

Рекомендации населению по выполнению превентивных мероприятий в сейсмоопасных районах.

При всем многообразии причин травм и гибели людей их количество можно значительно уменьшить, если заранее спокойно подготовиться к землетрясению, продумать порядок действий и выполнить ряд рекомендаций.

В интересах выработки эффективных и грамотных действий на случай возникновения землетрясения, для уменьшения числа травм и человеческих жертв жители сейсмоопасных районов должны заблаговременно выполнить следующие **правила безопасности:**

Что необходимо делать, если землетрясение застало вас в здании (дома, в школе, на работе)?

Если первые толчки застали вас на первом этаже, нужно немедленно выбежать на улицу, в вашем распоряжении не более 15-20 секунд.

При нахождении на этажах выше первого можно воспользоваться углами, образованными капитальными стенами, узкими коридорами внутри здания или же встать возле опорных колонн или в дверных проемах, распахнув дверь.

Можно спрятаться под стол или кровать, закрыв лицо руками, чтобы не пораниться кусками отлетающей штукатурки, стекла и др. Во всех случаях – держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок, чтобы не пораниться осколками.

Ни в коем случае не прыгайте из окон или с балконов, если вы живете выше первого этажа.

Нельзя во время угрозы обрушения здания пользоваться лифтом, выбегать на лестницу с верхних этажей.

Не рекомендуется находиться в угловых помещениях здания.

Не паникуйте сами и пресекайте панику у других людей.

Что необходимо делать, если первые толчки землетрясения застали вас на улице?

Необходимо немедленно отойти как можно дальше от зданий и сооружений, высоких столбов и заборов, которые могут разрушиться и придавить вас. При этом опасность представляют не только падающие стены перекрытия, но и разлетающиеся кирпичи, стекла, вывески и др.

При нахождении в местах большого скопления людей (рынок, стадион, парк, площадь) рекомендуется держаться подальше от конструкций, которые могут быть причиной травмы, выйти на открытое пространство, не создавая паники.

В случае сильной давки не передвигайтесь против движения толпы, одежду застегните, согнутые руки прижмите к груди крестообразно; выбросите мешающие предметы. В случае падения необходимо встать на одно колено и рывком подняться.

Что необходимо делать, если землетрясение застало вас в автомобиле?

При следовании в автомобиле необходимо остановиться в месте, где не будут созданы помехи другому транспорту, открыть двери, чтобы при возможном повреждении автомобиля их не заклинило. Оставайтесь в машине, так как есть опасность получения травмы от падающих предметов.

Что необходимо делать, если вы оказались в завале?

Не поддавайтесь панике, помнить о действиях спасательных служб.

Постараться определиться в пространстве.

При длительном пребывании в завале не зажигать огонь, чтобы избежать взрыва или воспламенения от возможной утечки газа, постарайтесь найти воду.

Подавайте сигналы о себе (стучите железом о железо: по батарее, трубам и т.п.).

Что необходимо делать после землетрясения?

Убедиться в отсутствии ранений; если есть возможность, оказать помощь пострадавшим. Тяжело раненых лучше не двигать с места, если им не угрожает крайняя опасность (пожар, обрушение строения и т.д.).

Освободить людей, попавших в завалы, которые можно легко устранить (разобрать). Особо осторожным надо быть при оказании помощи пострадавшим с «синдромом длительного сдавливания». Если им требуется дополнительная медицинская и другая специальная помощь, то дождаться её.

Обеспечить безопасность и успокоить детей, больных и стариков.

Проверить водопровод, газ, электричество. Если имеются повреждения электролинии и водопроводных сетей, то следует отключить их. Если обнаружена утечка газа, то открыть все окна и двери, немедленно покинуть помещение и сообщить соответствующим службам.

При наличии очагов загорания их необходимо потушить. Если это не удается, то немедленно связаться с противопожарной службой.

Спускаясь по лестнице, следует проверить ее прочность.

Первые 2 – 3 часа нельзя входить в здания без крайней нужды, нельзя подходить к явно поврежденным зданиям и входить в них. Если возникает необходимость войти в здание – действовать быстро и осторожно, так как предметы могут быть неустойчивы.