

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник управління
освіти, культури, молоді та
спорту Борзнагівської сільської
ради

Лариса ЛАХТАДИР

Інструкція

**алгоритму дій та захисту закладів освіти (учасників освітнього процесу)
у разі використання ворогом "брудної бомби",
ядерної зброї чи аварії на АЕС**

Що таке ядерна зброя та "брудна бомба"?

Ядерна зброя - це зброя масового ураження. Ядерні заряди можуть бути розмішені на різних ракетах, торпедах, бомбах, артилерійських снарядах. Зрозуміти, що була застосована ядерна зброя, буде можливо тільки після вибуху й отримання даних про радіоактивне забруднення.

"Брудна бомба" - це радіологічний розсіювальний пристрій, фактично вибухівка з радіоактивним матеріалом. Під час детонації радіоактивні речовини поширюються вибуховою хвилею.

Як дізнатися про ядерний удар:

Оперативну інформацію має повідомити ДСНС, Генштаб, поліція чи місцева влада на сторінках їх офіційних сайтів чи соцмереж або в офіційних каналах у Viber чи Telegram. Якщо інтернет-зв'язок буде нестабільним, можна використовувати полегшені версії соцмереж (Facebook Lite, Messenger Lite).

Сповіщати про відповідну загрозу та про подальші дії будуть радіо, телебачення, тому увімкніть ці пристрої або скористайтесь інтернетом для отримання сповіщення.

Через велику ймовірність, що в зоні ураження ядерною зброєю зовсім не працюватиме інтернет та засоби зв'язку та буде відсутнє електропостачання, тому заздалегідь подбайте про наявність радіоприймача з живленням від батарейок. Це може бути єдиним засобом зв'язку в надзвичайній ситуації.

У випадку застосування ядерної зброї, використання "брудної бомби" або вибуху на АЕС **головне правило — почувши сирену, отримавши оповіщення, прямуйте в укриття.** Головний критерій при пошуку укриття це його хвилинна доступність. Якщо поруч немає спеціально обладнаного сховища, можна використати підвал або центр великих бетонних будівель з мінімальною кількістю вікон та дверей.

Загальний алгоритм дій при ядерному ударі:

Помітивши спалах у небі (або його відбиття від поверхонь), у жодному разі не дивіться в той бік. Це загрожує опіком рогівки, спалаховою сліпототою та опіком очей.

Лягайте на землю. Спробуйте знайти в секундній доступності заглиблення або виступ, за яким можна сховатись від ударної хвилі та уламків.

Спробуйте закрити всі відкриті частини тіла: ляжте ногами в бік вибуху, обличчям донизу, підкладіть руки під себе, щоб захистити їх від опіків та травмувань.

По можливості, прикрийте вуха навушниками — це захист від баротравми.

Прикрийте рот і ніс маскою, тканиною одягу або хусткою, дихайте через них. Однак ці підручні засоби не можуть повністю захистити від внутрішнього опромінення. Тому важливо якнайшвидше потрапити в укриття.

Біжіть в укриття одразу, як з'явиться можливість звестися на ноги й коли минула вибухова хвиля від застосування ядерної зброї. Бігти в укриття треба враховуючи напрям вітру. Якщо він дме з епіцентру вибуху – пересувайтесь перпендикулярно (ліворуч або праворуч) напряму вітру. В іншому випадку – рухайтесь проти вітру.

Що у першу чергу зробити в укритті:

Перш ніж потрапити в укриття, зніміть верхній шар одягу, це може усунути до 90% радіоактивного забруднення й зменшить час, протягом якого ви перебуваєте під впливом опромінення. Щоб запобігти розсіюванню радіоактивного пилу, будьте дуже обережні, знімаючи одяг, намагайтесь уникнути контакту шкіри з забрудненим одягом. Покладіть одяг в поліетиленовий пакет або герметичний контейнер. Найкращим варіантом буде переодягнутися повністю та якнайшвидше провести дезактивацію.

Переконайтесь, що в приміщення, яке ви використовуєте як укриття, не потрапляє повітря ззовні. Закрийте всі вікна, двері, вентиляційні отвори, вимкніть кондиціонер та обігрівач. За можливості перейдіть у кімнату, де немає вікон.

Дистанціюйтесь від інших людей у приміщенні, не торкайтесь їх. Ви можете спричинити радіоактивне забруднення одне одного.

Не їжте й не торкайтесь нічого, що могло зазнати радіоактивного забруднення.

Проведіть дезактивацію – заходи для очищення від радіаційного забруднення тіла, приміщення, поверхонь та предметів, з якими ви контактуєте.

Для змивання радіоактивного забруднення зі шкіри та поверхонь можна використовувати водопровідну воду, якщо не було офіційних повідомлень про заборону її використання.

Рекомендовано прийняти прохолодний душ з використанням мийних засобів. Уникайте сильного тертя шкіри, це може призвести до пошкодження шкіри та потрапляння радіонуклідів до організму.

Якщо немає змоги прийняти душ, омийте всі відкриті ділянки шкіри, особливо руки й обличчя. Використовуйте мило й велику кількість води. Не тріть шкіру в місцях, де є подряпини чи рани, аби запобігти потраплянню радіонуклідів до організму. Якщо у вас зовсім немає доступу до води, скористайтеся вологою серветкою, чистою вологою тканиною або вологим паперовим рушником. Ретельно протріть усі відкриті ділянки шкіри.

Поверхні й предмети протріть вологою ганчіркою або серветкою. Це обов'язково, не залежно від того, яке приміщення ви використовуєте як укриття.

За можливості одягніть чистий, щільний максимально закритий одяг, що не міг зазнати радіоактивного забруднення.

Знайдіть джерело інформації (радіо, телевізор, інтернет). Аби не пропустити інструкції, не вимикайте радіоприймач або інший засіб зв'язку.

Залишайтесь в укритті впродовж 24 годин, якщо органи влади не нададуть інших інструкцій щодо переміщення чи евакуації.

Ядерний вибух застав вас у приміщенні:

Переконайтесь, що в приміщення не потрапляє повітря. Закрийте всі вікна, двері, вентиляційні отвори, вимкніть кондиціонер та обігрівач. За можливості перейдіть у кімнату, де немає вікон.

Залишайтесь в укритті впродовж 24 годин, якщо органи влади не нададуть інших інструкцій щодо переміщення чи евакуації. Аби не пропустити інструкції, не вимикайте радіоприймач або інший засіб зв'язку.

Не їжте й не торкайтесь нічого, що могло зазнати радіоактивного забруднення.

Якщо члени вашої сім'ї на момент застосування ядерної зброї були в іншому укритті, вони мають залишитись там, доки не буде дозволу покинути його.

Тримайте своїх домашніх тварин усередині укриття.

Не вживайте водопровідну воду до отримання відповідного повідомлення про її безпечність.

Якщо ядерний вибух застав вас у дорозі:

Помітивши спалах у небі (або його відбиття від поверхонь), у жодному разі не дивіться в той бік. Це загрожує опіком рогівки, спалаховою сліпотою та опіком очей.

Зупиніть автомобіль на безпечній частині дороги.

Закрийте всі вікна, двері, люки та будь-які отвори, перекрийте потік повітря ззовні.

Прийміть захисну позу (закрийте голову руками та опустіть лікті на коліна).

По можливості, прикрийте вуха навушниками — це захист від баротравми.

Прикрийте рот і ніс маскою, тканиною одягу або хусткою, дихайте через них, поки не опинитесь в укритті: це має захистити вас від потрапляння радіонуклідів в організм.

Після вибуху негайно треба знайти укриття. Головний критерій – хвилинна доступність. Якщо поруч немає спеціально обладнаного сховища, найкраще підійде підвал або центр великих бетонних будівель з мінімальною кількістю вікон та дверей.

Дії батьків, якщо під час ядерного вибуху дитина перебуває у закладі освіти:

Якщо на момент ядерного вибуху ваша дитина була в закладі освіти, вона має залишатись там в укритті з рештою дітей. Навіть якщо заклад освіти в п'ятихвилинному доступі від дому, не потрібно виходити з укриття і забирати дитину. Це нашкодить вам, бо на вулиці ви можете зазнати радіаційного впливу, вашій дитині, а також іншим дітям й вчителям або вихователям, які перебувають в укритті закладу. Згідно з нормами безпеки приміщення для укриття мають загерметизувати зсередини, аби туди не потрапляли шкідливі речовини ззовні. Батьки, що прийшли з вулиці, можуть переносити на одязі радіоактивний пил, або він разом з повітрям може потрапити у приміщення, де перебувають діти.

Якщо адміністрація закладу не проінформувала вас про це, ви маєте домовитись заздалегідь з іншими батьками та вчителем, що у випадку ядерного вибуху двері укриття, де перебувають діти – не будуть відчиняти, допоки не буде дозволу від органів влади. Це значить, що прийти та забрати дитину звідти, поки немає офіційних оголошень, що загроза минула – буде неможливо, зайве

відчинення дверей укриття і допуск туди батьків, що прийшли з вулиці – нашкодить дітям.

Укриття має бути розраховане на перебування учасників освітнього процесу впродовж не менше від 48 годин, із забезпеченням:

місця для сидіння (лежання): стільці, лавки чи ліжка, спортивні мати, каремати,

теплі ковдри або спальники,

поліетиленові пакети,

армований скотч для герметизації приміщення,

ганчірки та вологі серветки,

вода для очищення тіла, предметів, поверхонь від радіаційного пилу,

питна вода у розрахунку одна особа/2 л на добу,

запас консервів та сублимованої їжі,

контейнери для харчових продуктів,

баки для нечистот, що щільно закриваються (для неканалізованих будівель і споруд),

резервне штучне освітлення (електричні ліхтарі, свічки, газові лампи тощо); вогнегасники,

аптечка із засобами надання невідкладної медичної допомоги: запас таблетованого йодиду калію на максимальну плановану кількість дітей та персоналу в укритті: немовлята від народження до 1 місяця – 16 мг на особу, діти (від 1 місяця до 3 років) – 32 мг, діти (від 3 до 12 років) – 62,5 мг на особу, підлітки (від 12 до 18 років), вагітні, матері-годувальниці та дорослі (до 40 років) – 125 мг на особу, дорослим від 40 років йодна профілактика зазвичай не потрібна,

респіратори FFP2 та FFP3 в розрахунку на максимальну кількість дітей, яку вміщує сховище,

засоби зв'язку та оповіщення (телефон, радіоприймач на батарейках з КХ/СХ діапазоном на випадок відсутності зв'язку та струму, інтернет, рекомендовано встановлення Wi-Fi пристроїв),

інструменти (лопати штикові та совкові, лом, сокири, пилки, ножівки тощо).

Учасники освітнього процесу мають мати тривожний рюкзак, у якому має бути:

пляшка чистої питної води; поживні батончики чи снеки в герметичних упаковках,

нотатка від батьків, у якій вказано ПІБ дитини, контактні дані батьків та ближніх родичів (імена, телефони, адреси),

телефон (за можливості), зарядний пристрій і павербанк,

індивідуальний набір необхідних ліків, респіратори (запас на кілька днів),

комплект змінної білизни та одягу,

спальник, якщо ними не забезпечує заклад,

улюблена іграшка або річ.

Інші речі відповідно до віку дитину (підгузки, дитяче харчування).

Щоб не навантажувати дитину важкими речами щоразу, коли вона йде до закладу освіти, домовтесь з або вчителем (вихователем), щоб ці речі зберігались у закладі, але у швидкому доступі, аби їх можна було швидко брати під час тривоги.

Батьки зобов'язані попередити медичного працівника закладу освіти, вчителів (вихователів) або адміністрацію, якщо у разі дитина має порушення функціонування щитоподібної залози або алергію на калій йодид! В укритті їм може знадобитись йодопротекція, але тільки після офіційної вказівки ДСНС чи органів влади в її потребі.

Перша допомога постраждалому від ядерної зброї:

При наданні допомоги постраждалому першочергово необхідно видалити радіоактивні речовини з його одягу (роздягнути або попросити роздягнутися) та обробити шкіру теплою водою з милом.

Видалення одягу, очищення шкіри, ран, отворів тіла необхідне для запобігання потрапляння радіонуклідів до організму та зменшення дози опромінення постраждалого й оточення.

При наданні допомоги постраждалому слід максимально використовувати наявні засоби індивідуального захисту: рукавички, одноразові комбінезони та респіратори. Після надання допомоги постраждалому проведіть дезактивацію самому собі.

Очищення ран. Якщо людина отримала будь-які поранення під час застосування ядерної зброї, то через них радіоактивні речовини можуть потрапити всередину організму. Тому необхідно провести наступну процедуру - накрити шкіру навколо відкритих ран водонепроникними пов'язками, щоб обмежити поширення радіоактивного забруднення на інші ділянки тіла. Обережно промити рани великою кількістю води або фізіологічного розчину.

Очищення вух та носа. Обережно протріть вуха та ніс зволеним стерильним аплікатором із ватним наконечником.

Обробка ротової порожнини та очей. При потрапленні радіоактивних речовин через рот слід негайно почистити зуби зубною пастою й кілька разів прополоскати рот 3% розчином лимонної кислоти. При ураженні мигдалин доцільно прополоскати горло 3% розчином перекису водню. А очі необхідно обережно промити великою кількістю фізіологічного розчину або води.

Очищення волосся. Попросіть постраждалого помити волосся теплою водою з м'яким милом або шампунем. Воду, якоюмили волосся, не можна використовувати для миття інших частин тіла. Уникайте потрапляння

забрудненої стічної води в очі, вуха, ніс або рот. Висушіть волосся чистими рушниками.

Транспортування постраждалого. Загорніть забруднені ділянки або всього постраждалого у два шари простирадла. Стежте за температурою тіла постраждалого. Після транспортування медики, що приймуть постраждалого, мають провести огляд та дезактивацію транспортного засобу та обладнання й утилізувати все.

Симптоми радіаційного опромінення.

Первинна променева реакція триває до 3 діб після ураження. Її прояви: дратівливість, загальна слабкість, нудота, блювання, головний біль, підвищення температури тіла, збудження, а потім пригнічення психічної діяльності.

Прихований період відсутній при тяжких формах. Зазвичай триває від 3 діб до року. У постраждалого спостерігається покращення самопочуття, проте він відчуває загальну слабкість, зниження апетиту, проблеми з дефекацією та іноді порушення сну.

Розпал хвороби відбувається від двох тижнів з моменту ураження. Далі – індивідуально. У хворого можуть бути такі симптоми: головний біль, безсоння, нудота, загальна слабкість, шлунково-кишкові розлади з сильними болями в животі, температура тіла до 38-40 °C, множинні точкові крововиливи на шкірі та слизових оболонках, кровотечі внутрішніх органів (легеневі, шлунково-кишкові, ниркові), випадіння волосся на другому-третьому тижні, інфекційні ускладнення (ангіна, пневмонія, абсцес легень та загальне зараження крові – сепсис).

Алгоритм дій при радіаційній аварії на АЕС:

Почувши сигнал тривоги, що сповіщає про надзвичайну ситуацію, негайно увімкніть радіо, телевізор або інтернет і прослухайте повідомлення. Цю інформацію ДСНС, армія, поліція чи місцеві органи управління мають повідомити на офіційних сторінках їх сайтів чи соцмереж.

Існує велика ймовірність того, що в зоні ураження зовсім не працюватиме інтернет та засоби зв'язку, буде відсутнє електропостачання. Тому заздалегідь подбайте про наявність радіоприймача з живленням від батарейок. Це може бути єдиним засобом зв'язку в надзвичайній ситуації.

Якщо на АЕС сталася аварія, залишайтеся в приміщенні або негайно зайдіть у нього, якщо ви на вулиці. Найкраще – в укриття або підвал. Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівлі, тому треба триматися якнайдалі від стін і даху.

Швидко надягніть респіратор або ватно-марлеву пов'язку; якщо їх немає, прикрийте ніс і рот рушником, хусткою або шарфом.

Закрийте та заблокуйте всі вікна, двері та вентиляційні отвори в приміщенні та не підходьте до них без нагальної потреби; вимкніть кондиціонер та обігрівачі.

Заздалегідь подбайте про запас води в герметичних місткостях так, щоб вистачило на кілька днів. Загорніть продукти в плівку та покладіть у холодильник або шафу.

Стежте за подальшими повідомленнями від ДСНС, армії, поліції чи місцевих органів управління. Вони сповістять про необхідність йодної профілактики, евакуацію та правила безпеки.

Ваші дії, якщо під час радіаційної аварії вам необхідно буде вийти з укриття:

Залишати укриття можна лише після офіційного дозволу ДСНС, органів виконавчої влади чи інших офіційних установ.

Користуйтеся респіратором, надягніть максимально закритий та щільний одяг, плащ, гумове взуття та рукавички.

Не роздягайтеся на вулиці, не сідайте на землю, не купайтеся у відкритих водоймах, не збирайте гриби чи лісові ягоди, не паліть.

Після повернення додому зніміть верхній шар одягу. Це може усунути до 90% радіоактивного забруднення й зменшить час, протягом якого ви перебуваєте під впливом радіації.

Щоб запобігти розсіюванню радіоактивного пилу, будьте дуже обережні, знімаючи одяг, намагайтесь уникнути контакту шкіри з забрудненим одягом. Помістіть одяг у пластиковий пакет або герметичний контейнер та тримайте його якомога далі від людей та домашніх тварин.

Якщо є можливість, проведіть дезактивацію, виконавши ті ж дії, як при проведенні дезактивації в разі ядерного вибуху.

Одягніть чистий, максимально закритий та щільний одяг.

Як безпечно харчуватися та пити воду під час радіаційної аварії чи після ядерної атаки:

Безпечною для вживання є їжа, яка не контактувала з радіоактивними речовинами: їжа в герметичних контейнерах (банках, пляшках, коробках тощо) та їжа в холодильнику або морозильній камері.

Перед відкриттям протріть харчові контейнери вологою ганчіркою або чистим рушником. Також перед використанням протріть столи та посуд вологою ганчіркою або чистим рушником. Витріть миски й килимки для домашніх тварин.

Ганчір'я, яким ви очищували посуд та поверхні, покладіть у пакет чи пластикову коробку, яка герметично закривається. Бажано наклеїти на них етикетку з попередженням про радіацію й зберігати в місці, не доступному для дітей чи домашніх тварин.

Не збирайте й не вживайте їжу зі свого саду, городу чи ту, що перебувала на вулиці, поки не отримаєте офіційне повідомлення, що це безпечно.

Лише вода в пляшках є безпечною для вживання, поки не буде проведена перевірка водопровідної води на забруднення. Кип'ятіння не позбавляє від радіоактивних речовин. Ви повинні мати воду в пляшках, якою запаслись заздалегідь. ДСНС чи органи виконавчої влади повідомлять про безпеку водопровідної води.

Як підготуватись до радіаційної аварії:

Заздалегідь подбайте про запас води в герметичних місткостях так, щоб вистачило на кілька днів. Подбайте про запас продуктів на випадок надзвичайної ситуації.

Майте наготові тривожну валізу.

Подбайте про те, аби бути на зв'язку й мати доступ до інформації, коли трапиться надзвичайна ситуація.

Небезпека "брудних бомб" та способи порятунку.

"Брудна бомба" або радіологічний розсіювальний пристрій (РРП) — це суміш вибухівки, наприклад динаміту, і радіоактивних речовин. Не слід плутати її з ядерною зброєю. "Брудна бомба" не може створити ядерний вибух, як ядерна зброя, хоч і може поширити радіоактивне забруднення в порівняно невеликих кількостях і на обмежені відстані. Головна небезпека "брудних бомб" — це сам вибух, від якого можуть загинути чи постраждати люди. Зазначити радіаційного впливу можуть першочергово ті, хто опинився в епіцентрі вибуху. На більших відстанях від місця вибуху небезпека є тільки у випадку, коли люди вдихають пил, їдять забруднену їжу або п'ють забруднену воду. Тому правила порятунку в разі застосування "брудної бомби" такі ж, як і під час радіаційної аварії на АЕС: прямуйте в укриття, залишайтеся в укритті, слухайте подальші вказівки від органів влади, ДСНС чи поліції.