

# ПАМЯТКА ЖИТЕЛЮ

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЛЕСНОМ ПОЖАРЕ И СИЛЬНОЙ ЗАДЫМЛЕННОСТИ НАСЕЛЕННОГО ПУНКТА

С природными пожарами в атмосферу выбрасывается огромное количество дыма, содержащего такие опасные загрязнители как углекислый газ, угарный газ и окись азота.

Поэтому при появлении задымления главное – **оградить себя от вдыхания сажи, находящейся в воздухе**. Для этого следует придерживаться следующих **правил**:

- Необходимо **минимизировать своё пребывание на улице**, без острой необходимости не стоит покидать помещение.

- При выходе на улицу **используйте специальные маски**, лучше всего подойдёт сложенная в пять слоёв марля, которую можно увлажнить.

- Автомобилистам **стоит быть особенно внимательными!** При задымлении снижается видимость, замедляется реакция, причём человек может этого не заметить!

- Дома по возможности **держите окна плотно закрытыми**, хотя бы ночью и рано утром, когда задымление достигает своего максимума.

- Вывешивайте **на окна мокрые простыни**, пейте больше воды, чаще делайте влажную уборку помещений и принимайте душ.

- **Не перенапрягайтесь физически**. Физическая активность заставляет вас дышать чаще и глубже, что сильно и надолго вредит вашему здоровью в условиях задымленности.

Если вы увидите, что у кого-то из окружающих проявляются **признаки отравления** угарным газом, то нужно срочно вызвать скорую помощь. К таким признакам относятся: речь и поведение, как у пьяного человека, могут быть периоды перевозбуждения, зрачки расширены, повышенное сердцебиение, артериальное давление повышено, а при потере сознания может быть резкое понижение, потеря сознания, судороги, нарушение дыхания.