



## ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ!

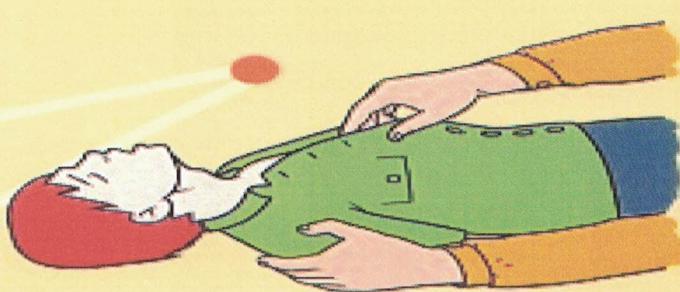


### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕПЛОВОМ И СОЛНЕЧНОМ УДАРЕ

**ЗНАКИ:** слабость, сонливость, тошнота, головная боль, возможны учащени дыхания и повышение температуры, потеря сознания



Перенеси пострадавшего в прохладное, проветриваемое место (в тень, к открытому окну).



Уложи пострадавшего. Расстегни воротник, ослабь ремень, сними обувь.



Определи наличие пульса на сонных артериях, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. При отсутствии указанных признаков приступай к сердечно-легочной реанимации.



Положи на голову, шею и паховые области смоченные в холодной воде полотенца (салфетки).



При потере сознания более чем на 3–4 минуты переверни пострадавшего в устойчивое боковое положение.



При судорогах удерживай голову и туловище пострадавшего, оберегая от травм. При восстановлении сознания напомни пострадавшему прохладной минеральной или обычной, слегка подсоленной водой.

**ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ – 112**



ЭТО НЕОБХОДИМО

# ЗНАТЬ!

## Пожароопасный период Осторожно, лесные пожары!

Чтобы избежать возникновения пожаров, необходимо соблюдать правила поведения в лесу.



**С целью недопущения пожаров в природной среде, запрещается:**

- бросать в лесу горящие спичи, окурки, тлеющие тряпки;
- разводить костёр в густых зарослях и хвойном молодняке, под низкоискающимися кронами деревьев, рядом со складами древесины, торфа, в непосредственной близости от созревших сельхозкультур;
- оставлять в лесу самовозгорающийся материал: тряпку и ветошь, пропитанные маслом, бензином, стеклянную посуду, которая в солнечную погоду может сфокусировать солнечный луч и воспламенить сухую растительность;
- выжигать сухую траву на лесных полянах, в садах, на полях, под деревьями;
- поджигать камыш;
- разводить костёр в ветреную погоду и оставлять его без присмотра;
- оставлять костёр горящим после покидания стоянки.

### Специалисты МЧС дают рекомендации, как поступить, если вы попали в зону лесного пожара.

1. Небольшой пожар можно остановить, сбивая пламя веником из зеленых ветвей, молодым деревцем, плотной тканью. Огонь надо сметать в сторону очага пожара, небольшие языки пламени затаптывать ногами.
2. Если пожар потушить не удалось, уходите от огня перпендикулярно направлению ветра, соответственно перпендикулярно кромке пожара.
3. Двигаться лучше по открытым пространствам: просекам, тропам, дорогам, полянам, берегам ручьев и рек.
4. При сильном задымлении рот и нос нужно прикрыть мокрой ватно-марлевой повязкой, полотенцем, частью одежды.



### Несколько полезных советов или как сберечь Родину от лесных пожаров.

1. Уважаемые сограждане, по возможности используйте мангалы. Это простое приспособление способно спасти наши леса от пожаров.
2. Если приходится разводить костер, то лучше использовать старое кострище.
3. Новое место для костра должно находиться на значительном расстоянии от деревьев и кустарников.
4. Не оставляйте горящий костре без присмотра.
5. Уходя из леса, тщательно затушите костер. Залейте его водой или засыпьте землей.
6. Костер считается затушенным, если землю можно безболезненно трогать рукой.

### Как оборудовать место для костра:

1. Лопаткой снимите дерн на площади примерно 1 метр на 1 метр
2. Разложите дерн вокруг будущего кострища землей вверх.
3. После того, как костре потушен, положите срезанный дерн на прежнее место и притопчите ногами.

**Единый телефон экстренных оперативных служб**



## Осторожно, ротавирус у детей.

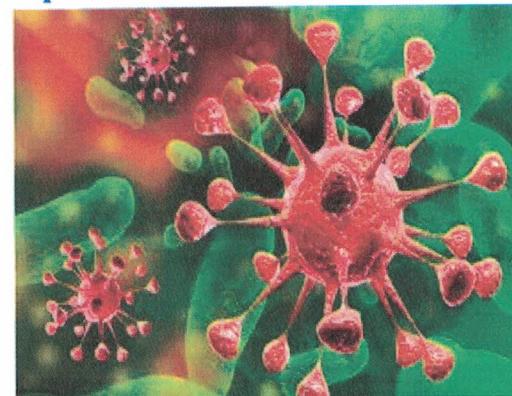
В соответствии со сведениями, основанными на данных современной медицинской вирусологии, в природе существует несколько групп вирусов, которые способны вызвать понос у детей. Одной из самых распространенных на территории России является кишечная инфекция, вызванная ротавирусом. Инфекция имеет несколько других наименований (кишечный грипп, желудочный грипп, ротавирусный энтерит).

### Передача и течение ротавирусной инфекции

Ротавирусная инфекция – острая вирусная болезнь, при которой развивается гастроэнтерит, интоксикация, обезвоживание организма, а также респираторные симптомы.

Наиболее подвержены данному заболеванию маленькие дети, но могут заболеть и взрослые.

Основные пути передачи заболевания это алиментарный (пищевой, водный) и контактный, то есть заразиться можно употребляя инфицированную воду, контактируя с больным, пользуясь его посудой, игрушками т.п.



**Ротавирусы довольно устойчивы, они могут сохранять жизнеспособность во внешней среде в течение нескольких месяцев.**



### Признаки и симптомы:

- слабость;
- головная боль;
- боли в животе;
- диарея;
- повышение температуры;
- тошнота, рвота.



### Профилактика ротавирусной инфекции

**Эти простые правила могут защитить детей от заражения ротавирусом.**



1. Личная гигиена, на отдыхе у реки, на море, у бассейна следить, чтобы вода не попадала в рот ребенка;
2. соблюдение питьевого режима – использование кипяченой воды, бутилированной;
3. мыть овощи и фрукты желательной кипяченой водой;
4. детские игрушки, соски и бутылочки ошпаривать кипятком;
5. избегайте контакта с больными;
6. необходимо соблюдать диету, обильное питьё;
7. вакцинация.

**Ротавирусная инфекция не опасна, если вовремя обратиться к врачу.**

