

ГУ РМЭ «Мари-Турекское лесничество»
Мари-Турекское школьное лесничество «Берендей»



Правила безопасного поведения в лесу

Мари-Турек
2008 год



Как разбить лагерь





Установка палатки

- Выбери сухое, открытое и ровное место, желательно рядом с водоемом;
- **Нельзя** ставить палатку под деревом и на берегу реки;
- Поставь палатку по ветру;
- **Нельзя** разводить костер рядом с палаткой;
- Выгребную яму расположи в хорошо проветриваемом месте.





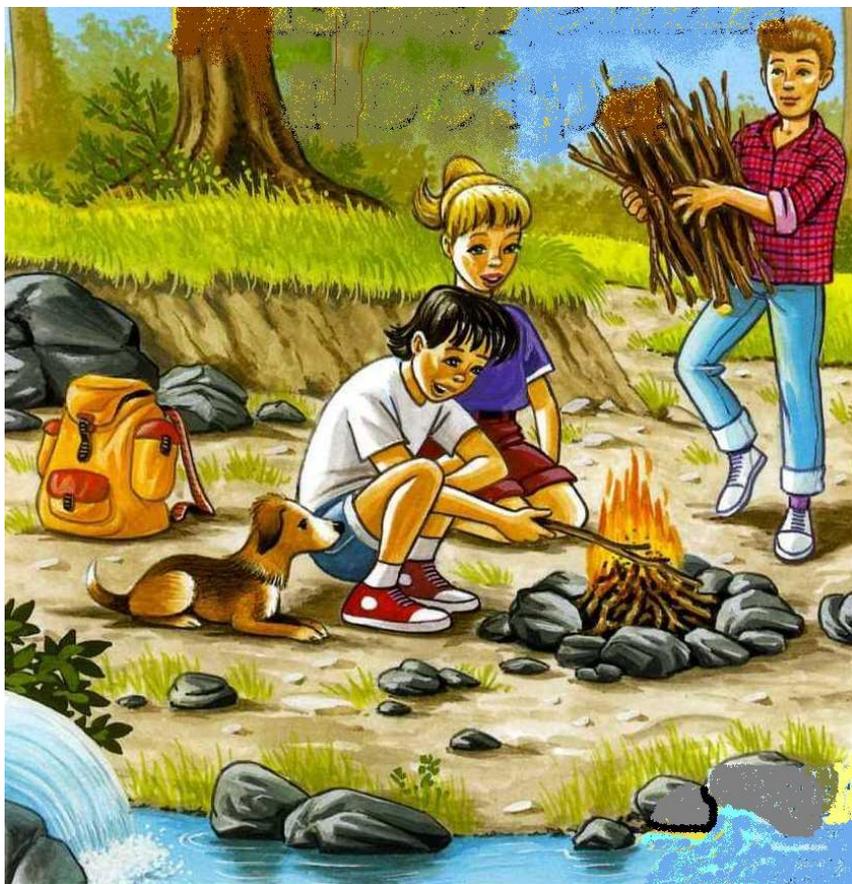
Предотврати опасность!

- Рядом с костром надо держать ведро с водой или песком, чтобы потушить огонь;
- Тщательно залей пламя, прежде чем пойти спать;
- Не храни еду в палатке, положи ее в пластиковый пакет и повесь на дерево;
- Натяни длинную веревку, которая будет указывать дорогу от палатки до туалета ночью;
- Ночью лучше ходить с фонариком.





Правила разведения костра



**Для разведения костра
используй:**

- специально оборудованные места
- Старые кострища, песчаные или галечниковые косы
- Площадки от вывороченных корней

Нельзя разводить костер:

- На подстилке из мхов и лишайников;
- Рядом с высоким травостоем из сухих злаков;
- Рядом с гнилыми пнями, нависающими ветками.



Правила разведения костра

Три способа разжечь костер:

- Ртом: дуть надо постепенно, чтобы не потушить появившееся пламя;
- Трубкой: срезанной веткой бузины, из которой вынули сердцевину;
- Головным убором: при этом надо быть особо внимательным, чтобы разгоревшиеся ветки не развалились..



Костер в виде шалаша





Тушение костра

- Залить костер водой. Воду можно принести пластиковыми пакетами, стеклянными или жестяными банками и т.д.
- Хорошенько перемешать костер лопатой. Не забудьте сдвинуть все камни, крупные головешки, обгоревшие остатки бревен и залить их дополнительно водой.
- Залить водой периферийную часть костра.
- Проверить пепел и угли на ощупь – они должны быть холодными.





Тушение костра без воды

- Сбить пламя, разобрать костер, разворошить угли и головешки.
- Перемешать лопатой или другим подручным инструментом пепел и окопать кострище по кругу.
- Забросать костер толстым слоем грунта, взятого с глубины не менее 30 см, лучше влажного.
- Тщательно затоптать слой земли на кострище, пока оно не перестанет дымиться.
- Крупные тлеющие головешки можно закопать отдельно в яме, на глубине не менее 30 см.
- Не уходите сразу от кострища, убедитесь, что через 15-20 минут оно не начнет снова дымиться.



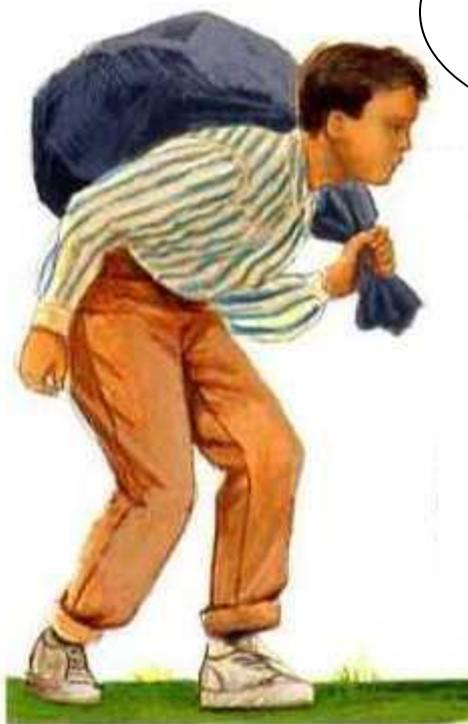
Прочие советы

- Никогда не разводи костер при сильном ветре;
- Держи наготове ведро или флягу с водой;
- Не следует обкладывать костер сырыми камнями. При нагреве они могут взорваться, если внутри у них есть скрытые полости;
- Разводи по возможности небольшой костер. Большой костер обычно не нужен и очень опасен;
- Никогда не оставляй костер без внимания. Не отходи, даже чтобы собрать дрова. Лучше заранее предусмотреть достаточный запас дров.

***Убирайте за собой,
чтобы лес не стал помойкой***



Что ты будешь делать с тем, что собрал?



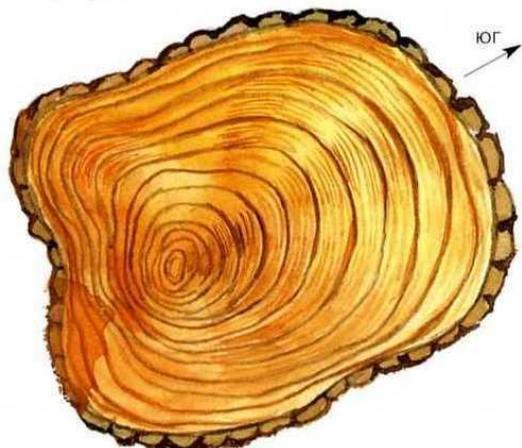
Отправлю
на
помойку!

- Остатки пищи и бумагу можно закопать;
- Металлические, пластиковые и стеклянные изделия надо уносить.

Почему это надо делать?

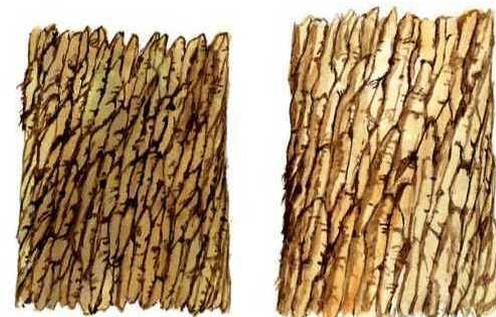
- Остатки пищи служат добычей животным;
- Металлические изделия ржавеют, прежде чем разложатся;
- Некоторые животные съедают пластиковые изделия и умирают;
- Осколки стекла могут поранить или устроить лесной пожар, действуя, как лупа.

Ориентирование по деревьям



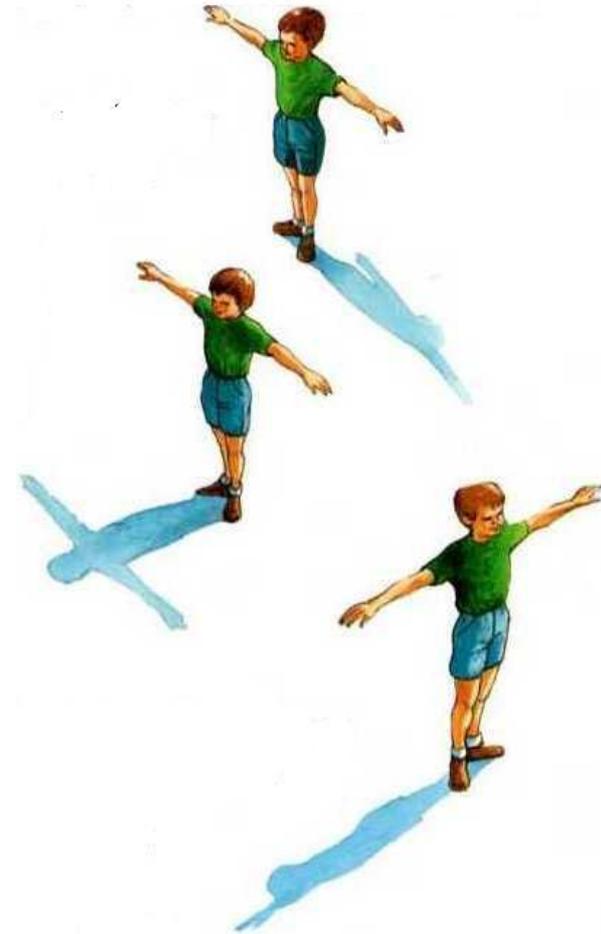
На пне по рисунку колец можно определить ось север-юг: на южной стороне промежуток между кольцами больше, а их рост заметнее.

- Мох растет на деревьях в тени с северной стороны. На севере он вырастает более густым и зеленым. Если мох растет и с другой стороны, то он желтый или коричневый.
- На коре дуба трещины расположены теснее на северной стороне и более удалены друг от друга на южной.



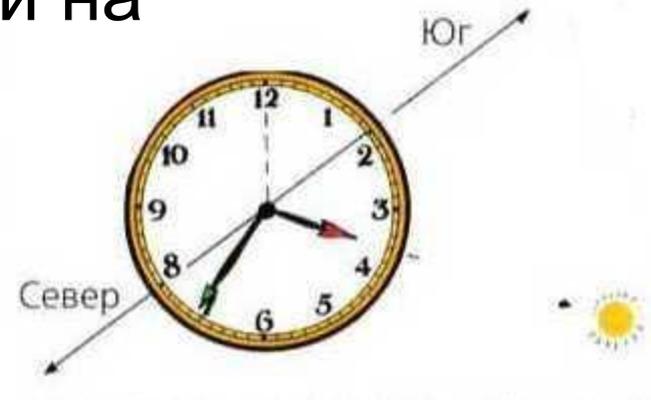
Ориентирование по солнцу

- **Утро.** Если встать так, что правая рука будет направлена к солнцу, то север будет перед лицом.
- **Полдень.** Встань спиной к солнцу, тень укажет где север.
- **Вечер.** Если левая рука будет обращена к солнцу, то север будет за спиной.

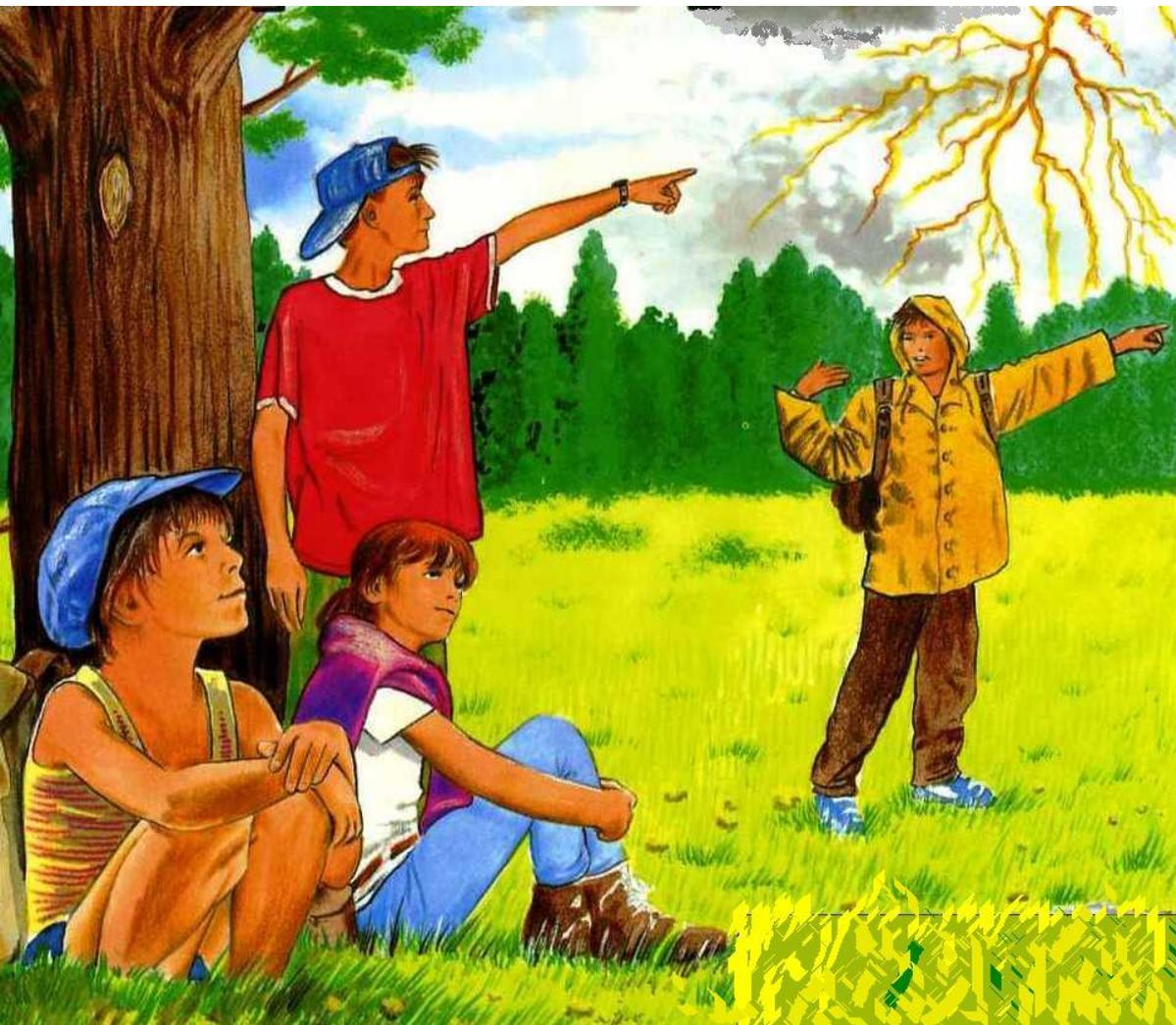


Ориентирование по наручным часам

- Сначала установи часы по солнечному времени: переведи на час назад зимой и на два часа летом;
- Положи часы на ровную поверхность;
- Поверни часы так, чтобы маленькая стрелка показывала на солнце;
- Юг находится посередине угла, между маленькой стрелкой и цифрой 12.



Во время грозы



Чтобы определить как далеко от вас гроза, надо сосчитать, сколько секунд отделяет раскаты грома от удара молнии. Разделить эту цифру на три, и получится приблизительное расстояние в километрах.

Опасные места



- Отдельно стоящие и высокие деревья;
- Каменные хижины с металлическими хижинами;
- Опоры линий электропередач;
- Водоем и территория вблизи водоема;
- Металлические предметы (велосипед, мотоцикл ...)

Безопасные места



- Низкорослый участок леса;
- Низинные места (сидеть на корточках или земле сгруппировавшись, опустив голову и поставив ноги вместе);
- Не покидать автомобиль, закрыв окна.

Первая помощь



Ожог — повреждение тканей организма в результате местного действия высокой температуры, агрессивных химических веществ, электрического тока или ионизирующего излучения.

Ожоги



Ожег можно получить, если:

- ***Головешка от костра подожгла одежду;***
- ***Перевернулся котелок с кипятком ...***

Ожоги



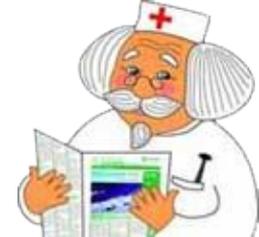
Ожоги бывают :

- *поверхностные*, которые заживают самостоятельно,
- *глубокие*, требующие для заживления пересадок собственной кожи, взятой с других участков тела.

По степени тяжести:

- ***Ожог I степени*** - покрасневшие и припухшие участки кожи;
- ***Ожог II степени*** - пузыри, наполненные прозрачной жидкостью светло-желтого цвета;
- ***Ожог III степени*** – кровоточащие раны, черные рубцы.

Ожоги



Первая помощь при ожогах пламенем начинается с тушения огня водой или путем прекращения доступа воздуха к горящей одежде пострадавшего закрывают одеялом пальто или плотной материей. В случае паники у человека окружающие должны сбить его с ног, погасить пламя и освободить человека от тлеющей одежды.

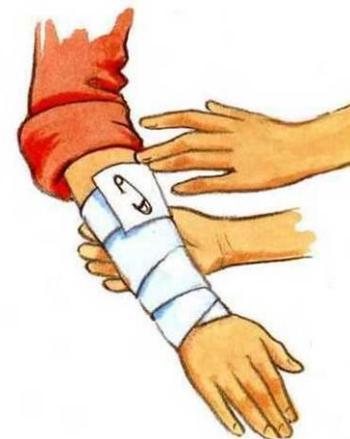


- При ожогах кипящими жидкостями или агрессивными химическими веществами с пострадавшего быстро снимают ту часть одежды, на которую они попали.

Ожоги



- При ограниченном термическом ожоге следует начать охлаждение места ожога водой в течение 10—15 мин.
- После этого на область ожога накладывают чистую, лучше стерильную повязку. Для уменьшения боли применяют обезболивающие средства (анальгин, амидопирин и т. п.), после этого необходимо обратиться к врачу.
- Если повреждена рука или нога можно поместить его в целлофановый пакет, обвязав его скотчем.
- При обширных ожогах, после наложения повязок, напоив пострадавшего горячим чаем, дав обезболивающие и тепло укутав, его срочно доставляют в больницу. Если перевозка задерживается или длится долго, обожженному дают пить щелочно-солевую смесь (1 чайн. л. поваренной соли и 1/2 чайн. л. пищевой соды, растворенной в двух стаканах воды). В первые 6 часов после ожога человек должен получать не менее 2 стаканов такого раствора в час.



Отравление грибами



Признаки отравления условно съедобными грибами:

- тошнота,
- рвота,
- понос.

Проявляются через 1—3 часа после еды.

Развивается под действием яда или в связи с плесневой и бактериальной инфекцией при употреблении грибов после неправильного хранения или плохой кулинарной обработки.

Отравление грибами



Отравление мухомором — явление довольно редкое, т. к. эти грибы по их внешнему виду трудно спутать со съедобными. Содержащийся в мухоморах яд мускарин вызывает двигательное возбуждение, судороги, сужение зрачков, повышение слюноотделения и потливости, боли в животе, тошноту, неукротимую рвоту. В дальнейшем появляются бред, галлюцинации. Первые признаки отравления возникают через $\frac{1}{2}$ — 6 час. с момента употребления грибов.



Отравление грибами



- Особенно тяжело протекает отравление бледной поганкой, при котором погибает до 90% отравившихся. Этот гриб содержит две группы ядовитых веществ: быстро действующий фаллоидин и медленно действующий, но более токсичный аманитин. Оба они вызывают тяжелое поражение печени и почек.
- Симптомы отравления возникают внезапно и быстро усиливаются (тошнота, рвота, боли в животе, понос, иногда с примесью крови и слизи). У детей отравления протекают наиболее тяжело, развивается печеночная недостаточность, часто со смертельным исходом.

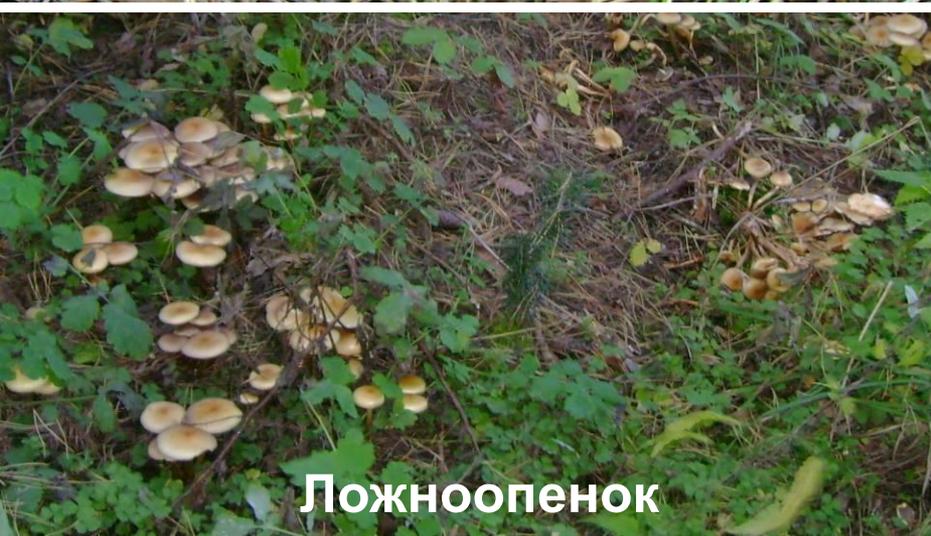
Ядовитые грибы



Мухомор пантерный



Паутинник оранжевокрасный



Ложноопенок



Мухомор желтый

Условно-съедобные грибы



Рядовка фиолетовая



Груздь



Сыроежка пищевая



Говорушка ворончатая



Оказание помощи



- До прибытия врача больному очищают желудок и кишечник и укладывают его в постель.
- Желудок промывают теплой водой, солевым раствором или слабым раствором марганцовокислого калия.
- Для очищения кишечника используют слабительное (касторовое масло или горькую соль), а для полного очищения — клизму.
- Потерю жидкости, вызванную рвотой и поносом, необходимо восполнить, поэтому больному дают выпить небольшими глотками подсоленную воду, которая ослабляет рвоту и тошноту, или крепкий чай.
- При отравлении грибами ни в коем случае нельзя употреблять алкогольные напитки, т. к. они способствуют более быстрому всасыванию в организм грибных ядов.

Отравление ядовитыми растениями



- Отравление происходит вследствие употребления в пищу плодов, листьев, корней ядовитых растений;
- Растительные яды относятся к алкалоидам, гликозидам, растительным мылам (сапонидам), органическим кислотам (синильная, щавелевая), смолам.

Ядовитые растения



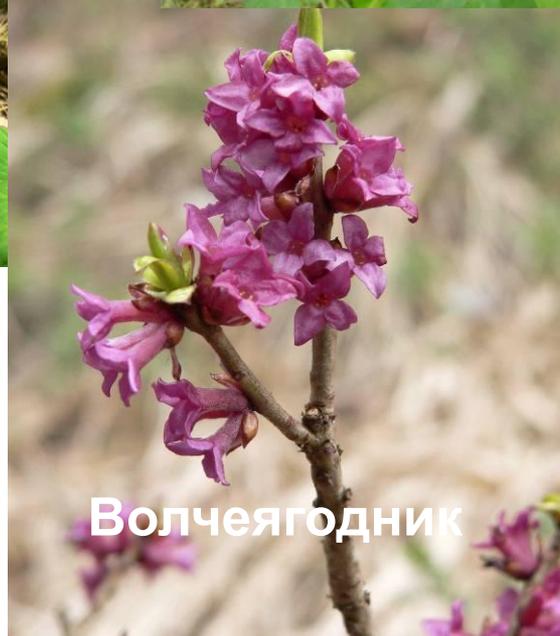
Вороний глаз



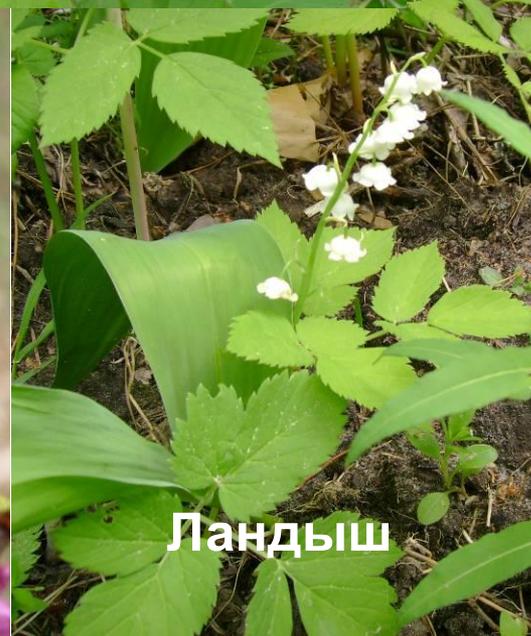
Жимолость обыкновенная



Аконит



Волчегодник



Ландыш

Отравление ядовитыми растениями



Симптомы отравления :

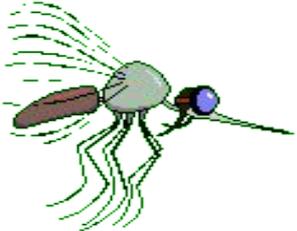
- тошнота,
- рвота,
- боли в животе,
- диарея,
- слюнотечение,
- повышение температуры.

Избирательная токсичность (преобладающий токсический эффект) растительных ядов проявляется в преимущественном воздействии *на нервную систему, сердце, желудочно-кишечный тракт, печень или кожу.*

Лечение острых отравлений



- При попадании токсичного вещества растения на кожу достаточно промыть пораженный участок проточной водой с мылом и нанести любой питательный крем на жировой основе.
- Лечение местных воспалительных процессов состоит в локальной гипотермии и наложении антисептической повязки.
- При пероральном отравлении пострадавшему следует незамедлительно промыть желудок. После трех- или четырехкратного промывания желудка дают активированный уголь (20—25 таблеток или 80—100 г водной взвеси) или 80—100 г черных сухарей, затем — слабительное (30 г магния сульфата на 1/2 стакана воды).



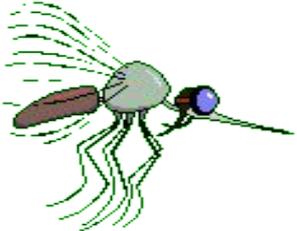
Укусы насекомых



- С наступлением сумерек нельзя ходить раздетым. Самок комаров привлекают открытые участки кожи.
- Защита. Мазать лицо и руки мелиссой или специальным лосьоном; спать под москитной сеткой.

- Нельзя ловить водных насекомых: жуков-плавунцов, водяных скорпионов и гладышей.
- Они без раздумий кусают за пальцы.





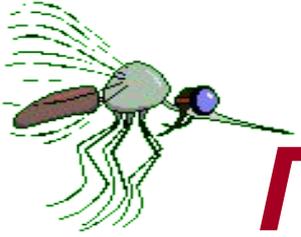
Укусы насекомых



- Чтобы не покусали муравьи, нужно их оставить в покое.
- Нельзя отдыхать в месте, где проходит муравьиная тропа.

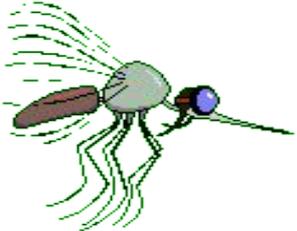
- Пчела, оса и шершень кусаются тогда, когда чувствуют опасность;
- **Нельзя** делать резких движений;
- Осы любят сладкое, надо быть внимательным когда ешь бутерброд с вареньем или медом;
- **Нельзя** играть вблизи ульев и рядом с гнездами ос и шершней.





Первая помощь при укусах

- ***Оса и шершень.*** Продезинфицировать место укуса и помазать успокаивающей мазью.
- ***Пчела.*** Вынуть жало, продезинфицировать ранку, положить холодный компресс.
- ***Комар.*** Помазать красные точки от укусов мазью для снятия зуда, не чесать!
- ***Слепень.*** Использовать мазь для снятия зуда.
- ***Рыжий муравей.*** Продезинфицировать место укуса и помазать успокаивающей мазью.
- Можно потереть места укусов насекомых листом щавеля.



Укусы пчел или ос

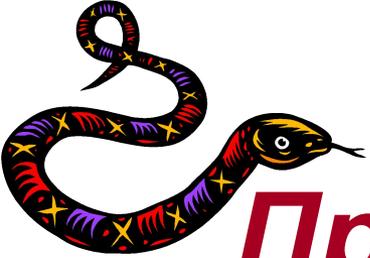
Представляют опасность для жизни человека в случаях повышенной к ним чувствительности.

Признаки:

- местный отек тканей,
- значительное повышение температуры тела,
- резкие головные боли,
- возможны судороги и расстройства сознания.

Первая помощь:

- холодный компресс (пузырь со льдом) на голову,
- дают внутрь стакан очень крепкого и сладкого чая,
- 1 г ацетилсалициловой кислоты
- вызывать врача,
- при укусе пчел обязательно удалить жало.



Профилактика укусов змей

- Ношение резиновой или кожаной обуви (брюки заправить в обувь) и соблюдение осторожности в местах, где водятся змеи.
- Передвигаться с длинной палкой-посохом, чтобы раздвигать заросли.
- Туристам, собирающимся в поход по местам, где водятся ядовитые змеи, желательно иметь с собой ампулы с противозмеиной или, лучше, поливалентной (против яда нескольких видов змей) сывороткой.





Признаки укуса ядовитых змей

- В месте укуса видны две маленькие кровавые точки.

Симптомы отравления змеиным ядом:

- Признаки боли;
- Отек;
- Кровоизлияния;
- Пузыри, наполненные геморрагической жидкостью;
- Головные боли;
- Головокружение;
- Слабость;
- Тошнота;
- Потливость;
- Одышка;
- Падение артериального давления;
- Обморок или состояние возбуждения;
- Иногда судороги.



Первая помощь

- При укусе ядовитой змеи следует незамедлительно выдавить из ранки первые капли крови и отсосать яд ртом, постоянно сплевывая слюну.
- Сохранять неподвижность пострадавшей конечности, для чего проводят ее иммобилизацию, как при переломе костей, с помощью любых пригодных для этой цели подручных средств.
- Необходимо как можно раньше ввести противоядие.
- Во всех случаях укуса змей следует срочно обратиться к врачу ближайшей больницы.

Вредно:

- Прижигание ранки и нанесение дополнительных разрезов, поскольку они увеличивают опасность попадания в рану болезнетворных микробов,
- наложение жгута (перетягивание конечности) выше места укуса запрещается, т. к. при этом в конечности нарушается кровообращение с резким увеличением местного отека и образованием обширных кровоизлияний.

Тепловой удар



- вызывается перегреванием тела при недостаточной теплоотдаче

Признаки теплового удара:

- слабость,
- головная боль,
- головокружение,
- тошнота, нередко рвота,
- шум в голове,
- сонливость, зевота, пошатывание при ходьбе;
- лицо становится красным температура тела повышается, иногда до очень высоких цифр дыхание учащенное, поверхностное, иногда кровотечение из носа,
- В очень тяжелых случаях судороги мышц лица, конечностей потеря сознания, кома.

Первая помощь



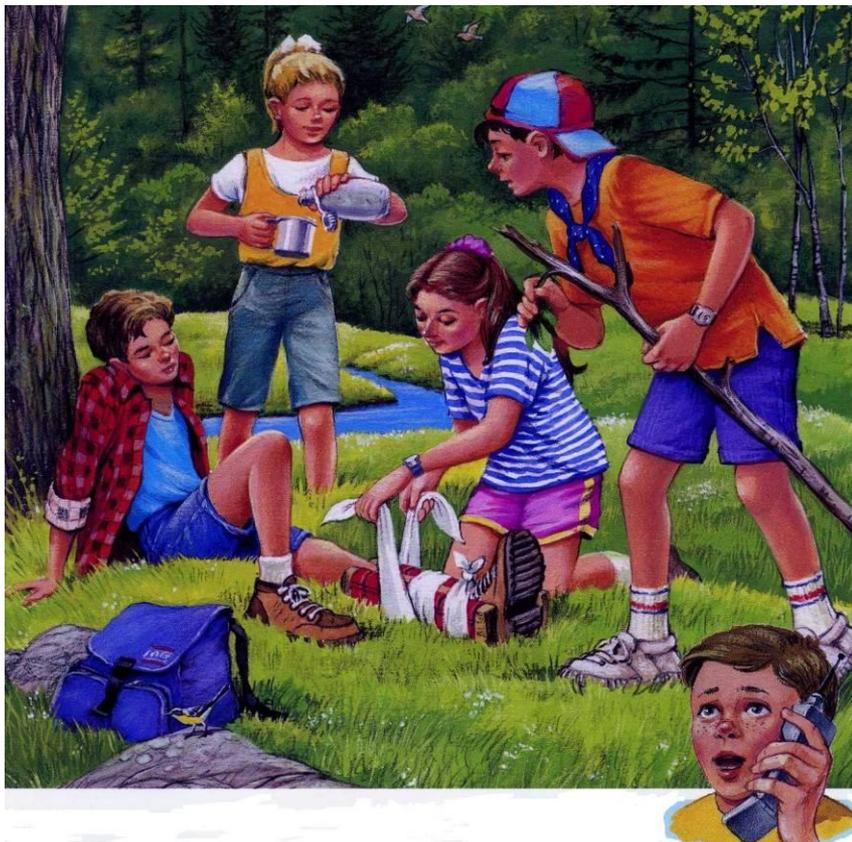
- немедленно перенести пострадавшего в тень, в прохладное помещение,
- уложить на спину, приподняв изголовье (подложить под голову валик из скатанной одежды), освободить от стесняющей одежды.
- Тело обтереть холодной водой или обернуть простыней, смоченной в воде температурой 25—26° С (предварительно простыню выжать); на голову кладут холодные примочки.
- При сохраненном сознании даю пить холодную воду, вдыхать нашатырный спирт для возбуждения дыхания.
- При расстройствах дыхания, угрозе остановки сердечно-сосудистой деятельности вводят сердечно-сосудистые средства, применяют искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.

Солнечный удар



- возникает иногда при длительном пребывании под лучами палящего солнца.
- Развиваются головная боль, тошноте рвота, головокружение, шум в ушах, шаткая походка; температура тела повышается до высоких цифр.
- Лицо резко красное.
- Нередко ожоги кожи I—II степени.
- Первая помощь аналогична таковой при тепловом ударе.

Переломы



- Перелом – повреждение кости с нарушением ее целостности.
- При нарушении целостности кожи под воздействием травмирующего предмета или острого отломка кости образуется открытый перелом.
- Если целостность кожи не нарушена, перелом называют закрытым.

Признаки перелома

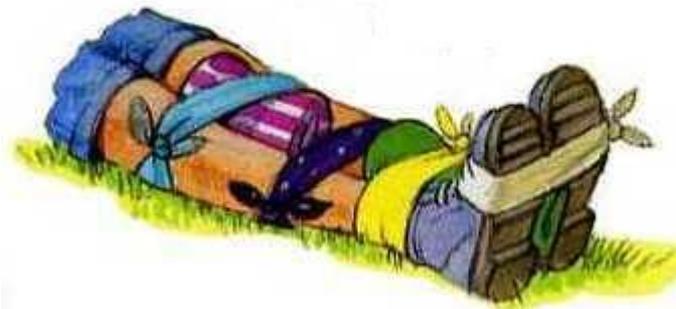


- резкая боль,
- невозможность движений в конечности,
- нарушение ее формы,
- длины по сравнению со здоровой.
- В отличие от ушиба функция конечности нарушается немедленно – с момента травмы, кроме случаев неполных переломов (когда в кости образуется только трещина).

Первая помощь



- Иммобилизация - создание неподвижности конечности или другой части тела при повреждениях и других тяжелых болезненных процессах, требующих покоя поврежденному органу.
- Для этого можно пользоваться импровизированными шинами, сделанными из полос фанеры, твердого картона, отрезков тонких досок, палок, пучков прутьев и т. п.



Первая помощь



Иммобилизация при помощи подручных средств:
при помощи деревянных брусков (а),
пучка прутьев и поясного ремня (б),
полы пиджака (в).

Первая помощь

- Наиболее распространенная ошибка — использование слишком коротких шин, не обеспечивающих иммобилизации.
- Необходимо фиксировать не менее двух суставов, расположенных выше и ниже поврежденной области, чтобы исключить подвижность поврежденного участка.
- При неплотном прилегании шины к поврежденной конечности она не фиксирует место перелома, перемещается, вызывая дополнительную травматизацию.

Первая помощь



- Для иммобилизации шеи применяют картонный или ватно-марлевый воротник.
- Такой воротник не должен затруднять дыхание.

Иммобилизация нижней челюсти с помощью пращевидной повязки.

Первая помощь



- При повреждении верхней конечности ее можно подвесить на косынке или фиксировать к туловищу.
- В случае перелома плеча при наличии шины ее накладывают от кисти до противоположной лопатки, при этом локтевой сустав фиксируют в согнутом (до 90°) положении, что легко удастся с помощью стандартной проволочной шины, которую можно соответствующим образом согнуть. Из подручных материалов сгибается только картон, но он недостаточно плотен, в связи с чем длинная картонная шина слабо фиксирует согнутый локтевой сустав. Поэтому при отсутствии стандартной проволочной шины лучше применить две импровизированные — одну от лопатки до локтя, другую от локтя до пальцев, после чего, согнув руку в локтевом суставе, ее фиксируют косынкой

Первая помощь



Иммобилизация при переломе плеча:

на поврежденное плечо накладывают шину (а),
прибинтовывают бинтом (б) или подвешивают на косынке (в).

Первая помощь



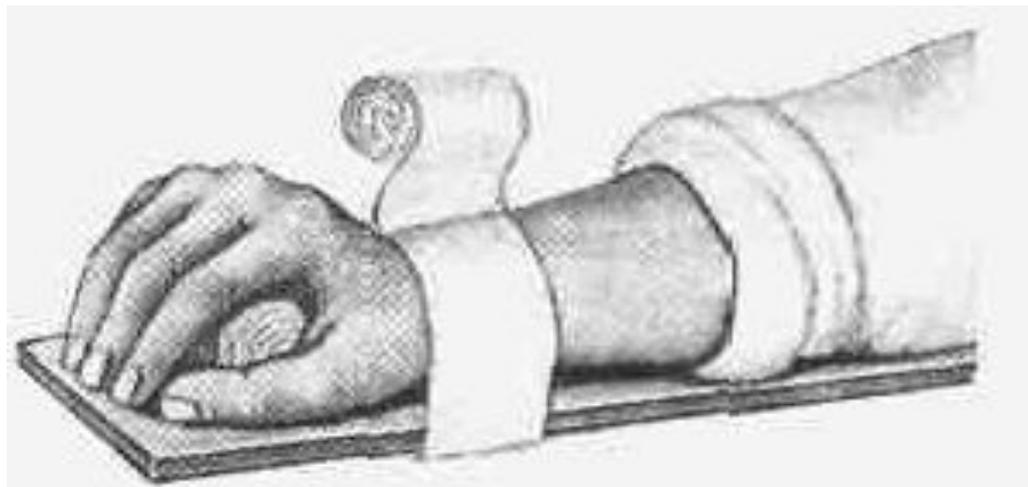
- Травма предплечья требует наложения шины от пальцев кисти до локтевого сустава или середины плеча.
- Если нет подручных или стандартных шин, руку сгибают в локтевом суставе, поворачивают ладонью к животу и прибинтовывают к туловищу, а при отсутствии бинта — подвешивают с помощью косынки или полы одежды.



Первая помощь



- При необходимости иммобилизации кисти в ладонь вкладывают туго свернутый ватно-марлевый валик или небольшой мяч и фиксируют предплечье и кисть к шине

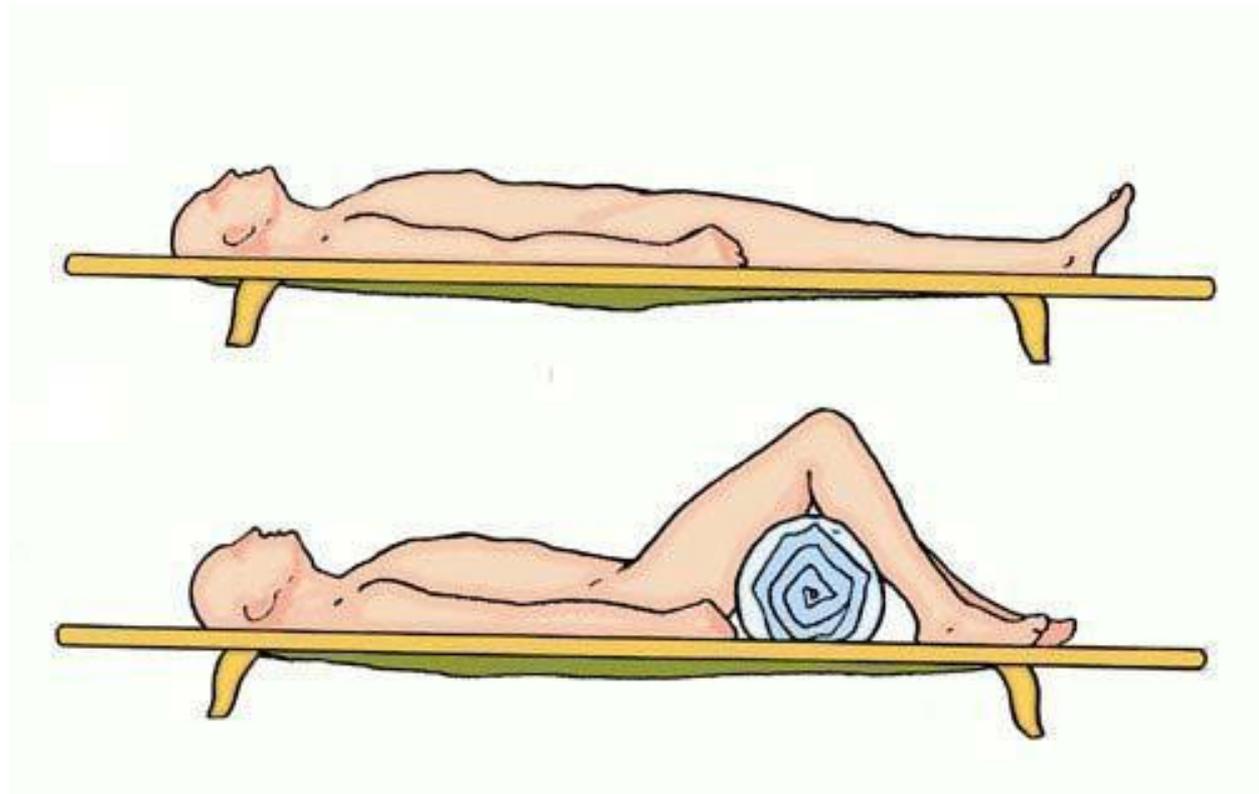


Иммобилизация при переломе кисти

Первая помощь



- Транспортную иммобилизацию позвоночника и таза производят, укладывая пострадавшего на твердую поверхность.



Первая помощь



- При переломах бедра создают неподвижность всей конечности (в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах). Наиболее надежная иммобилизация достигается наложением двух шин: длинной — от подмышечной впадины до наружной лодыжки и короткой — от промежности до внутренней лодыжки. Стопу устанавливают под углом 90° .
- В случае открытого перелома, прежде всего, смазывают кожу вокруг раны спиртовым раствором йода и накладывают стерильную повязку.



Первая помощь



- При повреждениях голени и стопы создают неподвижность в голеностопном и коленном суставах. Если никаких средств для И. ноги нет, придется фиксировать пораженную конечность к здоровой, в этих условиях здоровая нога выполняет роль шины.

