

# Универсальный алгоритм оказания первой помощи



1. Определить наличие угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья.

2. Оценить наличие сознания у пострадавшего. Если у пострадавшего присутствует сознание – см. п. № 7 и далее.



3. Определить наличие дыхания. При наличии дыхания – см. п. № 6 и далее. При отсутствии – см. п. № 4 и далее.

4. Привлекая помощников (или самостоятельно), осуществить вызов скорой медицинской помощи по номерам 03, 103 или 112.



5. Одновременно с вызовом скорой медицинской помощи (если вызывает помощник) или после вызова (если вызов осуществляется самостоятельно) начать проведение сердечно-легочной реанимации (30 надавливаний на грудную клетку чередуются с 2 вдохами).



6. Если у пострадавшего появились признаки жизни, и он дышит самостоятельно, следует поддерживать проходимость дыхательных путей (придание устойчивого бокового положения).



7. Провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие признаков сильного артериального или смешанного кровотечения. В случае кровотечения – осуществить остановку доступными способами.

8. При отсутствии явных признаков кровотечения выслушать жалобы пострадавшего, а также осуществить его подробный осмотр.



9. Придать пострадавшему оптимальное положение тела в зависимости от его состояния и характера имеющихся травм.



10. До приезда скорой медицинской помощи контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.

Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи или сотрудникам других специальных служб.

# КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ ОБСТРЕЛЕ

## Если вы в здании



- 1 СЛУСИТЕСЬ В ПОДВАЛ, НА НИЖНИЕ ЭТАЖИ ИЛИ В ПАРКИНГ

## Нет подвала или паркинга



- 1 НАЙДИТЕ ПОМЕЩЕНИЕ С НЕСУЩИМИ СТЕНАМИ
- 2 СЯДЬТЕ НА ПОЛ У БЕТОННОЙ СТЕНЫ И ПРИГНИТЕСЬ
- 3 ДЕРЖИТЕСЬ ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН
- 4 САМОЕ БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО В КВАРТИРЕ – ЭТО ВАННАЯ КОМНАТА

## Если вы на улице



- 1 НЕ ПАНИКУЙТЕ!

3 ЗАЙДИТЕ В БЛИЖАЙШЕЕ ЗДАНИЕ, ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД ИЛИ ПАРКИНГ

4 ЕСЛИ НЕТ ЗДАНИЙ ИЛИ ПОДЗЕМНЫХ ПЕРЕХОДОВ ВЫБЕРИТЕ МЕСТО ДЛЯ УКРЫТИЯ (ЛЮБОЕ УГЛУБЛЕНИЕ/ВЫСТУП НА ЗЕМЛЕ ИЛИ БЕТОННЫЕ КОНСТРУКЦИИ)

- 2 ЕСЛИ УСЛЫШАЛИ СВИСТ СНАРЯДА, ПАДАЙТЕ НА ЗЕМЛЮ И ПРИКРОЙТЕ ГОЛОВУ РУКАМИ

5 ЛЕЖИТЕ В УКРЫТИИ, ПОКА ОБСТРЕЛ НЕ ПРЕКРАТИТСЯ

## Если вы в авто или общественном транспорте

- 1 ОСТАНОВИТЕ МАШИНУ



2 ПОЛЗКОМ ПЕРЕМЕСТИТЕСЬ ОТ ТРАНСПОРТА

- 3 ОГЛЯНИТЕСЬ И НАЙДИТЕ БОЛЕЕ НАДЕЖНОЕ УКРЫТИЕ ПОДЪЕЗДЫ ДОМОВ, ПОДЗЕМНЫЕ ПЕРЕХОДЫ, ПАРКИНГ



4 ЛОЖИТЕСЬ НА ЗЕМЛЮ

- 5 КОГДА ВЗРЫВЫ ПРЕКРАТИЛИСЬ, БЕГИТЕ К УКРЫТИЮ

## После окончания обстрела



- 1 НЕ ТОРОПИТЕСЬ ВЫХОДИТЬ ИЗ УКРЫТИЯ



- 2 ВНИМАТЕЛЬНО СМОТРИТЕ ПОД НОГИ



- 3 НЕ ПОДНИМАЙТЕ С ЗЕМЛИ НЕЗНАКОМЫЕ ПРЕДМЕТЫ



- 4 ДЕРЖИТЕ ВОЗЛЕ СЕБЯ ДЕТЕЙ

# При обнаружении мины ПФМ-1 «лепесток»



Не подходи,  
не наступай,  
не прикасайся  
к минам



Отойди  
на безопасное  
расстояние 100 м



Сообщи  
о местонахождении  
объекта в МЧС  
по номеру 101



Мина «лепесток» срабатывает  
при нажатии от 5 кг!