

**ОПЕРАТИВНЫЙ ЕЖЕДНЕВНЫЙ ПРОГНОЗ
возникновения и развития чрезвычайных ситуаций
на территории ХМАО-Югры
на 19 августа 2020 г.**

(подготовлен на основе информации Ханты-Мансийского ЦГМС - филиала ФГБУ "Обь-Иртышское УГМС", Управления Роспотребнадзора по ХМАО-Югре, Управления надзорной деятельности, КУ ХМАО-Югры "ЦОВ", ГУ МЧС России по ХМАО-Югре, Филиала Севера Сибири ФГБУ "Авиаметтелеком Росгидромета", статистических данных)

**Прогноз возможных чрезвычайных ситуаций и происшествий
на 19 августа 2020 года**

2.1. Природные ЧС:

Возникновение ЧС природного характера на предстоящие сутки не прогнозируется.

2.1.1. Метеорологическая обстановка:

ОЯ – не прогнозируются.

НЯ – не прогнозируются.

По ХМАО-Югре: Облачно с прояснениями. В большинстве районов дождь от небольшого до умеренного, днем местами сильный дождь. Ветер юго-восточный 6-11 м/с. Температура ночью +10,+15 °С, днем +16,+21 °С.

По г. Ханты-Мансийску: Облачно с прояснениями. Дождь. Ветер юго-восточный 6-11 м/с. Температура ночью +11,+13 °С, днем +17,+19 °С.

2.1.2. Гидрологическая обстановка:

Прогнозируются падение уровней воды на всех реках округа, в интервалах сезонных значений. Подтоплений населенных пунктов, объектов экономики и автодорог имеющих стратегическое значение на территории округа, **не прогнозируется.**

2.1.3. Происшествия на водных объектах:

Прогнозируется возникновение несчастных случаев по факту нарушения техники безопасности при нахождении на водных объектах в Ханты-Мансийском, Кондинском, Сургутском, Нефтеюганском и Нижневартовском районах.

2.1.4. Прогноз лесопожарной обстановки:

Исходя из данных информационной системы дистанционного мониторинга лесных пожаров «Рослесхоз» (ИСДМ – Рослесхоз) на территории автономного округа - Югры по условиям погоды, прогнозируется:

Первый класс: МР Октябрьский, ГО Нягань, ГО Урай, ГО Пыть-Ях, ГО Нефтеюганск, МР Нижневартовский, ГО Радужный, ГО Мегион, ГО Нижневартовск, ГО Покачи, ГО Лангепас, МР Сургутский, ГО Сургут, ГО Когалым, МР Советский, ГО Югорск, МР Кондинский, МР Нефтеюганский, МР Ханты-Мансийский, ГО Ханты-Мансийск, МР Белоярский, МР Березовский.

Прогнозируемые классы пожарной опасности по МО (www.pushkino.aviales.ru):

Ханты-Мансийский АО	КЛАСС ПОЖАРНОЙ ОПАСНОСТИ ПО УСЛОВИЯМ ПОГОДЫ				
	I	II	III	IV	V
Муниципальные образования (22)	22	0	0	0	0

В соответствии с прогнозируемыми классами пожарной опасности и метеоусловиями, прогнозируется возникновение 1-2 очагов природных пожаров.

Возникновение пожаров в поймах рек не прогнозируется.

2.1.5 Прогноз сейсмической обстановки:

Вероятность регистрации сейсмособытий на территории автономного округа - Югры маловероятна.

2.1.6 Прогноз экологической и радиационной обстановки:

Радиационная и химическая обстановка на территории округа прогнозируется не выше фоновых значений. Гамма фон ожидается в пределах 10-12 мкР/час. Превышения фоновых показателей радиационной обстановки не прогнозируется.

2.1.7 Прогноз геомагнитной обстановки:

Геомагнитная обстановка спокойная. Вероятность магнитной бури маловероятна, магнитосфера спокойная. (Источник: Лаборатория рентгеновской астрономии Солнца ФИАН, сайт– <http://www.tesis.lebedev.ru/>)

2.2. Техногенные ЧС:

Возникновение ЧС техногенного характера: на предстоящие сутки не прогнозируется.

(Согласно статистических данных на предстоящие сутки текущего года на территории автономного округа - Югры риск возникновения ЧС техногенного характера маловероятен).

2.2.1. Прогноз аварий на транспорте:

Дорожно-транспортные происшествия:

Чрезвычайные ситуации, обусловленные дорожно-транспортными происшествиями, с гибелью 5-ти и более человек, не прогнозируются.

Проведенный анализ многолетних показателей и текущая оперативная обстановка позволяет сделать вывод о том, что в ближайшие сутки вероятно ($P=0,6$) возникновение до 7 ДТП (среднегодовое 5 случаев). Возникновение ДТП прогнозируются в следующих городах и районах округа: МР Сургутский, МР Нижневартовский, МР Нефтеюганский, ГО Сургут, ГО Нижневартовск, ГО Ханты-Мансийск, общее количество: 3 МР, 3 ГО.

Районы	Кол-во ДТП	Вероятность (Р)	Городские округа	Кол-во ДТП	Вероятность (Р)
Сургутский	1	0,5	Сургут	2	0,7
Нижневартовский	1	0,5	Нижневартовск	1	0,8
Нефтеюганский	1	0,4	Ханты-Мансийск	1	0,4

ДТП в районах прогнозируются на опасных участках федеральных и территориальных дорог:

Федеральные автодороги:

- 819-820 км ФАД Тюмень – Ханты-Мансийск (Нефтеюганский район);
- 808-809 км ФАД Тюмень – Ханты-Мансийск (Нефтеюганский район);
- 9-10 км ФАД «Подъезд к г. Сургут» (Нефтеюганский район).

Территориальные автодороги:

- Сургут – Нижневартовск 144 км (Нижневартовский район);
- Сургут – Нижневартовск 196-197 км (Нижневартовский район);
- Сургут – Нижневартовск 213 км (г. Нижневартовск);
- Нижневартовск – Излучинск 1-2 км (г. Нижневартовск);
- Нижневартовск – Радужный 10 км (г. Нижневартовск);
- Сургут – Нижневартовск 19 км (Сургутский район);

Общее количество: 9 опасных участков дорог в 3 районах округа.

Основные факторы и причины увеличения ДТП: нарушение правил маневрирования, нарушение правил проезда пешеходных переходов, несоблюдение скоростного режима, безопасной дистанции, требований дорожных знаков, выезд на полосу встречного движения, техническое состояние транспортных средств и неблагоприятные метеорологические явления.

Аварии на железнодорожном, речном и авиационном транспорте: Возникновение ЧС, обусловленных авариями на авиационном, железнодорожном и речном транспорте, маловероятно.

Аварии на трубопроводном транспорте: Возникновение чрезвычайных ситуаций, обусловленных авариями на магистральных нефте-, газопроводах, маловероятно.

2.2.2. Пожары в жилом секторе Проведенный анализ многолетних показателей и текущая оперативная обстановка позволяет сделать вывод о том, что в ближайшие сутки вероятно ($P=0,5$) возникновение 6 пожаров (среднемноголетнее 6 случаев). Возникновение пожаров прогнозируются в следующих городах и районах округа: МР Сургутский, МР Нижневартовский, ГО Сургут, ГО Нижневартовск, ГО Нефтеюганск, общее количество: 2 МР, 3 ГО.

Районы	Кол-во пожаров/день	Вероятность (P)	Городские округа	Кол-во пожаров/день	Вероятность (P)
Сургутский	1	0,6	Сургут	2	0,6
Нижневартовский	1	0,4	Нижневартовск	1	0,5
			Нефтеюганск	1	0,4

2.2.3. Происшествия на коммунальных системах и системах энергоснабжения:

Предпосылок к возникновению аварийных ситуаций на системах электроснабжения нет, ввиду отсутствия внешних условий, создающих риски нормальному функционированию объектов электроэнергетики (по данным ситуационно-аналитического центра Минэнерго России»).

Причинами возникновения аварийных ситуаций на объектах ЖКХ могут выступить: воздействие метеорологических условий, высокая степень износа основных фондов жизнеобеспечения, неквалифицированные действия обслуживающего персонала, отказ оборудования.

2.2.4 Аварии на потенциально-опасных объектах:

Возникновение чрезвычайных ситуаций, обусловленных авариями на потенциально-опасных объектах, маловероятно.

2.2.5. Происшествия на туристских маршрутах: не прогнозируются.

2.3. Биолого-социальные ЧС:

Риск возникновения биолого-социальных ЧС отсутствует.

2.3.1. Санитарно-эпидемиологическая обстановка:

Сохранится вероятность заболеваний острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ).

В связи с выявленными случаями заболевания коронавирусной инфекцией COVID-19 на территории округа существует риск дальнейшего распространения инфекции среди населения, связанный с поздним выявлением больных, их контактов, несвоевременным проведением противоэпидемических мероприятий, не соблюдением профилактики и рекомендаций Роспотребнадзора и Минздрава, а также нарушением правил самоизоляции.

Существует риск заболевания населения острыми кишечными инфекциями: ротавирусной и сальмонеллезом, пищевыми токсикоинфекциями, дизентерией, связанных с нарушениями технологий приготовления и хранения пищевых блюд в системе общепита.

Существует риск единичных случаев обращений граждан в медицинские учреждения по укусу клещей.

2.3.2. Эпизоотическая обстановка:

Угрозы возникновения массовых инфекционных заболеваний среди животных и птиц, не прогнозируется. Возможно появление единичных случаев новых спорадических заболеваний бешенством среди диких, домашних и сельскохозяйственных животных.

III. Рекомендуемые мероприятия по снижению риска возникновения ЧС:

С целью снижения риска и смягчения последствий возможных чрезвычайных ситуаций рекомендуется проведение следующих превентивных мероприятий:

Руководителям территориальным органов федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти ХМАО - Югры, главам администраций муниципальных образований, начальникам пожарно-спасательных отрядов Федеральной противопожарной службы Главного управления МЧС России по ХМАО - Югре, органам, уполномоченным на

решение вопросов в области ГО и ЧС муниципальных образований, руководителям и дежурным службам заинтересованных организаций и предприятий и населению в пределах своей компетенции:

При получении экстренного предупреждения и прогнозов об опасных (ОЯ) или неблагоприятных (НЯ) явлениях погоды обеспечить выполнение комплекса предупредительных мероприятий в соответствии с территориальными «Планами предупреждения и ликвидации ЧС» и «Методическими рекомендациями МЧС РФ по организации реагирования на прогнозы ЧС». Организовать оперативное прогнозирование возможных последствий НЯ и ОЯ, определить степень опасности и осуществить оповещение населения, которое может оказаться в зоне влияния негативных природных факторов.

Для контроля лесопожарной обстановки при выявлении термических аномалий, исходя из данных космического мониторинга:

Организовать работу патрульных, патрульно-маневренных групп.

Организовать своевременное реагирование на выявленные термических аномалий, в том числе с использованием мобильного приложения «Подсистема уведомления о термических аномалиях МЧС России».

Соблюдать временные промежутки предоставления информации по проверке термических аномалий.

Для предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций, связанных с природными пожарами в лесном фонде организовать выполнение превентивных мероприятий согласно регламенту действий органов исполнительной власти ХМАО - Югры, органов местного самоуправления, организаций всех форм собственности, граждан при повышении пожарной опасности в лесах (до высокой и чрезвычайной) Сводного плана тушения лесных пожаров на территории ХМАО - Югры, в том числе:

В случае возникновения крупных лесных пожаров и достижения показателей, определённых постановлением Правительства Российской Федерации от 17 мая 2011 года № 376 «О чрезвычайных ситуациях в лесах, возникших вследствие лесных пожаров», обеспечить своевременное введение режима ЧС и координацию действий заинтересованных организаций в борьбе с пожарами.

Уточнить планы и схемы оповещения органов управления, сил и средств, привлекаемых к ликвидации возможных ЧС.

Организовать осуществление контроля по соблюдению условий особого противопожарного режима на территории автономного округа и ограничения пребывания граждан в лесах, а также въезда в них транспортных средств.

Организовать работу по пресечению несанкционированного сжигания стерни, бытовых отходов, других горючих материалов в населённых пунктах и прилегающих землях.

Выполнять работы по противопожарному обустройству лесов на землях лесного фонда.

Организовать проведение мероприятий по ограничению пребывания граждан в лесах, в том числе установку шлагбаумов, предупредительных аншлагов, усилить противопожарную пропаганду в СМИ, а также проведение лекций и бесед с населением на противопожарную тематику.

Организовать и обеспечить выполнение мероприятий по очистке от горючих материалов территорий, прилегающих к лесам, расположенных на землях в границах муниципальных образований.

Обеспечивать соблюдение мер пожарной безопасности в лесах на лесных участках, предоставленных в постоянное (бессрочное) пользование или аренду.

Соблюдать нормы наличия средств предупреждения и тушения лесных пожаров при использовании лесов, а также содержать средства предупреждения и тушения лесных пожаров в период пожароопасного сезона в готовности, обеспечивающей возможность их немедленного использования.

Проводить наземное патрулирование в течение светлого времени суток в местах работ, нахождения складов и других объектов в лесу, а также в местах, посещаемых населением.

Осуществлять авиационное патрулирование и дежурство на пожарных наблюдательных пунктах в течение всего светлого времени.

Контролировать состояние опашки (минерализованных полос) населённых пунктов, объектов экономики, оздоровительных лагерей, СНТ, находящихся в зоне высокой пожарной опасности.

Проводить дополнительные проверки по соблюдению требований пожарной безопасности юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями.

Предусмотреть возможность усиления группировки сил и средств для контроля и реагирования на происшествия, обусловленные ухудшением лесопожарной обстановки, а также введения в строй резервной и приспособленной техники.

Привлекать для тушения пожаров все лесопожарные формирования, в том числе лиц, использующих леса на основании заключённых соглашений, договоров, а также силы и средства подразделений пожарной охраны и органов местного самоуправления муниципальных образований.

Уточнить планы эвакуации населения (в случае возникновения угрозы жизни и здоровью людей) из зон возможных чрезвычайных ситуаций природного характера (лесные пожары).

Для повышения эффективности работы по сбору и обмену информацией, с целью создания условий для оперативного реагирования сил и средств на возможные чрезвычайные ситуации и происшествия, связанные ухудшением лесопожарной обстановки, обеспечить проведение комплекса превентивных мероприятий в полном объеме, включая доведение данной информации до глав сельских поселений и населения.

Для предотвращения воздействия неблагоприятных и опасных метеорологических явлений:

Уточнить планы и схемы оповещения органов управления, сил и средств, привлекаемых к ликвидации возможных ЧС.

Для повышения эффективности работы по сбору и обмену информацией, с целью создания условий для оперативного реагирования сил и средств на возможные чрезвычайные ситуации и происшествия, связанные с прогнозируемым погодным явлением, обеспечить проведение комплекса превентивных мероприятий, включая доведение данной информации до глав сельских поселений и населения с помощью всех имеющихся средств (СМИ, подворовой обход, экипажами с СГУ, старосты и т.д.).

Обеспечить контроль готовности и дежурство аварийно-восстановительных бригад по ликвидации возможных аварий на системах газо-, водо- и электроснабжения, предусмотреть возможность перехода на источники резервного электропитания.

Проверить техническую готовность и работу передвижных, автономных источников электропитания.

Проверить надежность крепления конструкций большой парусности (рекламные щиты, стенды, навесы, подъемные краны и т.д.).

Выявлять и принимать меры по предупреждению, локализации и ликвидации дефектов и отказов в работе систем жизнеобеспечения населения.

Обратить особое внимание на детей, людей старших возрастов и граждан маломобильной группы (инвалиды, люди с временным нарушением здоровья, беременные женщины и т.п.).

Уточнить План эвакуации населения при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, уточнить пункты временного размещения (ПВР) пострадавшего населения и технику для эвакуации людей в ПВР.

Для предотвращения возникновения техногенных пожаров:

Усилить противопожарную пропаганду в СМИ, а также проведение лекций и бесед с населением на противопожарную тематику в ходе рейдов и подворовых обходов.

Организовать и проводить межведомственные рейды по местам проживания социально незащищенных групп населения и многодетных семей, состоящих на социальном обслуживании.

Продолжать работу по оснащению автономными пожарными извещателями мест проживания одиноких граждан, многодетных семей, состоящих на социальном обслуживании, а также семей, находящихся в социально опасном положении, имеющих детей, и семей, попавших в трудную жизненную ситуацию.

Организовать проведение рейдов совместно с представителями отделов социальной защиты населения, районных (городских) электрических сетей, газовой службы по обследованию мест проживания лиц, ведущих асоциальный образ жизни, малоимущих граждан, многодетных семей, инвалидов и предупреждению использования не сертифицированных электроприборов, бытовых газовых устройств.

Содержать в проезжем состоянии подъездные автомобильные дороги к населенным пунктам, а также подъезд к источникам наружного противопожарного водоснабжения (пожарных гидрантов, искусственных пожарных водоемов, рек, озер, прудов, бассейнов и др.) для забора воды пожарной техникой. Контролировать достаточность предусмотренного для целей пожаротушения запаса воды.

Проводить регулярно проверки противопожарного состояния частного жилого сектора.

Обеспечить контроль пожарной безопасности на объектах с массовым пребыванием людей.

В ходе рейдов и обходов организовать контроль исправности газового оборудования, в целях недопущения случаев взрывов бытового газа.

Для предотвращения аварийных ситуаций на автомобильных дорогах:

В целях улучшения дорожных условий и снижения последствий от неблагоприятных природных явлений на дорогах, необходимо усилить меры для профилактики дорожно-транспортных происшествий, контролировать (регулировать) состав дежурных сил и средств, привлекаемых для обеспечения безопасности на автодорогах.

Организовать готовность дорожных служб, осуществляющих прикрытие автомобильных дорог различного значения, к обеспечению нормального функционирования систем транспортного сообщения в условиях действия неблагоприятных метеорологических явлений (выпадение сильных осадков, туман).

Проводить пропагандистскую работу через СМИ о необходимости соблюдения ПДД всеми участниками дорожного движения, а также контролировать техническое состояние транспортных средств (своевременное техническое обслуживание).

Совместно с органами ГИБДД, реализовать меры по предупреждению аварийных ситуаций с детьми на автомобильных дорогах.

Осуществлять контроль технического состояния транспорта, используемого для перевозки опасных грузов (АХОВ, нефтепродуктов), предрейсовой подготовки водителей.

Обеспечить контроль готовности аварийных и дорожных служб к реагированию на ДТП.

Оперативно доводить прогнозную информацию по метеорологической и дорожной обстановке до населения.

В случае угрозы риска возникновения дорожно-транспортных происшествий и затруднения в движении автомобильного транспорта:

- привлечь дополнительную специализированную технику с ближайших пунктов дислокации;
- организовать места питания и размещения водителей и пассажиров в случае необходимости;
- организовать дежурство экипажей скорой медицинской помощи, патрульных машин ГИБДД, ПСС и подвозу ГСМ;
- осуществлять информирование населения через СМИ о сложившейся обстановке, а также маршрутов объездных автодорог;
- организовать взаимодействие с Центром медицины катастроф и ГИБДД, для своевременного реагирования на возможные ДТП.

В целях предупреждения несчастных случаев на водных объектах:

Организовать контроль за выполнением мероприятий по пропаганде безопасного поведения людей на водных объектах, в том числе с привлечением СМИ.

Продолжить разъяснительную работу среди населения, направленную на соблюдение мер безопасности при посещении водных объектов, особое внимание уделить организации работы по профилактическим и обучающим мероприятиям с детьми, включая проведение бесед и лекций по правилам безопасного поведения на водных объектах и оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

Организовать проведение рейдов и патрулирований традиционных и несанкционированных мест купания.

Определить составы аварийных бригад ГИМС, обеспечить их необходимым автотранспортом и оборудованием, провести тренировки по ликвидации аварий.

Осуществлять разъяснительную работу среди населения и любителей рыбной ловли по безопасному поведению людей на водных объектах.

Организовать размещение предупреждающих и запрещающих знаков.

Для предотвращения чрезвычайных ситуаций, обусловленных ухудшением санитарно-эпидемиологической обстановки:

Обеспечить создание необходимого запаса медикаментов для лечения и профилактики острых респираторных вирусных инфекций в аптеках и лечебно-профилактических учреждениях.

Проводить противоэпидемические, профилактические мероприятия в учреждениях всех форм собственности и в первую очередь в местах массового скопления людей.

Организовать санитарно-просветительную работу через средства массовой информации и интернет ресурсы МО о методах и средствах профилактики простудных заболеваний (ОРВИ и гриппа) и мерах по их предупреждению.

Для предотвращения чрезвычайных ситуаций, обусловленных ухудшением эпизоотической обстановки:

С целью недопущения возникновения новых и распространения очагов бешенства животных, осуществлять мониторинг ситуации с очагами бешенства и проведения противоэпизоотических мероприятий.

В период ограничительных мероприятий (карантина) запретить проведение выставок собак и кошек, торговлю домашними животными, вывоз собак и кошек, отлов диких животных на территории районов, где отмечены очаги бешенства.

Для предотвращения чрезвычайных ситуаций, обусловленных ухудшением эпидемиологической обстановки, в том числе обусловленных новой коронавирусной инфекцией:

Организациям с массовым пребыванием людей усилить дезинфекционный режим, проводить дезинфекционные мероприятия.

Осуществлять контроль за выполнением правил личной и общественной гигиены, уделяя особое внимание регулярному мытью рук с мылом и обработки кожными антисептиками в течение дня.

Обеспечить ежедневную качественную влажную уборку помещений с применением жидкостей (воды, моющих средств, дезинфицирующих средств вирулицидного (противовирусного) действия и других химических средств.

Обеспечить регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений, принять меры по обеспечению помещений, оборудованием для обеззараживания воздуха.

Исключить массовые скопления людей.

Соблюдать меры профилактики: используйте платок при кашле и чихании, часто мойте руки с мылом и водой не менее 20 секунд, если нет возможности помыть руки, используйте дезинфицирующее средство для рук, содержащее 60% спирта, ежедневно проводите влажную уборку в квартире.

Использовать медицинскую маску и менять ее каждые 3 часа.

Дезинфицировать гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасались.

Ограничить при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

При первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения.

Ограничить посещения мест массового пребывания людей, где риск заразиться респираторными инфекциями увеличивается.

Следить за актуальной информацией о коронавирусной инфекции, об ограничительных мерах и мерах профилактики, рекомендуемых Министерством здравоохранения и Роспотребнадзором.

Осуществлять широкую санитарно-просветительскую работу среди населения о мерах индивидуальной и общественной профилактики инфекционных заболеваний.

Организовать выполнение превентивных мероприятий, направленных на предупреждение заболеванием гриппом, коронавирусом и ОРВИ, в том числе доведением элементарных правил поведения на работе и в быту:

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно -капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ? Маски могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Ещё необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5. В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ:

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ - высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит. В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами.

При возникновении чрезвычайных ситуаций и происшествий немедленно информировать оперативного дежурного ЦУКС ГУ МЧС России по Ханты-Мансийскому автономному округу - Югре тел. 8(3467)397-708.

Ежедневный оперативный прогноз возможных рисков возникновения ЧС доведён до 25 ТО ФОИВ, 22 ОМСУ, 23 ОИВ ХМАО-Югры, 11 МПСГ ФПС и 32 заинтересованных организаций по средствам электронной почты.