

ПАМЯТКА ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ РАДИОАКТИВНОГО ЗАРАЖЕНИЯ

Оповещение об опасности радиоактивного загрязнения осуществляется при возникновении непосредственной угрозы радиоактивного загрязнения постоянно действующими органами управления единой системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Основным способом оповещения населения - передача сообщения по сетям проводного вещания (через квартирные радиоточки и наружные громкоговорители), а также через местные радиовещательные станции и по телевидению. Для привлечения внимания населения перед передачей информации включаются сирены, а также другие звуковые сигнальные средства. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают предупредительный сигнал гражданской обороны «Внимание всем!» За ним следует сообщение о возникшей опасности и рекомендации по действиям населения в условиях радиоактивного заражения. Получив сообщение об опасности радиоактивного заражения, немедленно наденьте противогаз или защитите органы дыхания подручными средствами, детей до полутора лет поместите в камеры защитные детские и идите в защитное сооружение. Если защитное сооружение далеко, оставайтесь дома и слушайте сообщения органа управления ГОЧС, закройте окна, двери, зашторьте их плотной тканью или одеялом, закройте вентиляционные люки, отдушины, заклейте щели в оконных рамах. Загерметизируйте продукты питания и создайте в ёмкостях запас воды. Оповестите соседей о полученной информации. Помните! Главную опасность для людей на местности, загрязнённой радиоактивными веществами, представляет внутреннее облучение, то есть попадание радиоактивных веществ внутрь организма с вдыхаемым воздухом, при приёме пищи и воды. Поэтому необходимо защитить органы дыхания, используя индивидуальные средства защиты (противогаз, респиратор, противопыльная тканевая маска, ватно-марлевая повязка, камера защитная детская) Попадание в больших количествах радиоактивных веществ на открытые участки кожи может вызвать её поражение – кожные ожоги. Во избежание поражения кожных покровов необходимо использовать плащи с капюшоном, накидки, комбинезоны, резиновую обувь, перчатки. В отличие от ядерного взрыва при радиационно опасных авариях на ядерных энергетических установках в облаке радиоактивных продуктов содержится значительное количество радиоактивного йода-131(период полураспада 8 дней) Попадая в организм человека через незащищённые органы дыхания или с молоком, он сорбируется щитовидной железой и поражает её. Наиболее эффективным методом защиты является приём внутрь лекарственных препаратов стабильного йода (йодная профилактика). Максимальный защитный эффект достигается при заблаговременном или одновременном с поступлением радиоактивного йода приёме стабильного аналога. Защитный эффект препарата резко снижается в случае его приёма спустя 2 часа после поступления в организм радиоактивного йода. Однако даже через 6 часов после разового поступления йода -131 приём препарата стабильного йода может снизить дозу облучения щитовидной железы примерно в 2 раза. Однократный приём 100мг стабильного йода обеспечивает защитный эффект в течение 24 ч. В условиях длительного поступления радиоактивного йода в организм человека необходимы повторные приёмы препаратов стабильного йода 1 раз в сутки в течение всего срока, когда возможно поступление йода-131, но не более 10 суток для взрослых и не более 2 суток для беременных женщин, детей до 3 лет. Для снижения последствий воздействия ионизирующих излучений на организм человека применяются противорадиационные препараты. Это лекарственные средства, повышающие устойчивость организма к воздействию ионизирующих излучений или снижающих тяжесть клинического течения лучевой болезни. Кроме того, радиопротекторы ослабляют ранние симптомы поражения радиацией – тошноту и рвоту. Соблюдение правил радиационной безопасности и личной гигиены на загрязнённой территории. Для предупреждения или ослабления воздействия на организм радиоактивных веществ: максимально ограничьте пребывание на открытой территории, при выходе из помещений используйте средства индивидуальной защиты (респиратор,

повязку, плащ, резиновые сапоги); при нахождении на открытой территории не раздевайтесь, не садитесь на землю, не курите; периодически поливайте (увлажняйте) территорию возле дома для уменьшения пылеобразования; перед входом в помещение обувь вымойте водой или оботрите мокрой тряпкой, верхнюю одежду вытряхните и почистите влажной щёткой; строго соблюдайте правила личной гигиены; во всех помещениях, предназначенных для пребывания людей, ежедневно проводите влажную уборку, желательно с применением моющих средств; принимайте пищу только в закрытых помещениях, тщательно мойте руки с мылом перед едой и полощите рот 0,5% - м раствором пищевой соды; воду употребляйте только из проверенных источников, а продукты питания – приобретённые через торговую сеть; сельскохозяйственные продукты из индивидуальных хозяйств, особенно молоко, зелень, овощи и фрукты, употребляйте в пищу только по рекомендации органов здравоохранения; исключите купание в открытых водоёмах до проверки степени их радиоактивного загрязнения; не собирайте в лесу ягоды, грибы и цветы. В течение семи дней ежедневно принимайте по одной таблетке йодистого калия (0,125 г.) и давайте детям до двух лет $\frac{1}{4}$ часть таблетки. Таблетки выдаются лечебно профилактическими учреждениями впервые часы после аварии.

Соблюдение этих рекомендаций поможет избежать заболеваний лучевой болезнью.

**СПб ГКУ «Пожарно-спасательный отряд Петроградского района»
Территориальный отдел МЧС по Петроградскому району**