

Составитель: Уфимцев А.В.,
учитель биологии и ОБЖ



ДЕЙСТВИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА ПРИРОДЕ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

Кривское - 2005

"Попытка покорить природу, частью которой ты являешься, величайшая глупость и заранее обречена на провал. Природа никогда не прощает неуважения к себе и снисходительна к тем, кто понимает ее и умеет жить по ее законам".

Волович В.Г.
(русский путешественник XX века)

ВСТУПЛЕНИЕ

Землетрясения и лавины, лесные пожары и снежные бури, аварии и катастрофы не главное, что губит человека. Главная опасность таится в нем самом: в его самоуверенности, переоценке своих сил и возможностей, неумении соразмерить их с предстоящими трудностями, пренебрежении к правилам безопасности, отсутствии элементарных правил выживания, а порой и преступной легкомысленностью. Люди выходят в путь, несмотря на грозное предупреждение и начинающуюся бурю, отправляются ловить рыбу на весенний лед, уходят в поход, забыв захватить с собой аварийный запас.

И вот столкнувшись с неожиданными трудностями, очутившись в сложной, порой экстремальной непривычной ситуации, требующей быстрых адекватных обстановке решений, собранности, сообразительности, они оказываются беспомощными перед лицом стихии, не способными решать простейшие, но жизненно важные задачи: оказать неотложную медицинскую помощь пострадавшим, себе, укрыться от ветра и холода, сориентироваться на местности, добыть воду, пищу и многое другое.

Главный постулат выживания - человек может и должен сохранить здоровье и жизнь в любых, в самых суровых условиях, если он сумеет использовать в своих интересах все, что дает окружающая природа.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ

Заблудиться в лесу в конце XX века, особенно в нашем регионе - удовольствие из редких и если даже это случилось, в течение 3-5 часов всегда можно выйти на автомобильную или железную дорогу, или к реке, т.е. к тем линейным ориентирам, которые всегда помогут выйти и населенному пункту. И не стоит из своего небольшого приключения портить себе настроение страхом или паникой, а постараться выйти из "передряги" с чувством собственного достоинства.

Ситуация	Действия
Если Вы заблудились в лесу	<p>Надо сразу же остановиться, успокоиться и не продолжать дальнейшего движения пока не будут соблюдены основные требования безопасности при данной ситуации.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Остаться на месте в течение часа. Это позволит группе потерявшей своего коллегу, вернуться по пути следования и найти его.1. Вернуться к месту последней стоянки и там подготовиться к ночлегу или ждать того момента, когда ваши товарищи вернуться за вами.1. Не дождавшись своих товарищей, необходимо мысленно собраться, расчистить площадку на земле, размерами метр на метр и как можно точнее нарисовать карту-схему района нахождения. Нанести на "карту" как можно точнее свой путь следования. При этом не забывать основного правила составления карт. Север на верхнем обресе карты, Юг на нижнем. <p>При выходе из леса в одиночку самое главное не терять самообладания, и помнить следующее:</p> <ul style="list-style-type: none">- не двигаться в темное время суток. Ночь больше подходит для восстановления сил;- не ходить по звериным тропам, т.к. они могут привести к встрече с животными, контакт с которыми нежелателен;- не выходить на болотистые участки леса, особенно покрытые ряской. <p>При возможных шумах типа гудков автомобилей, локомотивов, других сигналов искусственного происхождения, лучше всего идти на их звук. Стараясь сохранять прямую линию своего движения,,. чего можно достичь зарубками, оставляемых на деревьях. При этом направление своего движения контролировать не менее как через три предмета, часто проверяя себя, оглядываясь назад и сверяя правильность движения по затесам на деревьях, сломанным веткам и т.д.</p>
Ориентирование на местности	<p>Если нет компаса, можно пользоваться природными ориентирами:</p> <ul style="list-style-type: none">- широкая и пологая сторона муравейника, как правило смотрит на юг;- проталины у деревьев с южной стороны;- мох на пнях располагается с северной стороны;- можно ориентироваться по пчелам: надо выйти на поляну, посмотреть в какую сторону они улетают, идти в направлении их

Ситуация	Действия
	<p>полета;</p> <ul style="list-style-type: none"> - годовые кольца на спиле пня отдельно стоящего дерева расположенные неравномерно: с южной стороны они обычно толще; - грибы рождаются на северной стороне дерева..., а на южной стороне, особенно в сухое время, грибов почти не бывает; - кора березы и сосны на северной стороне темнее чем на южной; - смоляные капли на стволах хвойных деревьев выделяются с северной стороны менее обильно, чем с южной. <p>Необходимо перепроверить полученную информацию сопоставив три-четыре примерных ориентира. Нельзя довольствоваться показаниями только одного приведенного примера.</p> <p><i>Используя механические часы при наличии солнца, можно определить стороны света. Если положить часы на горизонтальную поверхность и поворачивать их до тех пор, пока часовая стрелка не будет направлена на Солнце, а затем через центр циферблата на цифру 1(12) мысленно провести прямую линию, то биссектриса угла, образованного ею и часовой стрелкой, пройдет с Севера на Юг. При этом до 12 часов дня Юг будет находиться справа от Солнца, а после - слева.</i></p>
<p>Если на пути попалось болото и его невозможно обойти</p>	<p>Идти напрямую допускается лишь в крайнем случае, когда нет другого выхода. Преодолевать болото надо с максимальной осторожностью и обязательно вооружившись длинным прочным шестом. Его держат горизонтально на уровне груди. При движении определять наименее топкие и глубокие места с помощью шеста. Если на болоте имеются живые деревья, прокладывать путь необходимо через них, и выйдя к ним, можно определить направление своего перехода взобравшись на него, чтобы более полно представить линию движения. Для кратковременного отдыха, при переходе через болота, можно использовать выходы твердой породы.</p> <p>Если Вы провалились, ни в коем случае нельзя барахтаться. Выбираться надо медленно, опираясь на шест, не делая резких движений, стараясь придать телу горизонтальное положение. Восстановив свое положение, продолжить движение.</p>
<p>Как организовать ночлег, если вынудили обстоятельства</p>	<p>Организация ночевки - дело трудоемкое. Правильный выбор места временного обитания позволит в дальнейшем избежать многих ненужных неудобств. В первую очередь оно должно быть сухим. Во-вторых, расположиться лучше всего поблизости от ручья или речушки, на открытом месте, чтобы всегда иметь под рукой запас воды. Кроме того, прохладный ветерок, постоянно дующий в ночное время, будет лучшей защитой от нападения комаров, чем дымокуренный костер.</p> <p>Временным укрытием может служить навес, шалаш, землянка, чум. Выбор типа укрытия зависит от умения, способностей, трудолюбия и физического состояния человека. Рассчитывая площадь, можно принять норму 2,0 x 0,75 м на человека. В теплое</p>

Ситуация	Действия
	<p>время можно ограничиться постройкой простейшего навеса. Подробно о постройке временного убежища Вы можете найти в книгах Воловича В.Т. "Академия выживания", "Как выжить в экстремальной ситуации" (советы туристу), "Человек в экстремальных ситуациях природной среды".</p>
<p>Разведение костра</p>	<p>Как только строительство закончено, следует позаботиться об (очаге) костре, перед разведением которого, надо заготовить немного топлива. Для разжигания огня пользуются сухими веточками, которые обстругивают так, чтобы стружка оставалась на них в виде "воротничка". Поверх укладывают тонкие щепочки, расщепленную сухую кору (лучше березовую), высохший мох. Топливо в костер добавляют понемногу. По мере увеличения пламени, можно класть более крупные ветки. Но прежде чем разводить костер, следует принять меры для предупреждения лесного пожара. Это особенно важно в сухое время года. Место для костра выбирают в стороне от хвойных, и особенно высоких деревьев. Тщательно очищают пространство на метр-полтора вокруг от сухой травы, мха и кустарника. Если почва торфянистая, то, чтобы огонь не прошел сквозь травяной покров и не вызвал возгорания торфа, насыпают "подушку" из песка и земли.</p> <p>Для добывания огня при отсутствии спичек или зажигалки можно воспользоваться одним из способов, издавна известных человечеству. Можно воспользоваться огнивом, кремнием и трутом. Кремнием может стать любой твердый камень, а огнивом, или кресалом, - обух топора, кожа -мачете и т.д. В качестве трута пользуются сухим мхом, ватой. Огонь высекают скользящими ударами огнива на трут. В солнечный день поможет зажигательное стекло (линза от фото и кинообъектива, бинокля и т.д.). Зажигательное стекло несложно изготовить из двух часовых стекол. Стенки складывают выпуклой стороной к наружи, а затем заполнив пространство между ними водой, замазывают края глиной. Солнечные лучи фокусируют на трут или горючую фотопленку. На бумагу бесполезно, она лишь обугливается, не воспламеняясь.</p> <p>В нашей полосе не старайтесь добывать огонь трением. Это практически бесполезно.</p>

ВОДОБЕСПЕЧЕНИЕ И ПИТАНИЕ В УСЛОВИЯХ АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ

Ситуация	Действия
Питание в условиях автономного существования	<p>Известно, что человек в течение достаточно длительного времени может обходиться без пищи, сохраняя высокую физическую и психическую активность. Рекорд голодания американца (Элен Джон 143 кг) - 119 дней. Но редко кто выдерживает более 60-70 дней. Организм человека располагает энергетическими резервами - примерно 166000 ккал. Можно израсходовать 40-45 % этих резервов, прежде чем наступит гибель организма. Если принять суточные энергозатраты организма человека в состоянии покоя 1800 ккал, тканевых запасов должно хватить примерно на 30-40 суток полного голодания. В РТ нет лесов где можно блуждать столько времени.</p> <p>Но если уж очень хочется есть, то надо максимально использовать то, что дает окружающая природа: мясо животных, рыб, пресмыкающихся (саранчи и пр.), дикорастущие съедобные растения. (В теле кузнечиков содержится много белков, витаминов В₁ и В₂, а калорийность 100 г приготовленной из них пищевой массы - 225 ккал. Не рекомендуется использовать в пищу волосатых гусениц, взрослых бабочек, жуков, а также земных моллюсков.</p> <p>В пищу используют плоды, корни, луковицы, молодые побеги, стебли, листья, почки, цветы, орехи. Одни из них можно есть в сыром виде (ягоды, плоды), другие - корневища, луковицы, клубни, требуют кулинарной обработки. Не рекомендуется употреблять в пищу: косточки и семена плодов, луковицы без характерного луковичного и чесночного запаха, растения, выделяющие на изломе млечный сок</p> <p>Съедобен ли тот или иной плод можно узнать по косвенным признакам: птичьему помету, обрывкам кожуры и многочисленным косточкам, валяющимся у подножия дерева. При приеме в пищу незнакомого растения, плодов рекомендуется есть за один раз не более 3-5 г. Растительный яд в такой порции не наносит организму серьезного вреда. Если в течение последующих 1-2 час. не появляются признаки отравления (схваткообразные боли в животе, рвота, тошнота, головокружение, расстройство кишечника (см. ядовитые растения), значит растение пригодно в пищу.</p> <p>Однако в целях профилактики незнакомые плоды и клубки следует тщательно проварить, поскольку большинство растительных ядов разрушается при термической обработке.</p>

Вода играет огромную роль в жизни человеческого организма. Она не только

Ситуация	Действия
	<p><i>входит в состав его тканей, составляя почти 2/3 массы тела (65-70%). Вода участвует в многообразных и непрерывных процессах обмена веществ.</i></p> <p><i>Обезвоживание свыше 10% вызывает необратимые процессы в организме и ее гибель. Потребность в воде с умеренной температурой , при ограниченной физической подвижности составляет 1,5-2 л в сутки (в пустыне 4-6 л).</i></p> <p><i>В Республике Татарстан поиск воды обычно не представляет трудностей: множество рек, озер, ручейков, болот, скопление воды в крупных водоемах. Воду из ключей и родников, лесных речек и ручьев можно пить сырой, но прежде чем утолить жажду водой из стоящих или слабопроточных водоемов, ее следует очистить от примесей и обеззаразить. Однако самый надежный способ обеззараживания воды - кипячение.</i></p>
<p><i>Если нет проточной воды, а пить хочется</i></p>	<p>Вырыть рядом с водоемом на расстоянии 0,5-1метр небольшую ямку и дожждаться, когда в ней накопится вода. Ее необходимо вычерпать и дожждаться нового наполнения. После этого, если имеется возможность ее необходимо прокипятить.</p> <p>Для очистки воды легко изготовить простейшие фильтры из нескольких слоев бинта, из простой консервной банки, пробив в доньшке 3-4 небольших отверстия, а затем заполнив песком.</p> <p>Для обеззараживания воды можно воспользоваться (при наличии) настойкой йода (8-10 капель на 1 л воды), сделать слабо окрашенный раствор марганцового калия или бросив в нее щепотку поваренной соли.</p> <p>Хорошим средством для очистки воды является древесный уголь, который можно получить при сжигании в закрытом месте дерева лиственных пород (хвойные породы не годятся из-за наличия смол), который также используется как простейший фильтр в консервной банке.</p>

УКУСЫ ЖИВОТНЫХ

Дикие животные кусаются редко. Отмечается, что встречи с дикими животными, как правило заканчиваются обоюдным миром. В основном дикие животные нападают во время гона, пестования своих детенышей. Поэтому при обнаружении примет пребывания диких животных: помет, лепешки, звериные тропы, необходимо, как можно быстрее покинуть это место.

В основном укусы получают от домашних или одичавших (беспризорных) собак.

Ситуация	Действия
Что делать если укусила собака?	<ol style="list-style-type: none">1. Промыть рану обильным количеством воды (а лучше - перекисью водорода); кожу вокруг раны смазать йодом, наложить чистую повязку.2. Выяснить у хозяев, сделана ли прививка от бешенства. Бездомную собаку нужно постараться привязать или посадить в клетку - это позволит ее обследовать на бешенство.3. Не откладывая, обратиться в ближайший травмпункт, где вам окажут квалифицированную помощь и скажут, как быть дальше. <p>Ни в коем случае нельзя оставаться без медицинской помощи - необходимо исключить даже малейшую угрозу заболевания бешенством. Инкубационный период этой смертельной болезни порой длится до года.</p> <p>Нужно помнить следующее!</p> <ul style="list-style-type: none">- не подходить к собаке, находящейся на привязи;- не приближаться к щенкам и к миске с едой;- не гладить собаку, когда она ест;- не делать резких движений по отношению к хозяину собаки(не обниматься с ним, не хлопать по плечам и т.д.);- не трогать собаку, когда она спит;- если собака готовится к прыжку, надо прижать подбородок к груди и выставить вперед руку;- если пришлось вступить в борьбу, болевые точки у собаки - нос, пах и язык.

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

Опасны множественные укусы насекомых, особенно, когда у человека повышенная чувствительность к ним. Признаки: боль, тошнота, рвота, крапивная сыпь, иногда потеря сознания.

Ситуация	Действия
Если Вас укусила пчела, оса или шмель	<p>Необходимо:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Удалить из раны жало. 2. Смочить место укуса спиртом или одеколоном. 3. По возможности приложить к этому месту холодный предмет. 4. Побольше пить горячей воды. 5. Если есть возможность, принять таблетку супрастина, димедрола, пикольфена
	<p>В период активности комаров и мошек рекомендуется иметь при себе репеленты.</p> <p>Из народных средств спасения лучшим средством является деготь, который втирают в открытые места;</p> <ul style="list-style-type: none"> - можно обмазать открытые места глиной и дать ей обсохнуть, глиняная корочка будет вашим панцирем на довольно таки порядочное время; - из металлической банки делают дымокур. В банке пробивают дырки, а внутри тлеют шишки и смола вперемешку с ветками. <p><u>Лечение:</u> при повышенной чувствительности пострадавшего к укусам проводятся те же мероприятия, что и при укусе пчел.</p>
<p>Наиболее опасным заболеванием средней полосы является весенне-летний клещевой энцефалит - вирусное заболевание, передаваемое при укусе пастбищным клещем из семейства иксодовых. Возможно так же заражение через комаров и слепней.</p> <p>Сезонность - с мая по конец июня т.е. в период активности пастбищных клещей. Признаки заболевания: на 7-14-й день после укуса клеща температура тела повышается до 39°, сопровождаясь сильными ознобами, резкими головными болями и выраженной сонливостью и вялостью. В дальнейшем может развиться паралич. Смертельные исходы наблюдаются в 20-30 %.</p> <p>Очень важно вовремя обнаружить и удалить присосавшегося паразита. Для этого проводятся регулярные телесные осмотры, особенно после перехода через густой подлесок, после ночного привала.</p>	
Вас укусил клещ	<ul style="list-style-type: none"> - нельзя отрывать клеща руками; - достаточно прижечь его сигаретой, зажигалкой; - нанести на него бензин или керосин (при наличии); - помазать йодом, спиртом или присыпать табачной крошкой, солью; - оставшийся в ранке хоботок удаляется иглой, прокаленной на огне; - ранка смазывается спиртом или йодом; - можно сделать холодный компресс; - дать обильное питье; - случайно раздавив клеща, ни в коем случае нельзя тереть глаза, прикасаться к слизистой носа, прежде чем руки не будут тщательно вымыты.

ГРОЗА

Гроза, казалось бы, объясненное наукой явление и не должна вызывать у людей того страха, в который их порой ввергают явления загадочные, пока что не поддающиеся научному анализу. Однако есть немало людей, которые панически боятся молний. Риск погибнуть от удара молний, по данным английских ученых - одна десятимиллионная.

Вероятность того, что вам доведется пострадать от шаровой молнии, также практически равна нулю. Статистика свидетельствует, что большинство людей никогда не видели и не увидят это живописное и загадочное атмосферно-электрическое явление. Те же редкие люди, которые наблюдали шаровую молнию, рассказывают, что это- голубой, зеленый, желтый или красный светящийся шар сантиметров до 20 в диаметре, медленно плывущий с потоком воздуха. Появляется он обычно в грозу или после грозы.

РАЗРЯД МОЛНИИ

Ситуация	Действия
Вы находитесь на открытом пространстве во время грозы	<ul style="list-style-type: none">- не стоит бежать, лучше присесть желательно в сухую яму, траншею;- тело должно иметь по возможности меньшую площадь соприкосновения с землей;- не прячьтесь под высокие деревья, особенно отдельно стоящие. Более опасны дуб, тополь, ель, сосна. Редко молния удаляет в березу и клен, почти невероятно, чтобы ударила в кустарник;- если вы едите на машине - нужно остановиться;- в горах следует избегать гребней, выступов и других возвышенных точек;- опасно находиться рядом с металлическими предметами;- не стоит купаться, лучше находиться на сухой поверхности (например в палатке).
В населенном пункте	<ul style="list-style-type: none">- не рекомендуется находиться на крыше или около токоотвода и заземлителя (проводника, имеющего контакт с землей, которым может служить, например, закрытый стальной лист);- если у вашего радио- или телеприемника на крыше индивидуальная антенна, ее следует отсоединить от приборов;- не стойте у открытого окна.
<p><i>Коротко о приемах защиты стационарного туристического лагеря от атмосферного электричества: можно обеспечить безопасность группой отдельно стоящих неизолированных стержневых молниеотводов или стальной проволокой, натягиваемой над коньком каждой накатки. Ветки растущих вблизи деревьев следует подрезать, чтобы они находились от накатки на расстоянии не менее двух метров.</i></p>	

Ситуация	Действия
Как помочь при ударе молнии?	Поражение молнией, по сути, представляет собой электротравму с характерными ожогами и угрозой тока. Но кроме того, могут быть переломы и ушибы, вызванные действием взрывной волны. Во всех случаях состояние больного, пораженного молнией- тяжелое. Как правило, у него наблюдается потеря сознания, которая длится от нескольких минут до нескольких суток; в последующем она сменяется резким возбуждением. Характерны мучительные головные боли и боли во всем теле. Иногда отмечается бред, нарушение зрения, параличи. Оказание помощи должно быть немедленным, поскольку сразу же после поражения молнией может наступить остановка сердца. Следует срочно вызвать скорую помощь, а в ожидании ее проводить прямой массаж сердца и искусственное дыхание "рот в рот" или "рот в нос".

ШАРОВАЯ МОЛНИЯ

В ваш дом (например через форточку) влетела шаровая молния	Прежде всего иметь в виду, что траектория ее полета практически непредсказуема. Шар ведет себя неожиданно, как капля воды на раскаленной сковороде. Однако не следует делать резких движений и тем более убегать: можно вызвать воздушный поток, по которому сгусток энергий понесет вслед за вами. Держитесь подальше от электроприборов и проводки, не касайтесь металлических предметов. Не более чем через полминуты молния исчезнет сама собой - иногда бесшумно, иногда со взрывом. Она может оставить после себя дырку в двери, а может - лишь запах озона. Не теряйте бдительности: после таких визитов бывают пожары. Если все же произошел контакт с шаровой молнией, действуйте аналогично поражению молнией.
--	--

ЯДОВИТАЯ ЗМЕЯ

Отличить ядовитую змею от безобидной можно по форме головы, у ядовитой она напоминает наконечник копья, а у ужа или полоза более круглая. Есть и другой способ. В месте укуса остаются следы от зубов в виде двух серповидных полосок, образующих полуовал из мелких точек. Так вот, при укусе ядовитой змеи в передней части полуовала, между серповидными полосами имеются две ранки - следы двух ядовитых зубов, из которых обычно сочится кровь. Змея - пугливое животное. Встретившись с человеком или крупным животным, она предпочитает скользнуть в укрытие. Но зато немедленно нападает, если преградить ей дорогу. Природа не знает человеческого понятия "обороняться", при встрече с опасностью животные стараются, как правило уйти, а если это невозможно - немедленно нападают. Самая распространенная ядовитая змея в РТ - гадюка. При нападении гадюка сворачивается кольцом, а потом выбрасывает свое тело вперед сантиметров на тридцать.

Гадюка - ночное животное, днем любит греться на солнце, но вблизи своей норы. Это нора может быть и в лесу, и в поле, и на болоте. Места обитания змей можно заметить по дополнительным признакам: остаткам старой шкурки после линьки, мертвым птенцам возле родников или под деревьями. Но если никаких признаков не встречается, все же следует помнить, что на отдыхе в некоторых случаях хороша местная одежда, а не пляжная. В деревнях носят сапоги вовсе не из-за того, что не знают, как делать шлепанцы.

Ситуация	Действия
Если вам не удалось убежать от ядовитой змеи	<ol style="list-style-type: none">1. Необходимо хотя бы часть яда выдавить с кровью или отсосать ртом (если нет трещин и ссадин во рту) или специальной банкой.2. Промыть рану светло розовым раствором марганцовки или перекисью водорода и перевязать.3. Обеспечить пострадавшему полный покой и обильное теплое питье; Разумеется, если есть возможность, как можно быстрее ввести сыворотку. Ни в коем случае нельзя: <ul style="list-style-type: none">* накладывать жгут, перетягивать руку или ногу;* прижигать рану раскаленным металлом, спичками, порошком марганцовки и т.д. - это еще больше повреждает ткани;* принимать алкоголь - нервная система лишь сильнее отреагирует на яд, который к тому же прочнее задержится в организме. Чтобы эти сведения никогда не пригодились, знайте, что змея не нападет на человека без крайней нужды. Может быть этим поведением навеяло традиционное представление о мудрости змеи - мудрый уходит от ненужной победы, даже если он сильнее.

ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ, РАСТЕНИЯ

Ложный белый гриб хвойных лесов отличается от истинного своим горьким, как хина, вкусом, краснеющим на изломе.

Ложные лисички в отличие от съедобных имеют медно-красные или оранжевые шляпки с ровными без бахромы краями.

У ложных опят пластинки с фиолетовым оттенком, желтые или зеленовато-коричневые, а гладкая ножка не имеет характерного для опят пленчатого кольца.

Ядовитые мухоморы издавна узнают по ярко-красным или оранжевым шляпкам усыянными белыми точками.

Бледная поганка. Отравление бледной поганкой в 35-90% случаев оканчивается смертельным исходом в результате поражения организма высокотоксичными веществами. Поганка имеет зеленоватую полушаровидную или плоскую шляпку с белыми пластинами. Тонкая ножка снабжена у основания клубневидным утолщением и тонким беловатым кольцом.

Чтобы гарантировать себя от грибных отравлений, лучше всего не есть грибы, съедобность которых вызывает сомнение.

К ядовитым растениям (в том числе и на преусадебном участке) относятся:

Дурман: все части этого растения содержат алкалоид с наркотическим эффектом.

Клеещенина: семена этого кустарника в крапинку белого и коричневого цвета так красивы, что могут использоваться для ожерелья, пояса и т.д. Однако достаточно прожевать одно семечко, чтобы получить смертельное отравление.

Олеандр: ветки, листья и цветы этого растения содержат смертельный яд.

Белладона: (сонная дурь) содержит соланин - очень ядовитый, даже в небольшом количестве.

Картофель: кроме клубня, все остальные части, особенно ростки (побеги, семена) ядовиты из-за содержания соланина.

Ревень: некоторые части этого растения содержат щавелевую кислоту, которая может вызвать нарушение работы почек.

Бузина: незрелые ягоды, ветки, листья вызывают тошноту, рвоту и понос.

Дигиталис: (наперстянка) цветы, листья и семена могут вызвать отравление и нарушение работы сердца.

Ландыш: тоже что и у дигиталиса.

Плющ, волчья ягода, лавр, рододендрон, азалия - растения частично ядовитые.

Из-за ухудшения экологической обстановки (кислотных дождей) опасными могут оказаться даже неядовитые растения.

Ситуация	Действия
При отравлении растительным ядом (ядовитые грибы, ягоды, растения и т.п.)	<ol style="list-style-type: none">1. Дать пострадавшему 1-2 стакана воды (на стакан воды добавить 1/2 чайной ложки поваренной соли).2. Вызвать рвоту раздражением зева и корня языка. Повторить эту процедуру 5-6 раз, после чего пострадавший должен съесть 100 грамм черных сухарей или принять 3-4 таблетки активированного угля.3. Принять слабительное (сернокислый натрий или сернокислую магнезию 30-50 грамм, разведенные на 1/2 стакана воды).4. При возбуждении наложить на голову холодный компресс, оставаться в постели.5. При обмороке положить пострадавшего (если сидя, то опустить голову вниз), ноги приподнять. Дать выпить крепкого чая.6. При остановке дыхания и сердца делать искусственное дыхание методом "рот в рот" и непрямой массаж сердца.7. Во всех случаях отравления обратиться к врачу.

ЛИТЕРАТУРА

1. Энциклопедия экстремальных ситуаций. А.В. Гостюшин, Москва, 1994 г.
2. Азбука выживания. А.В. Гостюшин, С.И. Шубина, Москва, 1995 г.
3. Туристический вестник № 7, Казань, 1995 г.
4. Человек в экстремальных условиях природной среды. В.Г. Волович, Москва "Мысль", 1983 г.
5. Академия выживая. Москва, "Техноплюс", 1996 г.
5. Первая помощь при травмах, несчастных случаях и некоторых заболеваниях. Булай П.И. Минск, "Беларусь", 1984 г.
6. Журнал "Физкультура и спорт". Москва, "Знамя", 1990 г.
7. Туристический вестник (информационный бюллетень турклуба). Под редакцией Мухина Н.П, Казань 1988 г.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ _____	3
ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ _____	4
ВОДОБЕСПЕЧЕНИЕ И ПИТАНИЕ В УСЛОВИЯХ АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ _____	7
УКУСЫ ЖИВОТНЫХ _____	9
УКУСЫ НАСЕКОМЫХ _____	10
ГРОЗА _____	11
ПРИЗНАКИ ЯДОВИТЫХ ГРИБОВ, РАСТЕНИЙ _____	14
ПРИ ОТРАВЛЕНИИ РАСТИТЕЛЬНЫМ ЯДОМ (ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ, ЯГОДЫ, РАСТЕНИЯ И Т.П.) _____	14
ЛИТЕРАТУРА _____	15
ОГЛАВЛЕНИЕ _____	18

