи притуліться до несучої стіни, не стійте

напроти. Найчастіше осколки потрапляють у приміщення через вікна. Якщо є можливість завчасно заклейте скло вікон скотчем або забарикадуйте шафами, це врятує вас від уламків скла. Якщо обстріли є постійними, необхідно завчасно забарикадувати вікна мішками з піском, важкими меблями, речами.

ЯКЩО ПІД ЧАС ОБСТРІЛУ ВИ ЗНАХОДИТИСЯ В ТРАНСПОРТІ

(маршрутному таксі, тролейбусі, трамваї)

1. Попросіть водія зупинити транспортний засіб.

2. Вийдіть з транспортного засобу та відбігти від дороги в напрямі від багатоповерхівок та промислових об'єктів та ляжте на землю та закрийте голову руками.

Якщо вибухи застали вас у дорозі на власному автомобілі – не розраховуйте, що на авто ви зможете швидко втекти від обстрілу. Зупиніться вийдіть з автомобіля та відбіжіть якомога далі від дороги.

Загальні вимоги до укриття.

Воно має бути заглибленим і разом із тим знаходитися подалі від споруд, які можуть обвалитися на вас зверху при прямому попаданні, або можуть спалахнути. Ідеальний захист дає траншея чи канава (подібна до окопу) глибиною 1-2 метри, на відкритому місці.

УКРИТИСЯ ПІД ЧАС АРТИЛЕРІЙСЬКОГО ОБСТРІЛУ МОЖНА

- у спеціально обладнаному бомбосховищі;
- у підземному переході;
- в будь-якій канаві, траншеї, ямі;
- в трубі водостоку під дорогою;
- вздовж високого бордюру чи підмурку паркану;
- у підвалі під капітальними будинками старої забудови;
- в оглядовій ямі гаражу, станції технічного обслуговування;
- в каналізаційних люках;

– в „воронках”, що лишилися від попередніх обстрілів.

НЕМОЖНА ВИКОРИСТОВУВАТИ ДЛЯ УКРИТТЯ

- під'їзди будинків,
- місця під технікою (вантажівкою, автобусом);
- непідготовлені для укриття підвали;
- укриття розташовані ближче 30-50 метрів від багатоповерхових будівель;
- проходи поміж штабелями, контейнерами, будівельними матеріалами.

ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ АРТИЛЕРІЙСЬКОГО ОБСТРІЛУ

Зачекайте приблизно 10хв. Обережно підніміться, уважно огляньте місцевість навколо себе, пересувайтесь не кваплячись та уважно оглядайте маршрут руху, ноги ставте на вільну від уламків поверхню. Не піднімайте з землі незнайомі вам предмети. Снаряди можуть бути касетними і місцевість в результаті застосування спеціальних боеприпасів може бути замінована. Бойові елементи касетних боеприпасів та снаряди які не підірвалися можуть вибухнути від найменшого дотику. Уважно слідкуйте за дітьми і підлітками, не дозволяйте їм торкатися до будь яких предметів.

«ПОВІТРЯНА ТРИВОГА»

ЯК ДІЗНАТИСЯ ПРО ПОВІТРЯНУ ТРИВОГУ !

З метою привернення уваги населення до сигналів оповіщення цивільного захисту вмикаються електричні сирени. Які дублюються протяжними гудками інших звукових пристроїв суб'єктів господарювання та транспортних засобів.

Лунає протягом 2-3 хвилин.

Після цього у мовному режимі через засоби масової інформації (вуличні гучномовці, радіо, телебачення тощо) до населення доводиться сигнал «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА» та порядок дій за цим сигналом.

З моменту подачі сигналу «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА» до початку нападу може минути лише кілька хвилин.

Використайте цей час максимально ефективно.

ПІСЛЯ СИГНАЛУ «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА»

Якщо ви вдома:

1. Ввимкніть приймач радіотрансляційної мережі, телевізор, радіоприймач, уважно прослухати інформацію.
2. Якщо є можливість попередьте сусідів та одиноких людей, що мешкають поруч.
3. Зачиніть вікна, вимкніть усі електричні та нагрівальні прилади.
4. Перекрийте квартирний газовий вентиль, загасіть печі, вимкніть світло.
5. Швидко одягніться та одягніть дітей.

Перевірте наявність пришитих із внутрішньої боку одягу у дітей дошкільного віку нашивок на яких зазначено: прізвище, ім'я, по-батькові, адреса, вік, номер домашнього телефону.

6. Візьміть:

- індивідуальні засоби захисту;
- завчасно підготовлений запас продуктів і води;
- особисті документи;
- кишеньковий ліхтар та найкоротшим шляхом прямувати до найближчої захисної споруди.

Якщо ви на роботі:

1. Виконайте заходи, передбачені на цей випадок Планом реагування на надзвичайні ситуації суб'єктами господарювання, Інструкція щодо дій персоналу суб'єкта господарювання у разі загрози або виникнення надзвичайних ситуацій.
2. Дійте за вказівками керівництва суб'єкта господарювання.
3. Швидко, без паніки займіть місце у захисній споруді (сховищі, підвальному приміщенні).
4. Виконуйте вимоги старшого (коменданта).

Якщо ви в громадському місці:

1. Вислухайте вказівки адміністрації.
2. Дійте у відповідності з ними – ідіть у зазначені сховища або укриття.

Якщо ви в транспорті:

1. Попросіть водія зупинити транспортний засіб.
 2. Вийдіть з транспортного засобу та рухайтесь в напрямі протилежному від багатопверхівок та промислових об'єктів (парку, скверу, пустиря).
 3. Швидко, без паніки займіть місце у захисній споруді (сховищі, підвальному приміщенні).
- У разі відсутності в радіусі 500 м від будинку захисної споруди використовуйте для укриття підвальне приміщення під будинком. Не можна після сигналу «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА» залишатися в будинках, особливо на верхніх поверхах. Внаслідок вибуху вони будуть руйнуватися від впливу ударної хвилі.

Як поводитися в захисній споруді:

1. Зайняти місце у захисній споруді.
2. Виконувати вимоги старшого (коменданта).
3. Не палити та не смітити.
4. Голосно не розмовляти.
5. Зберігати спокій і дотримуватися порядку.
6. Допомагати дітям, літнім людям та інвалідам.
7. Уважно слідкувати за розпорядженнями та сигналами оповіщення.

УВАГА!

До ускладнення обстановки Вам необхідно з'ясувати у ЖЕКу, ОСББ:

1. Прогноз щодо виникнення надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру і порядок дій населення.
2. Маршрути евакуації (якщо вона передбачається) у безпечний район.
3. Місце розташування найближчої захисної споруди, у якій можна укритися.

У разі загрози життю та здоров'ю необхідно потурбуватись про наявність:

- найпростіших засобів індивідуального захисту (респіратор, ватно-марлевої пов'язки, проти пилової тканиної маски);
- найпростіших засобів медичної допомоги: бинта, йоду, джгута, перекису водню, нашатирного спирту, знеболювальних засобів тощо).

ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНІ ЗНАХІДКИ

Бойові дії на сході України, небезпека диверсій та терористичних актів, робить питання поводження із боеприпасами невідомими, вибухонебезпечними речовинами, залишеними без догляду предметами досить актуальним.

Виходячи з цього фахівці цивільного захисту рекомендують керівникам підприємств, установ та організацій, вчителям і батькам обов'язково проводити з населенням, і особливо учнями та дітьми бесіди щодо поводження з невідомими предметами і механізмами.

Під вибухонебезпечними предметами слід розуміти будь-які пристрої, будь якого вигляду та форми, підозрілі предмети, які здатні за певних умов (або при дії на них) вибухати.

Особливо треба бути уважними на залізничних станціях, звалищах, містах зберігання металобрухту, поблизу військових частин та полігонів, у місцях масового перебування людей.

До вибухонебезпечних предметів відносяться:

- **Боеприпаси** – це військово – технічні вироби одноразового вживання, призначені для поразки живої сили та техніки.
- До боеприпасів відносяться:
- бойові ракети та їх фрагменти;
 - авіаційні бомби;
 - артилерійські боеприпаси (снаряди, міни);
 - інженерні боеприпаси (протитанкові і протипіхотні міни);
 - ручні гранати;
 - стрілецькі боеприпаси (патрони до пістолетів, автоматів, гранатометів).
- освітлювальні, імітаційні, спеціальні ракети;
 - вибухові пакети та петарди, освітлювальні, сигнальні ракети;
 - димові гранати та шапки.

При знаходженні серійних мін, снарядів, гранат:

ЗАБОРОНЕНО:

- **Наближатися до предмету;**
- **Пересувати його або брати в руки;**
- **Розряджати, кидати, ударяти по ньому;**
- **Розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;**
- **Приносити предмет до дому, у табір, школу.**

Необхідно негайно повідомити міліцію про знахідку або зателефонувати на безкоштовні телефонні номери 101 або 102!

Практично всі вибухові речовини отруйні, чутливі до механічних дій і нагрівання. Поводження з ними вимагає граничної уваги і обережності!

Пам'ятайте! Розмінуванням, знешкодженням або знищенням вибухонебезпечних предметів займаються тільки підготовлені фахівці-сапери, допущені до цього виду робіт.

При знаходженні вибухонебезпечного пристрою:

1. **Негайно повідомите чергові служби органів внутрішніх справ, цивільного захисту.**
2. **Відмітьте підручними предметами його місцезнаходження.**
3. **Не підходьте до предмету, не торкайтеся і не пересувайте його, не допускайте до знахідки інших людей.**
4. **Припинити всі види робіт в районі виявлення вибухонебезпечного предмету.**
5. **Дочекайтеся прибуття фахівців, вкажіть місце знахідки та повідомте час її виявлення.**

Пам'ятайте! Одна з основних причин нещасних випадків з вибуховими пристроями – грубе порушення елементарних правил безпеки.

Евакуація

Евакуація населення проводиться у разі виникнення безпосередньої загрози життю та заподіяння шкоди здоров'ю людини.

Рішення про проведення евакуації приймає керівник органу влади (голова обласної або районної адміністрації, мер міста, голова сільради), підприємства, установи, організації.

У невідкладних випадках рішення приймає керівник робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації, а в разі його відсутності – керівник аварійно – рятувальної служби, який першим прибув у зону надзвичайної ситуації.

Оповіщення здійснюється шляхом:

- передачею через місцеві канали радіо та телебачення,
- через системи зв'язку підприємств, установ, організацій,
- застосуванням гучномовців патрульних автомобілів міліції,
- обходу будинків та квартир співробітниками ЖЕО та МВС.

Громадяни, які підлягають евакуації, негайно здійснюють наступні заходи:

– збирають необхідні речі, продукти харчування та воду, підготовлюють медичну аптечку, засоби індивідуального захисту (обов'язково засоби захисту органів дихання), вказане майно, особисті документи і гроші;

Із речей береться найнеобхідніше – одяг, взуття, запасна білизна (бажано мати плащ та взуття на гумовій основі), предмети гігієни (мило, зубна паста, рушник).

Продукти харчування із розрахунку до 3х діб (хліб, печиво, консерви), вода 2л на люд/добу.

Усі речі і продукти харчування повинні бути запаковані у рюкзаки, мішки, сумки. При розрахунку кількості речей і продуктів враховувати, що людині самій доведеться їх нести (при евакуації транспортом загальна маса багажу на одну дорослу людину не повинна перевищувати 50 кг).

До кожного місця з речами і продуктами прикріплюється табличка з позначенням на ній прізвища, імені і по батькові, адреси постійного проживання і, при необхідності, кінцевого пункту евакуації їх власника.

Безпосередньо перед виходом із будинку чи квартири треба відключити газ, електроживлення, перекрити водопостачання, закрити вікна і двері. У встановлений час слід прибути з усім необхідним на вказані збірні евакопункти.

Після здійснення цих заходів прибути на вказаний у повідомленні **збірний пункт з евакуації.**

ОБЕРЕЖНО – ТЕРОРИЗМ !

Терористичні акти, а саме, захоплення заручників в місцях масового скупчення людей (стадіони, школи, супермаркети, лікарні, транспортні засоби), захоплення об'єктів підвищеної небезпеки (АЕС, виробництва та склади хімічно небезпечних речовин, греблі гідроспоруд, склади боєприпасів або вибухових речовин, тощо) здійснюються з метою тиску на органи влади, суспільство, збройні сили з метою досягнення політичних, економічних або військових цілей. Загроза або власно фізична розправа із заручниками здійснюється лише крайніх випадках для посилення тиску.

Якщо ви опинились поблизу таких об'єктів на момент здійснення чи загрози терористичних актів, то правила безпеки аналогічні тим, які використовуються при відповідних виробничих аваріях та катастрофах. **Головним**

при цьому є: відсутність паніки і збереження спокійної поведінки, якомога швидший вихід за межі небезпечної зони, надання першої медичної допомоги потерпілим, виклик правоохоронних служб.

Тероризм є особливо небезпечним злочином і передбачає покарання до найвищої міри – довічного позбавлення волі.

Але навіть покарання терористів не поверне вам життя та здоров'я. Тому, якщо вас захопили терористи, варто дотримуватися деяких **правил**:

- намагайтесь бути спокійними, миролюбними, не піддавайте себе невиправданому ризику;
- виконуйте вимоги терористів, запитуйте дозволу на будь-які дії, не створюючи конфліктних ситуацій;
- не посилюйте агресивність злочинців непокорю, лайкою, опором, адже перевага сил не на вашому боці;
- якщо злочинці перебувають в стані алкогольного або наркотичного сп'яніння, то намагайтесь обминути всілякі контакти з ними;
- уникайте будь-яких дискусій, самі будьте уважними слухачами;
- з першою ж нагодою намагайтесь повідомити про своє місце знаходження рідним чи в міліцію;
- зберігайте свою гідність і нічого не просіть, намагайтесь з'їдати і пити все, що дають незважаючи на те, що дають їсти і пити;
- якщо ви знаходитесь із злочинцями тривалий час, намагайтесь встановити з ними контакт і викликати в них гуманні почуття;
- намагайтесь запам'ятати будь-яку інформацію про злочинців;
- не дозволяйте собі падати духом, намагайтесь заспокоюватись;
- уважно стежте за поведінкою злочинців і їх намірами, будьте готові рятуватись втечею, але якщо абсолютно впевнені в цьому;
- намагайтесь віднайти найбільш безпечне місце в приміщенні, де вас утримують, у разі відсутності такого місця падайте на підлогу при будь-якому шумі або стрілянині;
- при застосуванні спецпідрозділами сльозогінного газу дихайте через мокру тканину, швидко і часто кліпайте, викликаючи сльози;
- під час штурму ні в якому разі не беріть зброї терористів, щоб ви не постраждали від штурмовиків, які не зможуть розрізнити, хто терорист, а хто заручник і стріляють по озброєних людях;

при звільненні виходьте якомога швидше, речі залишайте там, де вони лежать, беззастережно виконуйте команди групи захоплення.

МАСОВІ СКУПЧЕННЯ ЛЮДЕЙ – УВАГА !

натовп ? В чому його небезпека для людини ? Як поводити себе у натовпі щоб не постраждати?

Натовп – це особливий біологічний організм. Він діє за своїми законами і не завжди враховує інтереси окремих осіб, в тому числі і їх життя.

Почуття страху, що охоплює групу людей, миттєво передається іншим і переростає в некерований процес — паніку. У людей різко підвищується емоційність сприйняття того, що діється 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 люди найчастіше гинуть не від самої небезпеки, а від страху і паніки, що виникають у натовпі. Про це треба завжди пам'ятати і передбачати можливу небезпеку.

Правила поведінки у

натовпі під час

масових заходів

Щоб не загинути у натовпі, краще правило — не потрапляти в нього або обминути його. Якщо це не можливо, ні в якому разі не йти проти натовпу.

Пам'ятайте, що найнебезпечніше – бути затиснутим і затоптаним у натовпі!

Люді в завжди прориваються вперед, до виходу. Найбільша тиснява буває в дверях, перед сценою, біля арени і т.д.

Тому, входячи в будь яке приміщення, треба звертати увагу на запасні і аварійні виходи, знати, як до них добратися.

Не наближайте до вітрин, стін, скляних дверей, до яких тебе можуть притиснути. Якщо натовп захопив тебе – не чини йому опору. Глибоко вдихни, зігни руки в ліктях, підними їх, щоб захистити грудну клітину. Не тримай руки в кишенях, не чіпляйся ні за що руками, – їх можуть зламати. Якщо є можливість, зацепи одяг. Високі підбори можуть коштувати вам життям, так само, як і розв'язаний шнурок. Якщо ви потрапили у натовп, зніміть прикраси, шарф, краватку, викиньте сумку, парасольку і т.д. Якщо у вас щось впало, ні в якому разі не намагайся підняти, – життя дорожче.

Головне завдання в натовпі – не впасти. Якщо тебе збили з ніг і ти впав на землю, спробуй звернутися клубком і захистити голову руками, прикриваючи потилицю. При будь-якій можливості треба спробувати встати на ноги.

З метою запобігання надзвичайним ситуаціям під час проведення масових заходів рекомендується створення з колег, друзів знайомих, з якими разом берете участь у масових заходах, так званих “груп порятунку”. Основне їхнє завдання – своєчасне і оперативне реагування на раптові запити

присутніх і недопущення панічних настроїв.

Складаємо аптечку на випадок екстремальної ситуації

«Екстремальна» аптечка не набагато відрізняється від звичайної, але **аптечка на випадок форс-мажору не залишає власнику права на помилку**. В першу чергу в таку аптечку потрібно покласти все те, що людина застосує у «звичайному житті» при:

- дрібних побутових травмах, у тому числі порізах (стерильні бинти і серветки, вата, перекис водню, спирт, йод, пластр);
- алергії (лоратадин чи кларитин);
- отруєнні (лоперамід, но-шпа, дротаверин);
- застуді (парацетамол, ібупрофен);
- травмах очей (сульфацил натрію, альбуцид).

Дуже важлива складова аптечки – індивідуальні медикаменти для кожного члена сім'ї. Кожен знає свої хвороби і, відповідно, бере для них ліки. Покладіть в тривожний рюкзачок запасну пару окулярів, якщо ви їх носите. Важливе правило при складанні аптечки: беріть тільки ті медикаменти та прилади, якими ви зможете скористатися. Не потрібно купувати ліки в ампулах, хоч вони і більш ефективні, якщо ви не вмієте робити уколи, ставити крапельниці.

На випадок екстремальної ситуації неодмінно мають бути ліки від вогнепальних поранень – антибіотики, знеболююче та кровоспинне. З вогнепальним пораненням потрібно їхати до лікаря. Якщо такої можливості немає – то людина, в основному, помирає за двох причин: від пошкоджень внутрішніх органів – легень і кишок, або через сильну кровотечу. Ось з останнім можна боротися самостійно. Традиційний метод зупинки крові – тиснуча пов'язка, все необхідне для якої має бути в базовій аптечці. Але якщо при пораненні зачеплені великі судини, то зупинити кров дуже складно, і тоді вам знадобиться спеціальний кровоспинний порошок – Гемостоп або західні препарати Quick Clot і Celox. Засоби для зупинки крові, мабуть, найважливіші для людини з вогнепальним пораненням, тому що до 60% постраждалих помирають протягом години саме від крововтрати. На другому місці з важливості при пораненні – знеболююче, оскільки людині дуже складно перенести больовий шок. Звичайних знеболюючих – таких як парацетамол, панadol, ефералган – при вогнепальному пораненні може бути недостатньо. Застосовується солпадеїн або дексалгін. Неохідні декілька упаковок на одну людину. Бажано – дексалгін в ампулах на випадок серйозного поранення (5 ампул та шприці).

Антибіотики актуальні при будь-якій хворобі, коли підвищується температура одночасно з виділенням гною, блювотою, проносом, набряком і т.д. При вогнепальному пораненні, травмі з відкритою раною, антибіотики приймаються у кожному випадку, коли немає можливості швидко доїхати до лікаря. Є два антибіотики на всі випадки життя – це амоксицилін або його аналоги і ципрофлоксацин (є в таблетках і в уколах). Якщо вмієте робити уколи – беріть в ампулах, якщо ні – в таблетках, вони досить ефективні. Якщо людина опинилася в екстремальній ситуації, поранена, то можна приймати два антибіотики одночасно або почати з амоксициліну і якщо протягом двох діб температура не знизиться – підключити ципрофлоксацин. Є ще одне максимально спрощене правило вживання цих ліків: груди і вище – амоксицилін, живіт і нижче – ципрофлоксацин (проти мікробів, що викликають кишкові розлади).

Отруєння – одна з найбільш гострих проблем при надзвичайних ситуаціях через антисанітарію. Тому в аптечку треба покласти дезінфікуючі серветки, гелі, спирт (або горілку) і т.п.

Не завадять в аптечці ентеросорбент (вугілля активоване в таблетках по 0,25, № 10 або інший аналог), засоби для очищення та знезараження води (спеціальна трубка-фільтр – Aquamira Frontier Emergency, або таблетки Акватабс).

До аптечки обов'язково слід додати: нетравматичні компактні ножиці, медичні вироби для зупинки кровотеч: еластичний бинд, кровоспинний бинт, стискаюча пов'язка, рулонні пластри на тканинній основі, скотч для фіксації, джгут (краще САТ — Combat Application Tourniquet), який можна накласти однією рукою за 10–30 с. аерозоль протиопіковий.

Додайте папір для поміток та ручку (олівець).

У разі виникнення надзвичайних ситуацій телефонувати

101 – служба порятунку

102 – міліція

103 – швидка допомога

104 – аварійна служба газу