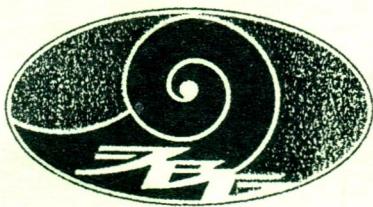


Центр Экологического Выживания и Безопасности
Центр Медицины катастроф и неотложных состояний



*Предотвращение,
Спасение,
Помощь*

Чеурин Г.С.
Попов В.П.
Трушников Ю.В.

**Весеннее половодье.
Как спасти себя,
своих близких и свой дом.**

Екатеринбург - 1999

Содержание

Уважаемые Уральцы!	1
КАК ОТНОСИТЬСЯ К НАВОДНЕНИЮ	2
Подготовка дома и подворья	2
Подготовка к работе в ледяной воде	3
Причины и механизм переохлаждения	4
Холодовой шок	5
Ледяной шок	6
Алкоголь и согревание	8
Рекомендации при плавании в холодной воде	9
Выживание при попадании в холодную воду и быстром извлечении. Методы согревания	9
Первая помощь при травмах, обморожениях и ожогах в случае отсутствия медикаментов	11
Оказание первой медицинской помощи	13
Особенности оказания реанимационной помощи при утоплении	14
Переохлаждение	15
Травмы	16
Кровотечение	16
Ваш первый в жизни костер	17
Совершенствование повседневной одесды	17
Какой же минимум вещей необходимо "захватить с собой"	19
Приемы выживания в условиях леса и тайги	19
Сигналы бедствия, подаваемые флагом, зеркалом, костром	20
Простейшее, заранее подготовленное укрытие	21
Укрытие без топора и пилы	24
Долговременный костер	27
Несколько "маленьких хитростей" для кострового:	29
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	30
Литература	31
Содержание	32

Чеурин Г.С., Попов В.П., Трушников Ю.В.

"Весеннее половодье. Как спасти себя, своих близких и свой дом."

Центр ЭВБ, ЦМКиНС г. Екатеринбург,

объем 2.0 п.л. формат: Тираж: 500 экз. Верстка: 29.03.99г.

Представлено: 31.03.99 Подписано в печать: 11.05.99г.