

ATGĀDINĀJUMS



Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (VUGD) informē: ja izcēlies ugunsgrēks, notikusi avārija, dabas katastrofa, nelaimes gadījums uz ūdens vai cits negadījums –



ZVANIET

112

vai arī:

ugunsdzēsības un glābšanas dienestam – **01**
policijai – **02**
neatliekamajai medicīniskajai palīdzībai – **03**
gāzes avārijas dienestam – **04**

Sniedziet šādas ziņas:

- kas, kur, kad noticis (vieta, adrese);
- kas zvana (vārds, uzvārds, tālruņa numurs).

KATASTROFAS GADĪJUMĀ,

kad apdraudēta cilvēku, vides un īpašuma drošība, VUGD iedarbinās trauksmes un apziņošanas sistēmu un pa radio un televīziju:

- informēs, kas, kur, kad noticis;
- ieteiks vēlamos aizsardzības pasākumus.

UZMANĪBU!

Dzirdot trauksmes sirēnu –



ieslēdziet radio



vai televizoru



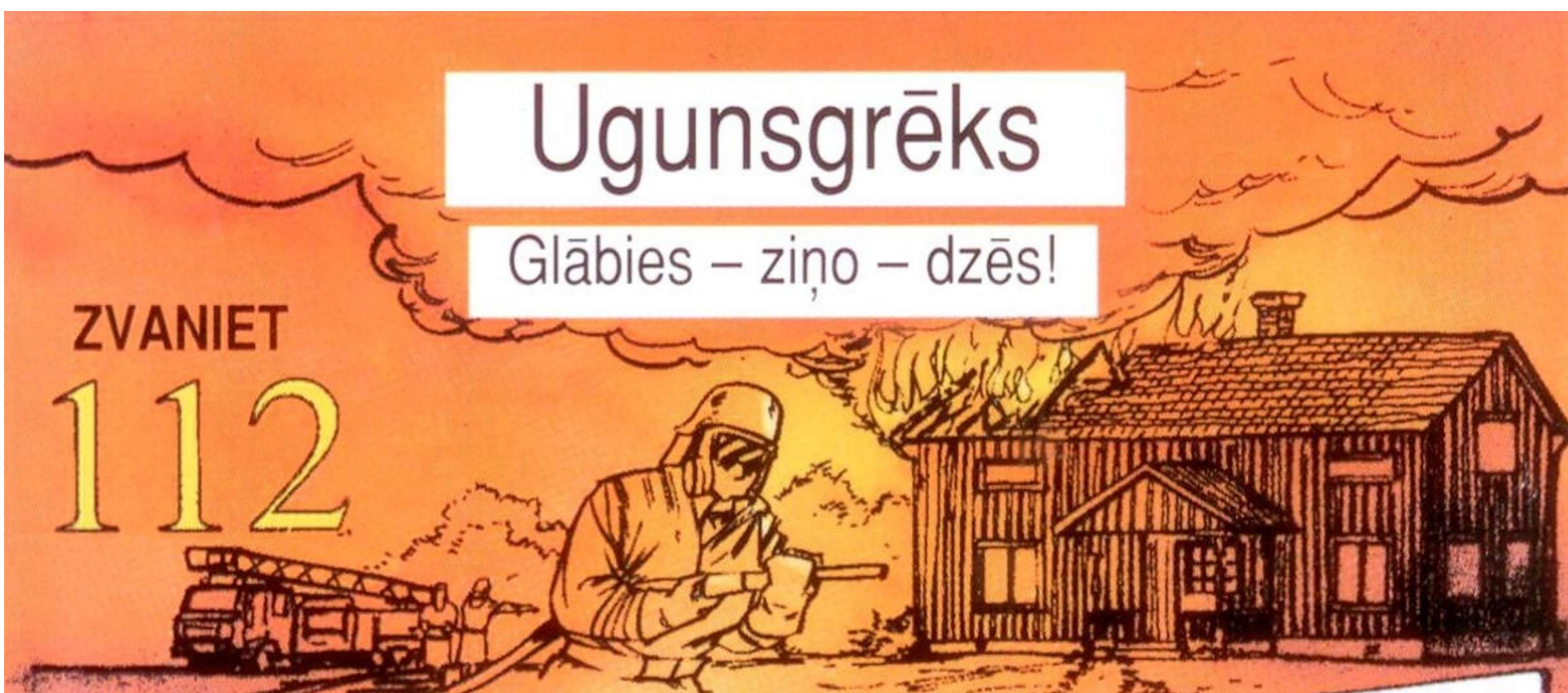
un klausieties informāciju

Ugunsgrēks

Glābies – ziņo – dzēs!

ZVANIET

112



Ugunsgrēka gadījumā evakuējoties neizmantojiet liftu!

Ja dūmi ir kāpņu telpā – palieciet dzīvoklī, aizveriet logus, durvis un signalizējiet par savu atrašanās vietu.



Apdegumi:

- ja jums ir apdegums, nekavējoties meklējiet medicīnisko palīdzību;
- ja apdegums ir neliels, atdzesējiet ar tīru ūdeni un uzlieciet sterilu apsēju.



Apģērba degšana:

- ja uz cilvēka deg apģērbs, apsedziet cietušo ar biezu segu, sākot no galvas;
- ja deg jūsu apģērbs, nogulieties un velieties pa zemi.



Cilvēkiem, kuri saindējušies ar dūmiem, nepieciešams svaigs gaiss.

Ar dūmiem piepildītās telpās turieties tuvāk grīdai!



Nelaiimes gadījums (avārija)

Novērtējiet:

- situāciju negadījuma vietā,
- pastāvošās briesmas,
- kāda palīdzība nepieciešama vispirms.



- 1) zvaniet,
- 2) nepieciešamības gadījumā sniedziet pirmo palīdzību

Elpināšana

Paņēmiens no mutēs mutē



Asiņošana

Ja nav pārsēja (marles), izmantojiet citus pieejamos materiālus.

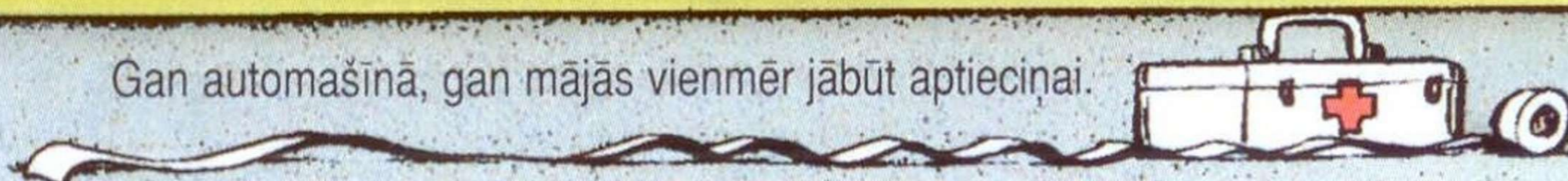


Šoks

Apsedziet cietušo



Gan automašīnā, gan mājās vienmēr jābūt aptiecinai.



Bīstamas ķīmiskas vielas noplūde

Ja esat bīstamas ķīmiskas vielas noplūdes liecinieks vai esat atradis nezināmu vielu, zvaniet ugunsdzēsības un glābšanas dienestam –

tālruni **112** vai **01**

Bīstamība

Vislielākais apdraudējums ir pirmajās 15–30 minūtēs.

Indīgās vielas cilvēka organismā nokļūst caur elpošanas ceļiem un ādu un var izraisīt saindēšanos.

Saindēšanās pazīmes:

- galvassāpes un reibonis,
- organisma vājums,
- elpas trūkums,
- slikta dūša.

Rīcība:

- cietušais jānogādā svaigā gaisā;
- jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība;
- ja nepieciešams, jāveic mākslīgā elpināšana.

Ja esat bijis saskarē ar bīstamu ķīmisku vielu vai tās tvaikiem, bojāto ādas apvidu jāskalo ar tekošu ūdeni. Piesārņoto apģērbu un apavus tūlīt uzmanīgi jānovelk.

Bīstamas ķīmiskas vielas noplūdes gadījumā:

- jāuzturas telpās;
- rūpīgi jāaizver logi, durvis, ventilācijas lūkas un jānoblīvē ar ūdeni samērcētu audumu;
- elpošanas ceļus jāaizsargā, izmantojot gāzmaskas vai vājā citronskābes šķīdumā samērcētus sejas aizsargapsējus;
- jāieslēdz radio un jāklausa informāciju par tālāko rīcību.

33

1203

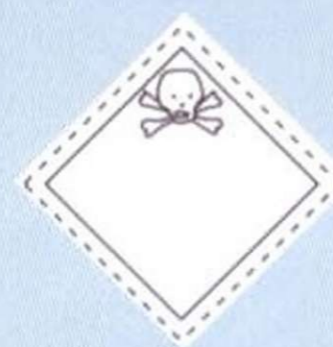
Transportlīdzekļa,
kas pārvadā
bīstamās vielas
pazīšanas zīme



Sprāgstošas
vielas



Uzliesmojoši
šķidrums



Indīgas
(toksiskas) vielas

Radioaktivitāte

Starojumu no radioaktīvajām vielām sauc par radioaktīvo (jonizējošo) starojumu.

Aizsardzība:

- atrasties pēc iespējas tālāk starojuma avota;
- uzturēties telpās;
- neieelpot radioaktīvo vielu daļiņas (putekļus);
- lietot joda tabletes.



Bekerels (Bq) – radioaktivitātes mērvienība.

Ziverts (Sv) – starojuma, kas uzkrājas organismā, mērvienība, kas tiek dota tūkstošdaļās (milizivertos – mSv). Dozas pamatlimits iedzīvotājiem ir 1 mSv gadā (neskaitot dabiskā un medicīnā iegūtā starojuma dozu).

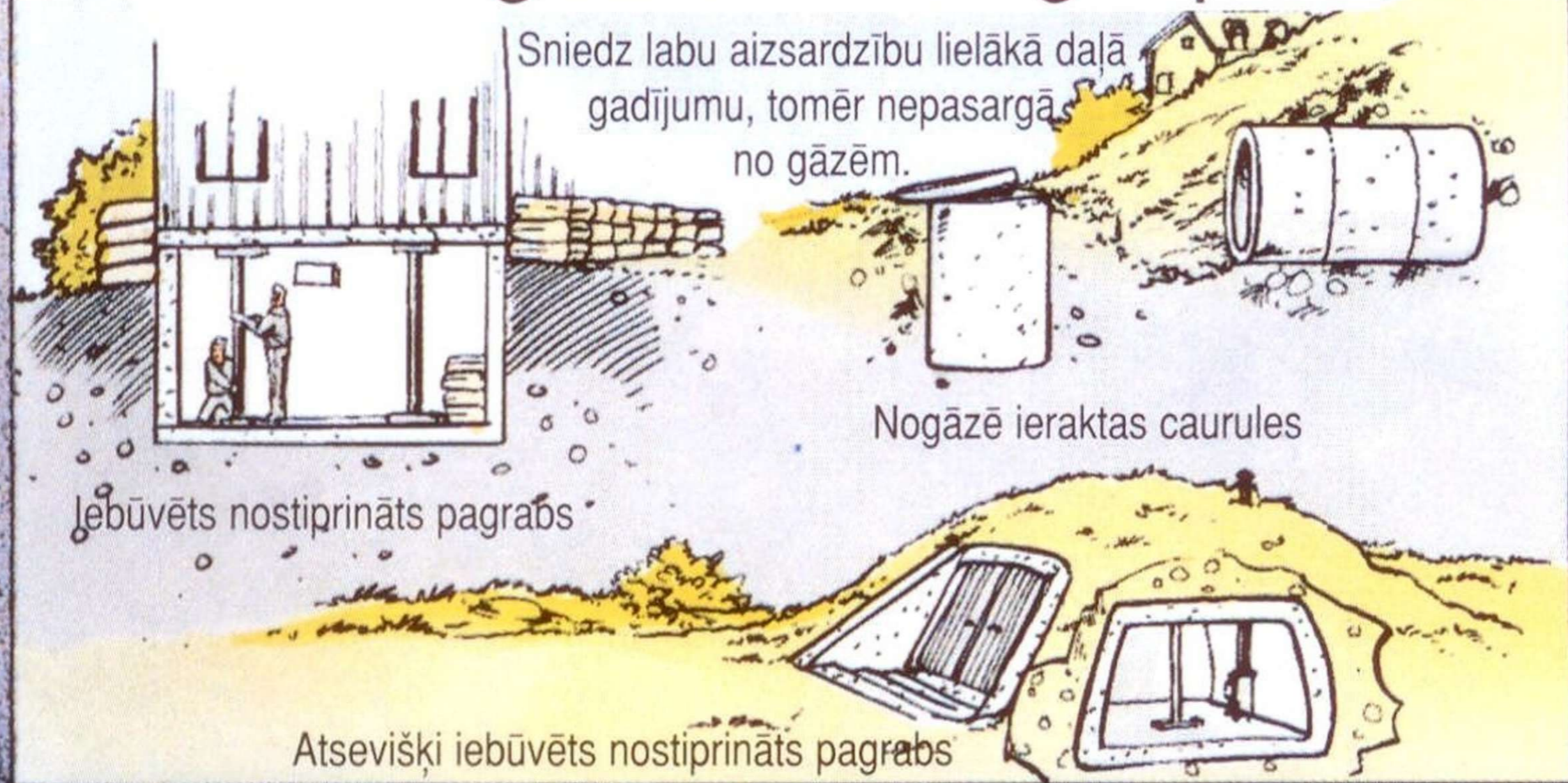
Radioaktīvie putekļi
(piemēram):

- stroncijs,
- cēzijs.



Pielāgotas aizsargtelpas

Sniedz labu aizsardzību lielākā daļā gadījumu, tomēr nepasargā no gāzēm.



Iebūvēts nostiprināts pagrabs

Nogāzē ieraktas caurules

Atsevišķi iebūvēts nostiprināts pagrabs

Rīcība vētras laikā

- sagatavojieties iespējamiem elektropadeves traucējumiem
- aizveriet māju un ēku durvis, bēniņu lūkas, logus
- neuzturieties logu tuvumā,
- nostipriniet vai noņemiet priekšmetus no māju balkoniem
- neatstājiet telpas bez īpašas nepieciešamības

Atrodoties ārpus telpām

- nestāviet paši un nenovietojiet transporta līdzekļus zem kokiem, celtniecības sastatnēm, reklāmas stendiem elektropārvades līnijām un tml.
- netuvojieties sarautiem elektrolīniju vadiem
- klajā laukā atrodiet vietu, kur patverieties, vēlams ieplakā, grāvī vai vismaz nogulieties zemē

Masu pasākumu laikā

- dodieties prom organizētā veidā, neradot paniku
- nelietojiet lietussargus
- izvairieties no uzstādītajām konstrukcijām.

Braucot ar automašīnu

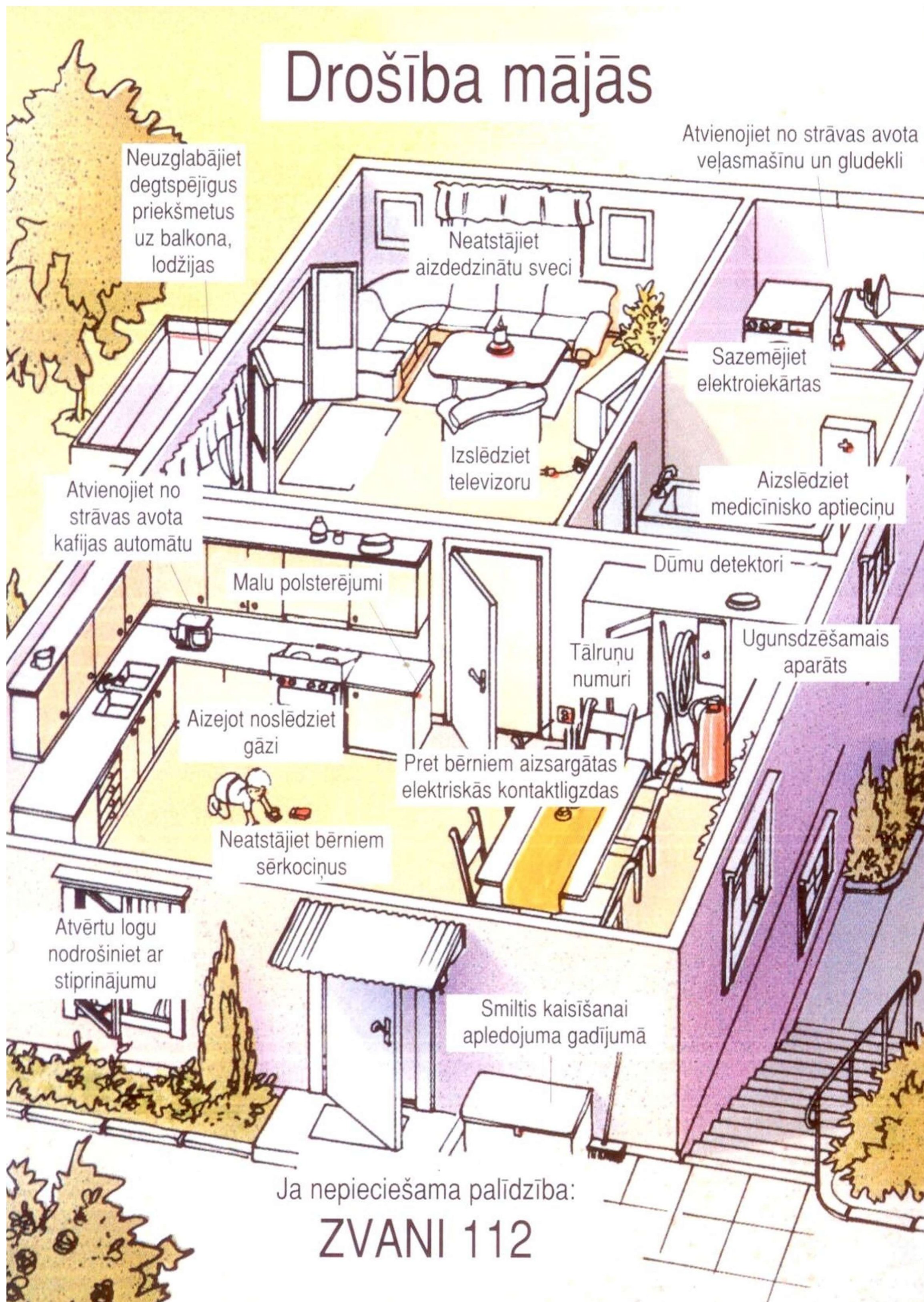
Klajā laukā vai uz lauku ceļa apstājieties, izkāpiet no automašīnas un patverties ieplakā, grāvī vai vismaz nogulieties zemē.

Ja vētras rezultātā ir nogāzušies koki, bojāti vadi vai notikusi avārija vai cits negadījums, zvaniet ugunsdzēsības un glābšanas dienestam

pa tālruņa numuriem **112** vai **01**.

Lai savlaicīgi saņemtu papildus informāciju, atstājiet ieslēgtus televizorus un/vai radiouztvērējus.

Drošība mājās



Mājas gatavība

Ieteicams mājās turēt:



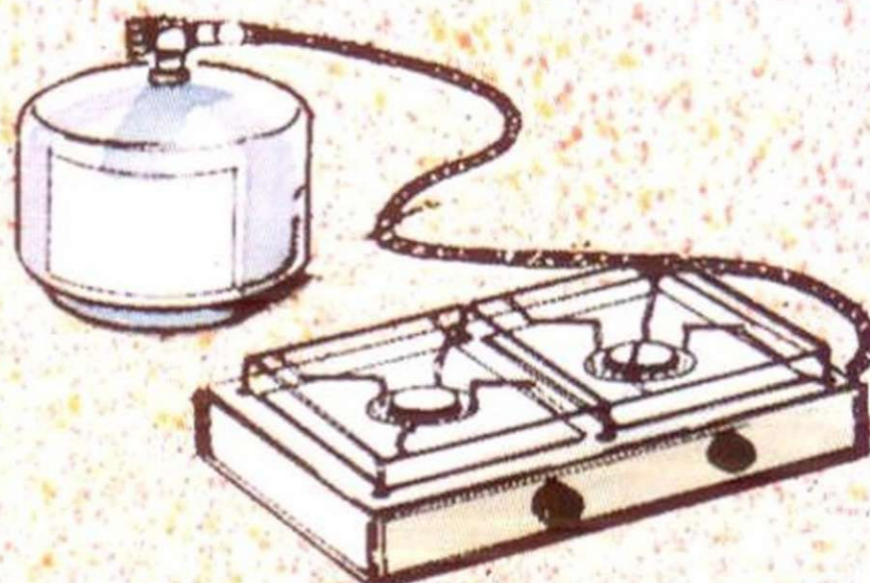
Sildītāju ar autonomu barošanu



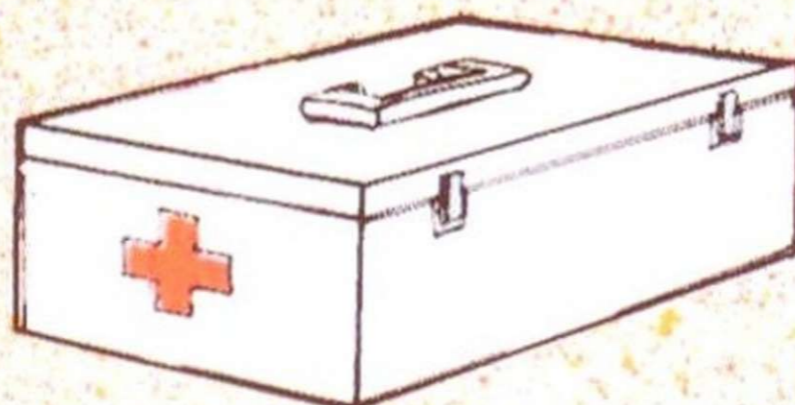
petrolejas lampu



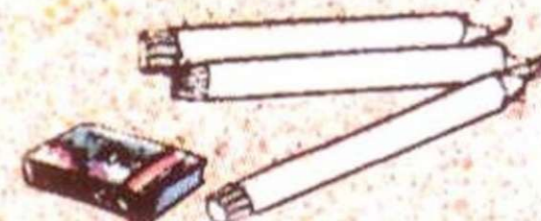
guļammaisu



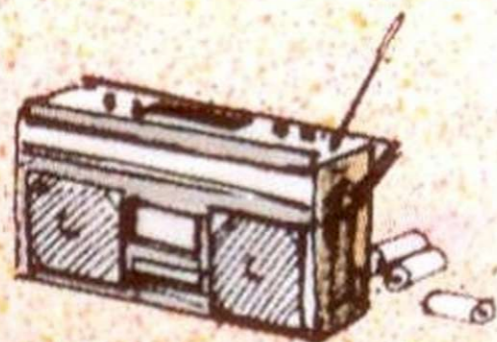
gāzes (spirta) plītiņu



medicīnisko aptieciņu



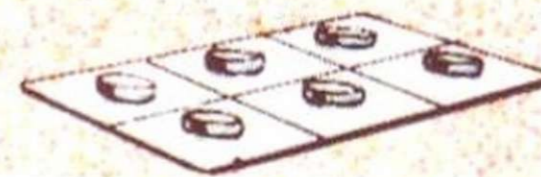
sērkokociņus sveces



radio ar rezerves baterijām



kabatas lukturīti



ūdens atnāšanas tabletes

Pārtikas rezerve:

- maize
- makaroni
- sausais piens
- kafija, tēja
- sviests, siers
- sulas, dzērieni, ūdens
- cukurs
- gaļas konservi
- zupas, biežputras u.c. koncentrāti



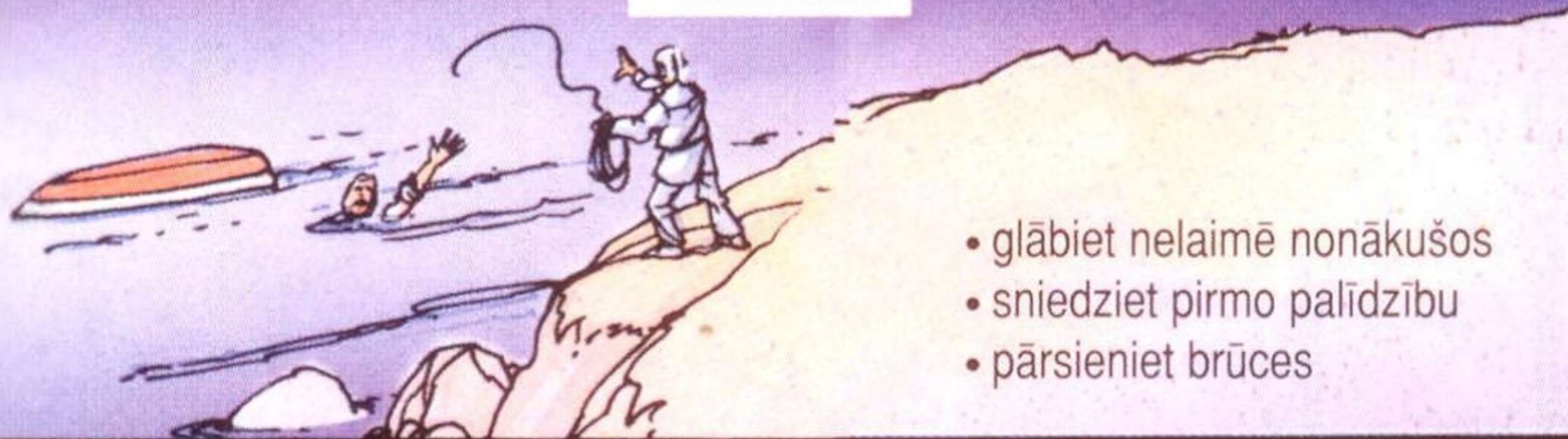
Drošības pasākumi, atrodoties brīvā dabā

- informācija par maršrutu
- karte un kompass
- atbilstošs apģērbs
(vairākkārtu princips)
- pārtikas rezerve
- drošības komplekts (svilpe,
sērkokčiņi, plastmasas plēve, saldumi)
- aptieciņa, mobilais tālrunis

Profilakse



Glābšana



- glābiet nelaimē nonākušos
- sniedziet pirmo palīdzību
- pārsieniet brūces

Izsauciet palīdzību

Ja nepieciešama palīdzība,

zvaniet **112**

Pārbaudiet, vai mobilajam tālrunim ir uztveršanas zona un vai ir uzlādēts akumulators.



Nodrošinieties ar signālraketēm. Meklēšana tiek organizēta no gaisa un zemes.



Dūmi ir tālu saredzami.

Aizsardzība

(pret lietu, sniegu, vēju)



Blīva egļu

Zems aizsegs no vēja

Pasākumi

Siltums



Rīkojieties uzmanīgi ar uguni. Ierīkojiet ugunsgrūdi ar akmeņiem izliktā bedrē. Kārtīgi nodzēsiet. Nepārklājiet.

Ūdens

Dzeriet vismaz 2 l dienā. Ja nepieciešams, attīriet ūdeni.



Aukstums



Uzlieciet cepuri!

25–50% siltuma tiek zaudēts atdziestot galvai. Cepure samazinās ķermeņa atdzišanu

• Apģērbam jābūt sausam!

Slapjš apģērbs ļoti ātri noved pie ķermeņa atdzišanas

- Ģērbiet vairākas apģērbu kārtas, lai starp apģērba kārtām paliek gaisa slānis.



37° normāla t° (36,6°C)

35° drebuli, auksti pirksti, daļējs darba spēju zudums

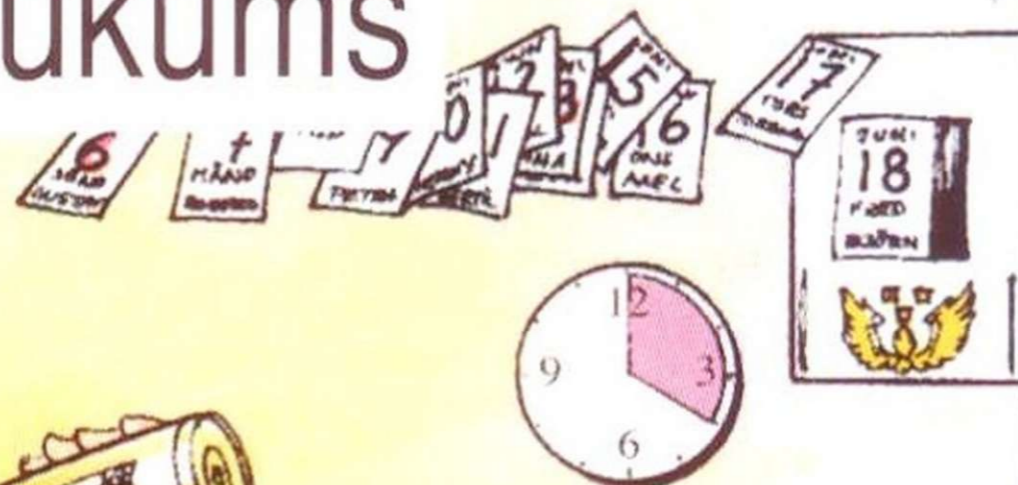
33° spēcīgi drebuli, bezpalīdzība

Nelieli ārēji apsaldējumi, balti plankumi uz ādas:

- sasildiet ar roku,
- neberzējiet.

Ēdiena trūkums

Cilvēks bez ēdiena var izdzīvot 2–3 nedēļas!



Bez ēdiena jau pēc 4 stundām samazinās cukura līmenis organismā.

Tas noved pie:

- sliktākām spriešanas spējām,
- apātijas,
- galvassāpēm,
- pasliktinātas reakcijas,
- salšanas.



- ēdiet ogļhidrātiem bagātu ēdienu;
- svarīga ir enerģētiskā vērtība, nevis saturs;
- jāuzņem vismaz 500 kcal dienā, lai organisms varētu funkcionēt.

Ūdens



Diennaktī cilvēkam nepieciešami vismaz 2 litri ūdens. Nepietiekams ūdens daudzums organismā ir viens no noguruma cēloņiem.

1. diena bez ūdens rada:

- nespēku,
- galvassāpes,
- apetītes trūkumu,
- tumšu urīnu.

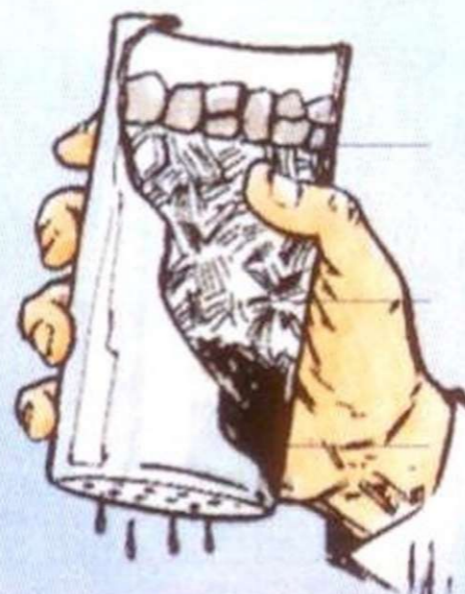


Ja šaubāties par dzeramā ūdens kvalitāti, ūdens attīrīšanai un dezinfekcijai var pielietot:

- vārīšanu (ūdens vārīšanas laiks 5–10 min.);
- sadzīvē lietojamās ūdens attīrīšanas ierīces (dzeramā ūdens filtras);
- sadzīvē paredzētos dzeramā ūdens ķīmiskās attīrīšanas līdzekļus atbilstoši to lietošanas instrukcijai (var izmantot brūču apstrādei paredzēto joda spirtu – 3-5 pilienus uz 1 l ūdens. Lietot pēc 25 minūtēm).



- Ūdens mehāniskai attīrīšanai no dažādiem piemaisījumiem var lietot pašizgatavotus filtras no kokogles, sīki sasmalcinātiem akmentiņiem, kūdras. Filtra caurlaidībai jābūt ne lielākai kā 100 gr minūtē.



mazi akmentiņi

2/3 kūdras

1/3 sasmalcinātu kokogļu

Nedzeriet sāļo jūras ūdeni

Drošības zīmes

(piemēri no Latvijas valsts standarta LVS 446 "Ugunsdrošībai un civilajai aizsardzībai lietojamās drošības zīmes un signālkrašojums")



Nekurināt ugunsgruru



Smēķēšana un atklāta liesma aizliegta



Nedzēst ar ūdeni



Bīstami elektrība



Toksiska viela



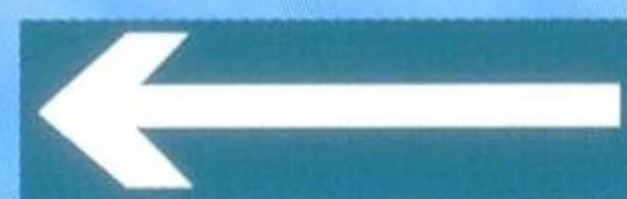
Radioaktīva vai jonizējoša viela



Evakuācijas izejas



Virziens uz evakuācijas izeju

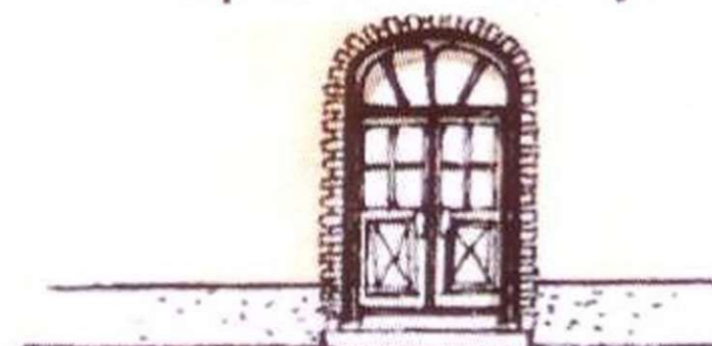


Evakuācijas virziens

Iedzīvotāju evakuācija

Operatīvā komisija

Par evakuāciju un tās kārtību paziņos radio, televīzija, prese un operatīvie dienesti.

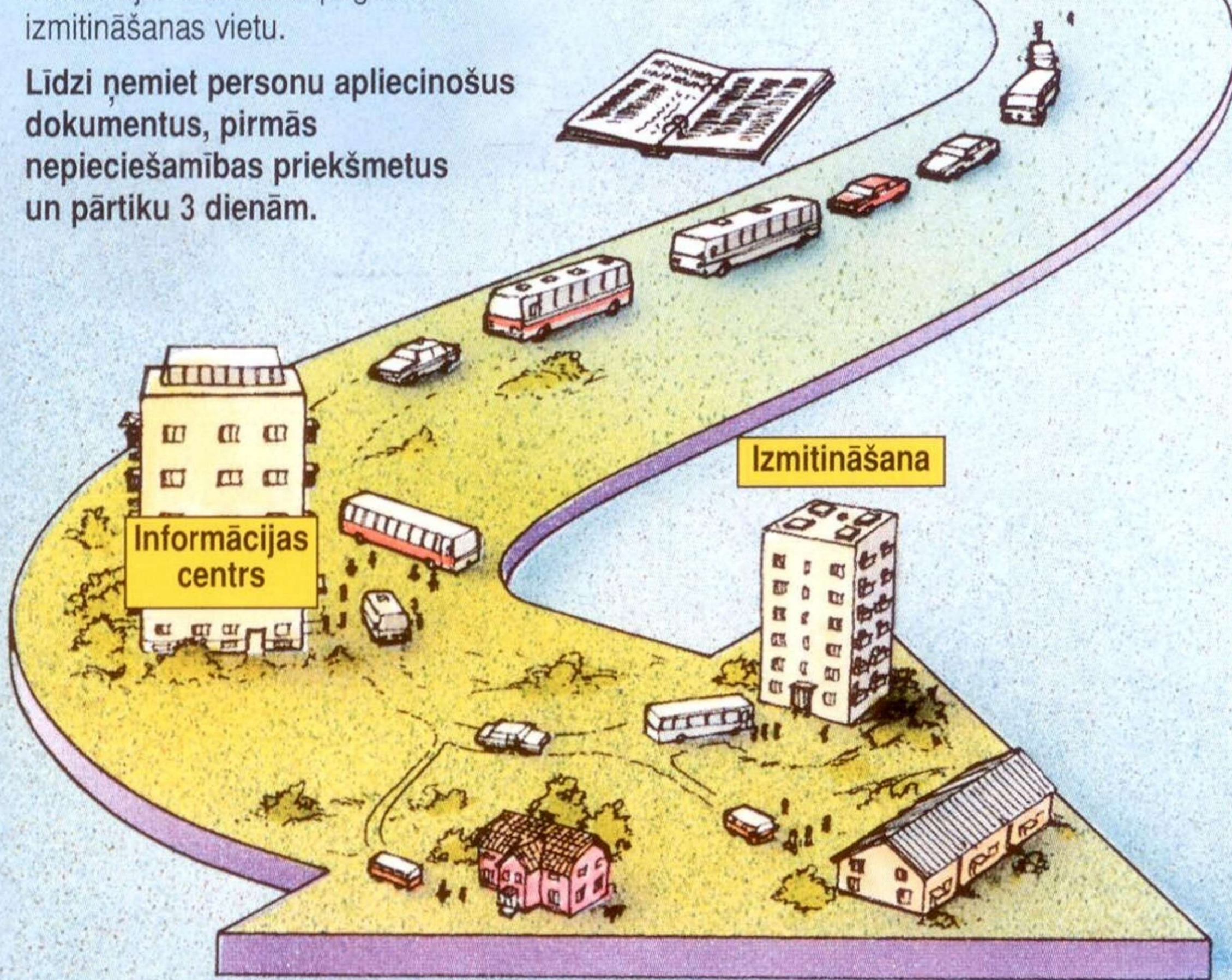


Saskaņā ar sniegto informāciju ierodieties norādītajos evakuācijas punktos un ar paredzēto vai personisko transportu dodieties norādītajā virzienā uz pagaidu izmitināšanas vietu.

Līdzī ņemiet personu apliecinošus dokumentus, pirmās nepieciešamības priekšmetus un pārtiku 3 dienām.



Evakuācijas punkts



Informācijas centrs

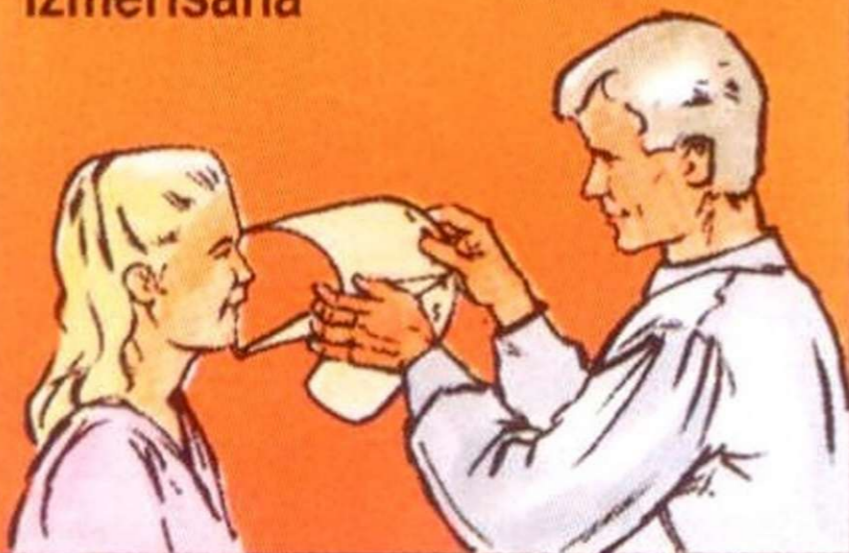
Izmitināšana

Elpošanas ceļu aizsardzība

Informācija par saņemšanu un pielietošanu



Izmērīšana

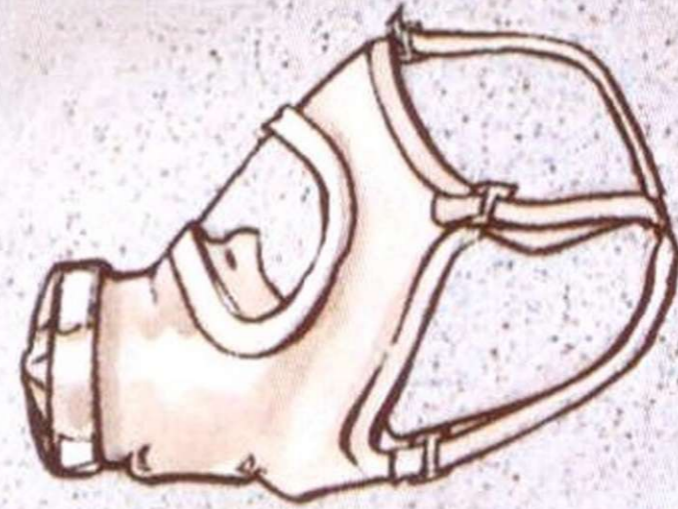


Izdališana/pielaikošana



Gāzmasku izmēri:

Pieaugušo gāzmaskas no 1 līdz 5 izmēram.



Bērnu gāzmaskas

- 2 – 7 gadi
- 7 – 18 gadi



Zidaiņu kameras

0 – 2 gadi



Gāzmaskas tiek lietotas, pārvietojoties uz/no patvertnes, vai arī pielāgotā-saizsargtelpās.

Aizsargā pret ķīmiskām kaujas vielām līdz 6 stundām. **UZMANĪBU!** Pret rūpniecībā izmantotajām ķīmiskām vielām 20 – 60 min.



Izdevis VUGD sadarbībā
ar Zviedrijas Civilās aizsardzības asociāciju



Civilförsvarsförbundet