

**ОПЕРАТИВНЫЙ ЕЖЕДНЕВНЫЙ ПРОГНОЗ
возникновения и развития чрезвычайных ситуаций
на территории ХМАО-Югры
на 29 июня 2021 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 29 июня 2021 года**

2.1. Природные ЧС:

Возникновение ЧС природного характера на предстоящие сутки не прогнозируется.

2.1.1. Метеорологическая обстановка:

ОЯ – не прогнозируется.

НЯ – не прогнозируется.

По ХМАО: Переменная облачность. Местами кратковременный дождь, днем с грозой. Ветер северный с переходом на юго-восточный 3-8 м/с, днем в отдельных районах порывы до 14 м/с. Температура ночью +12,+17 °С, местами +6,+11 °С, днем +22,+27 °С, местами +16,+21 °С, по юго-западным районам до +30 °С.

По г. Ханты - Мансийску: Переменная облачность. Ночью без осадков, днем кратковременный дождь. Ветер северный с переходом на юго-восточный 3-8 м/с. Температура ночью +12,+14 °С, днем +22,+24 °С.

2.1.2. Гидрологическая обстановка:

Опасных гидрологических явлений и связанных с ними угроз БЖД не прогнозируется.

В связи со стабилизацией уровня воды на реке Обь, ожидается умеренный спад уровня воды. На остальных реках округа умеренное падение уровней воды, местами разнонаправленные колебания уровней воды вызванные атмосферными осадками.

2.1.3. Происшествия на водных объектах:

Прогнозируется возникновение несчастных случаев по факту нарушения техники безопасности при нахождении на водных объектах (P=0,2). Наибольшая вероятность на территории 6 МО: Ханты-Мансийском МР (р. Иртыш), Кондинском МР (р. Конда), Березовском МР (р. Северная Сосьва), Сургутском МР (р. Обь), Нефтеюганском МР (р. Обь) и Нижневартовском МР (р. Обь).

Основная причина – несоблюдение техники безопасности при нахождении на водных объектах территории округа.

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:

Второй класс: МР Белоярский, МР Березовский, МР Советский, ГО Югорск, МР Кондинский, ГО Урай, ГО Сургут, ГО Когалым.

Третий класс: МР Октябрьский, ГО Нягань, МР Нефтеюганский, ГО Пыть-Ях, ГО Нефтеюганск, МР Нижневартовский, ГО Радужный, ГО Мегион, ГО Нижневартовск, ГО Покачи, ГО Лангепас, МР Ханты-Мансийский, ГО Ханты-Мансийск, МР Сургутский.

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)	0	8	14	0	0

В соответствии с прогнозируемыми классами пожарной опасности и метеоусловиями, прогнозируется возникновение от 3 до 10 очагов природных пожаров. Наибольшая вероятность возникновения природных пожаров существует в Белярском, Березовском, Советском, Кондинском, Октябрьском, Нефтеюганском, Нижневартовском, Ханты-Мансийском и Сургутском районах. Возникновение пожаров в поймах рек не прогнозируется.

Прогнозируется вероятность выявления термических аномалий (в т.ч. разведение костров, выжигание хвороста, лесной подстилки, сухой травы с нарушением требований правил пожарной безопасности в лесу и на участках, непосредственно примыкающих к лесам), увеличения количества очагов и площадей природных пожаров и возможного перехода огня на населенные пункты, объекты инфраструктуры, с нарушением работы систем жизнеобеспечения населения, угрозой жизни людей, затруднением движения транспорта в пожароопасных районах округа.

2.1.5. Прогноз сейсмической обстановки:

Вероятность регистрации сейсмических событий 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.

Сохраняется вероятность увеличения количества техногенных пожаров (в т.ч. взрывов бытового газа) и погибших на них на территории округа (**Источник ЧС** – нарушение норм противопожарной безопасности).

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.

Прогнозируется риск увеличения ДТП в утренние часы, в пониженных участках местности (**Источник ЧС** – туман).

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. (**Источник ЧС** – нарушение правил дорожного движения).

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:

- 739-741 км Р-404 Тюмень – Тобольск – Ханты-Мансийск (Нефтеюганский район);

Территориальные автодороги:

- 196-197 км Сургут – Нижневартовск (Нижневартовский район);

Общее количество: 2 опасных участка дорог в 2 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 (опасные) метеорологические явления.

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

Прогнозируется затруднение в работе аэропортов и вертолетных площадок (**Источник ЧС** – туман).

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 (среднегогодовое 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 (**Источник ЧС** – нарушение норм противопожарной безопасности).

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:

Прогнозируется увеличение аварий на коммунальных системах жизнеобеспечения (**Источник** – износ оборудования выше 65 %)

Существует вероятность локальных подтоплений пониженных участков местности, объектов инфраструктуры жилого фонда дождевыми водами (**Источник ЧС** – замусоривание коллекторно-дренажных систем, при выпадении обильных атмосферных осадков).

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.

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 организовать проведение внеочередных заседаний КЧС и ОПБ, 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 предотвращения воздействия неблагоприятных и опасных метеорологических явлений:
Организовать проведение внеочередных заседаний КЧС и ОПБ.

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, 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 подтопления (затопления) территорий и локальных объектов на территории муниципального образования:

Осуществлять контроль состояния готовности коллекторных систем к пропуску паводка, обращая особое внимание на коллекторы, расположенные в пониженных участках и зонах пропуска воды под автодорогами.

Осуществлять мониторинг гидрологической обстановки. Организовать взаимодействие по своевременному сбору и обмену информацией между ЕДДС, ответственными должностными лицами за координацию мероприятий по безаварийному пропуску весеннего половодья и дождевых паводков по паводкоопасным направлениям, собственниками и (или) эксплуатирующими ГТС организациями.

Разработать прогнозы возможных ЧС и довести до ответственных должностных и иных заинтересованных лиц.

Организовать оповещение и доведение информации до населения при угрозе возникновения и возникновении ЧС через средства массовой информации, а также путем подворового обхода.

Провести мероприятия по уточнению списков населения, проживающего в зонах возможного затопления (подтопления), на случай экстренной эвакуации. Обеспечить готовность пунктов временного размещения.

Создать в необходимых объемах запас медикаментов, продовольственных и иных товаров первой необходимости в населённых пунктах, подверженных угрозе затопления (подтопления) паводковыми водами и (или) с которыми нарушается автотранспортное сообщение.

Организовать вывоз мусора и очистку выгребных ям из зон возможного подтопления.

Уточнить схему электроснабжения (наличие резервных источников питания) в зоне возможного подтопления.

Быть в готовности к проведению АСДНР. Подготовить расчет количества личного состава и техники на ликвидацию возможных ЧС.

Быть в готовности к оказанию медицинской и психологической помощи возможным пострадавшим.

Проверить наличие и пополнить запасы материальных средств, используемых для ликвидации последствий ЧС.

Проверить готовность аварийных служб, техники и водооткачивающего оборудования к работе.

Для предотвращения лесных пожаров:

Главам муниципальных образований, руководителям органов государственной власти, учреждений и организаций рекомендуется:

- взять на личный контроль создание (участие), обеспечение, укомплектование и организацию работ патрульно-манёвренных и манёвренных групп;
- при прогнозировании 3-го и выше класса горимости, организовать патрулирование населенных пунктов, лесных массивов и иных природных территорий, расположенных вблизи населенных пунктов силами патрульно-манёвренных групп в целях контроля за лесопожарной обстановкой, выявления нарушений правил пожарной безопасности, очагов возгораний и ликвидации мелких природных пожаров;
- организовать проверку состояния мест забора воды для тушения пожара;
- организовать уборку и вывоз мусора и сухой растительности с внутрипоселковых территорий в установленные для этих целей места (полигоны твердых бытовых отходов);
- организовать проведение сходов граждан (сотрудников) по вопросу соблюдения требований пожарной безопасности и степени административной и уголовной ответственности за их нарушение;
- через все доступные каналы оповещения проводить агитационную и разъяснительную работу среди населения (сотрудников) по соблюдению мер пожарной безопасности в лесах.

Для предотвращения возникновения техногенных пожаров:

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

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 (опасных) 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 (опасных) метеорологических явлений (выпадение сильных осадков.).

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

Информировать и пропагандировать необходимость сезонной смены летней резины на зимнюю, соблюдения безопасной дистанции и бокового интервала при управлении автомобилем, не допущения резких ускорений, торможений и перестроений.

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.

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.

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.

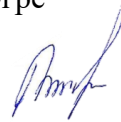
Часто мойте руки с мылом.

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, 10 МПСГ ФПС и 32 заинтересованных организаций по средствам электронной почты.

Заместитель начальника ЦУКС ГУ МЧС России по ХМАО-Югре
(старший оперативный дежурный)
подполковник внутренней службы



Д.Е. Бовырин

АРМ-9 Мезенов М.Ю.
8(3467) 397709