БЮЛЛЕТЕНЬ

ОРГАНОВ МЕСТНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

ПАЛЕЦКОГО СЕЛЬСОВЕТА

№ 02 от 21.01.2021

с.Палецкое

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Главный редактор:

Калач Владимир Иванович –Глава Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области

Члены редакционного совета:

Вермиенко Алефтина Витальевна –специалист 1 разряда Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области ,

Пиструга Ольга Робертовна –специалист 1 разряда Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области ,

Гордусенко Наталья Сергеевна –депутат Совета депутатов Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области

Учредитель газеты Администрации Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области

Адрес редакции и издателя : Октябрьская улица,№ 27, Палецкое село, Баганского района, Новосибирской области 632776

телефон 8(383)53-45-115 факс 8(383)53-45-308 E-mail: pal\_amo@mail.ru

 Главный редактор -Калач Владимир Иванович

 Тираж 10 экземпляров. Бесплатно

СОДЕРЖАНИЕ

|  |
| --- |
| Нормативно правовые акты Палецкого сельсовета Баганского района Новосибирской области |
| 1 | **РАЗНОЕ** | 4 |

РАЗНОЕ

## Меры безопасности в зимней рыболовной палатке

 Каждый год эта печальная статистика пополняется новыми случаями. Вина – личная безалаберность. Нельзя находится в дешевой не дышащей палатке с печкой или газовой горелкой с закрытой дверью. Всегда важно продумывать отвод продуктов горения печки наружу через дымоход при ночевке в палатке. Даже от свечек в наглухо закрытой дешевой китайской палатке через некоторое время начинает болеть голова – первый признак недостатка кислорода и отравления угарным или углекислым газом. Основные правила поведения на льду зимой не касаются этого вопроса, а зря. Случаи смерти повторяются среди рыболовов-ночников из года в год. Человек просто засыпает и не просыпается. Если у вас возникли подозрения насчет безопасности в соседней палатке – лучше загляните. Вдруг это спасет кому-то жизнь.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение Центра ГИМС ГУ МЧС России по Новосибирской области

 **Признаки переохлаждения и их степени**

**Первая (**при температуре тела 34-35°С) - сильная дрожь, очень холодная кожа, дезориентация, беспокойное состояние, возможна потеря памяти, увеличение частоты пульса и дыхания; **Вторая** (при температуре тела 30-33°С) - предкоматозное состояние, стадия забытья и паралича; **Третья** (при температуре тела ниже 30°С) - частота дыхания 2-3 раза в минуту, граница смерти, которая наступает обычно при температуре ниже 25°С. Основными признаками переохлаждения, являются: озноб, дрожь, нарушение сознания, бред, галлюцинации, неадекватное поведение, посинение или побледнение губ, снижение температуры тела. Первая медицинская помощь людям, извлечённым из воды, должна быть направлена на быстрейшее восстановление температуры тела, активное согревание всеми имеющимися средствами. Для этого необходимо:- как можно скорее поместить пострадавшего в автомобиль или в помещение, тем самым защитив его от ветра и прекратив воздействие на него низкой температуры окружающей среды; - снять с пострадавшего мокрую одежду и обувь; - протереть тело полотенцем или мягкой губкой; - укрыть теплым одеялом (пледом), теплоизолирующим средством. При наличии «Спасательного покрывала» накинуть простыню, а затем завернуть в него пострадавшего серебряной стороной к телу, что уменьшает опасность переохлаждения; - если человек в сознании, его следует напоить горячим чаем.

**Оказав первую помощь, необходимо как можно быстрее доставить пострадавшего в медицинское учреждение или передать бригаде скорой помощи.**

**Надо знать!**

При оказании помощи человеку, длительное время находившемуся в холодной воде (в состоянии гипотермии), ни в коем случае нельзя давать ему алкогольные напитки. Алкоголь не только окажет угнетающее действие на его центральную нервную систему, но, кроме того, расслабляя спазмированные холодом сосуды конечностей, усилит поступление холодной крови к сердцу. Алкоголь в таком случае провоцирует резкое неуправляемое снижение внутренней температуры тела. А это может привести к летальному исходу. Растирание спиртом или водкой конечностей или отдельных участков тела также малоэффективно и нередко приводит к травме. Что делать, если вы извлекли тело из холодной воды без признаков жизни? Прежде всего, надо попытаться вернуть пострадавшего к жизни, даже в том случае, если он находился под водой в течение относительно длительного времени. Интенсивное искусственное дыхание и непрямой массаж сердца давали удивительный результат даже через 10-15 минут и более после того, как человек утонул в холодной воде.

**Каждый несчастный случай уникален и требует умения от того, кто пришёл на помощь пострадавшему.**

Поэтому всем следует знать основные принципы оказания первой помощи пострадавшим на льду

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение Центра ГИМС ГУ МЧС России по НСО

# Осторожно! Обморожение

***Синее небо, яркое солнце, прохожие бегут, прикрывая варежкой лица… Сегодня столбик термометра «упал» ниже привычной отметки. А это значит, что нужно одеваться теплее, быстрее двигаться, быть собраннее и внимательнее. Как ни крути – с морозом шутки плохи.***

***Что такое обморожение***

Это повреждение тканей организма в результате воздействия холода. Чаще всего такие травмы случаются зимой, при температурах от –20° С и ниже. Но обморозиться можно и в «плюс», если долго находиться на сильном ветру при высокой влажности.

Основных причин обморожения две:

– Непосредственное воздействие холода на ткани, вызывающее гибель клеток. Это бывает очень редко, при температурах ниже –30° С.

– Спазм периферических кровеносных сосудов. Это основная причина. Чтобы поддерживать постоянную температуру нашего тела, периферические сосуды под действием холода рефлекторно сужаются. Длительное нахождение в таком состоянии сказывается на кровоснабжении внешних участков – оно замедляется, а сами эти зоны переохлаждаются.

***Факторы риска***

**1)** **Алкоголь.** Статистика неумолима: большинство тяжелых обморожений случается в состоянии алкогольного опьянения. Расширившиеся сосуды дают ощущение жара, хотя на деле происходят большие потери тепла. Сознание затуманено – человек не чувствует опасности. А сколько случаев засыпания на морозе!

**2) Не подобающая одежда.** Пышная грива непокрытых волос, ажурный чулок и умопомрачительная шпилька… Страшно представить, что станет с этой феей на сибирском морозе! Хорошо, если невдалеке ее поджидает принц в теплом, надежном авто! А если нужно дождаться автобуса?

**3) Общее ослабление организма** . К сожалению, его не избежать при травмах, заболеваниях, беременности и др.

**4) Плохое питание.** Некоторые из нас мечтают быстро похудеть к праздникам и садятся на полуголодную или монодиету. Эффективность этой меры вызывает сомнение (организм не обманешь!), а вот вред здоровью можно нанести большой, особенно в холода.

***Классификация***

**Обморожение 1-й степени** наступает при кратковременном воздействии холода. Признаки: покраснение, затем побледнение травмированного участка, потеря чувствительности, появление покалывания или пощипывания. После отогревания пораженный участок кожи краснеет и припухает, появляются боль и жжение. Омертвения кожи не происходит. Как правило, через 2–­3 суток (максимум через неделю) отмершие клетки эпидермиса слущиваются, и кожа принимает здоровый вид.

**Обморожение 2-й степени** развивается при более длительном холодовом воздействии. Признаки: более выраженное, но еще обратимое расстройство кровообращения, частичное омертвение (некроз) кожи. Пораженный участок выражено бледен, при отогревании приобретает багровую окраску, отечность распространяется дальше. Главный признак обморожения 2 степени – появление пузырей, наполненных светлой жидкостью. Полное восстановление тканей происходит через 1–2 недели.

**Обморожение 3-й степени** наступает при длительном воздействии холода или очень низких температурах. Признаки этой степени выражены после отогревания: багровая с синим оттенком (иногда чёрная) кожа, пузыри, заполненные жидкостью темно-бурого цвета. В первые дни на пораженном участке наблюдается полная потеря чувствительности, затем появляются сильные боли. Обморожение 3 степени характеризуется полным омертвением кожи и других мягких тканей. Отторжение отмерших участков заканчивается на 2–3 неделе, после чего начинается рубцевание (образование грануляций, рубцовой ткани), которое продолжается до 1 месяца.

**Обморожение 4-й степени** – самое тяжелое. Признаки: повреждённый участок синюшного цвета, отёк развивается сразу после согревания и быстро увеличивается, пузыри не образуются, температура кожи значительно ниже, чем в окружающих тканях. Происходит омертвение всех слоев мягких тканей, иногда затрагиваются кости и суставы.

***Принципы первой помощи***

**1) Доставляем пострадавшего в теплое помещение** , снимаем влажную, промерзшую одежду.

**2) Обеспечиваем постепенное отогревание.** Помните: только медленное, плавное повышение температуры пострадавшего участка способствует восстановлению сосудов и кровообращения. Отогревание должно идти снаружи и изнутри. Снаружи пораженные участки закрывают мягкой повязкой, а при подозрении на 2 и более степень обморожения фиксируют подручными средствами. Делается это, чтобы сохранить целостность сосудов, которые становятся очень хрупкими. Лучший способ согреть пострадавшего изнутри – горячее питье.

**3) Вызываем врача.** Как можно скорее обратитесь за медицинской помощью:

* при подозрении на 2–4 степень обморожения;
* если пострадавший – ребенок или пожилой человек;
* поражены значительные области (более ладони);
* при малейшем ухудшении общего состояния пострадавшего.

**4) Местные растирания и массаж применяются при обморожении 1 степени** . Однако в более тяжелых случаях эти меры противопоказаны: они могут дополнительно травмировать пораженную область и ухудшить течение обморожения.

**5) Категорически нельзя:**

* Растирать обмороженные участки снегом. Во-первых, это дополнительно охладит их, ведь снег образуется при температуре ниже нуля. Во-вторых, снег – это кристаллы, которые легко травмируют ткани пораженного участка и сосуды в нем. К тому же в образовавшиеся микротрещины может попасть инфекция.
* Пытаться резко согреть пораженные области (грелкой, горячей водой и др.). Что будет, если в холодный стакан налить кипяток? Правильно, лопнет. То же происходит и с сосудами в месте обморожения. Они становятся хрупкими, как стекло, и при резком перепаде температур разрушаются. А гибель сосудов – это гибель снабжаемого им участка ткани.

***Правила безопасности***

**Меньше вредностей.** Будьте осторожны и внимательны в стужу: не злоупотребляйте крепким спиртным, по возможности откажитесь от курения. Кстати, пить много кофе тоже не стоит: кофеин сужает сосуды и замедляет кровообращение в конечностях.

**Удобная, теплая одежда и обувь.** Милые дамы! Пожалуйста, одевайтесь теплее! Лучшая верхняя одежда – теплая, легкая, не сковывающая движений, не промокающая, но выводящая наружу влагу. В сильный мороз одеться лучше в несколько слоев – прослойки воздуха между ними отлично удержат тепло. Замените перчатки варежками, запаситесь плотными шерстяными носками (например, из собачьей шерсти). Лицо прикройте мягким, не раздражающим кожу шарфом и дышите сквозь шарф.

Обувь заслуживает особого внимания. Она должна быть теплой, с толстой, удобной подошвой, а главное – достаточно свободной: ногу в шерстяном носке не должно сдавливать. В сильный мороз от шпилек лучше отказаться. Стопа на высоком каблуке находится в противоестественном положении, что затрудняет кровообращение в ней и увеличивает риск переохлаждения.

**Правильная еда.** В лютую стужу наш организм требует дополнительных калорий «на согрев». Откладываем диеты до лучших времен и… повышаем физическую активность!

**Грамотно подобранная косметика.** При выходе на трескучий мороз избегайте кремов на водной основе – они охлаждают кожу. Обязательно защитите лицо. Для этой цели подойдут любые [**Рициниолы**](https://altermed.com.ua/catalog_total26.html), кроме [**«-Н»**](https://altermed.com.ua/catalog_total_1182.html)**,** [**«-К»**](https://altermed.com.ua/catalog_total_1178.html) **и** [**«-О»**](https://altermed.com.ua/catalog_total_1179.html)**.**

Последуем этим простым правилам – и пусть морозец нас молодит, а зима будет в радость и на потеху.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение Центра ГИМС ГУ МЧС России по НСО

**СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСТНОСТИ НА ЛЬДУ.**

Для безопасного пребывания на льду, кроме знаний правил поведения, нужны также хладнокровие, выдержка, а главное — осторожность. Именно осторожность — гарантия того, что подледная рыбалка не будет омрачена. Однако рыболова-зимника подстерегает не только непрочный лед. Опасен и прочный, но очень скользкий лед. При падении случаются тяжелые **ушибы** различных частей тела, **растяжения** суставных связок, а иногда и **сотрясение мозга**. Конечно, лучше бы не падать. Более или менее сносно держаться на ногах позволяет, например, «скользящий шаг», когда ноги не отрываются ото льда, а скользят по нему, наподобие скольжению на лыжах. Но порой это не помогает, и тогда...
...Тогда последствием может быть **ушиб,** то есть «повреждение мягких тканей без нарушения целостности кожных покровов».

 Ушиб сопровождается болью и внутренним кровоизлиянием. При легком ушибе под кожей появляется темно-багровое пятно. При повреждении более глубоких тканей и разрыве более крупных кровеносных сосудов, излишняя кровь скапливается и образует кровяную опухоль — **гематому**. В течение первых часов после ушиба рекомендуется к месту повреждения прикладывать холод— смоченное в холодной воде полотенце, кусочки снега или льда. Тепловые ванны можно применять лишь через 2—3 дня.
Точно такую же первую помощь надо оказывать пострадавшему и при **растяжении связок**. Оно возникает «при резком повороте в суставе, превышающем нормальный объем движений». Сопровождается растяжение болью и припухлостью сустава. Если поврежден сустав на руке, ее нужно подвязать ремнем или подходящей материей. При растяжении связок на ноге пострадавшего следует на санках или волокуше доставить в ближайший населенный пункт и дать ему покой, уложив больную ногу так, чтобы она была приподнята.
При ушибе головы иногда бывает **сотрясение мозга**, т. е. нарушение циркуляции крови в мозговых сосудах. В легких случаях оно сопровождается кратковременной потерей сознания, головокружением, шумом в ушах, мельканием «мушек» в глазах. В тяжелых случаях происходит длительная потеря сознания, тело становится неподвижным, мускулатура расслабляется, пульс замедляется до 50—60 ударов в минуту, возможны рвота и непроизвольные выделения мочи и кала. Без сознания человек может находиться несколько часов, а то и дней. В качестве первой помощи рекомендуется пострадавшего уложить в постель и прикладывать холод на голову. Даже легкие формы сотрясения мозга требуют постельного режима в течение 15—20 дней. Пострадавший в это время должен быть под наблюдением врача.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение Центра ГИМС ГУ МЧС России по НСО