

Stredisko vzdelávania a prípravy v Nitre



**Príprava obyvateľstva na sebaochranu
a vzájomnú pomoc**

Prípravou občanov na sebaochranu a vzájomnú pomoc sa rozumie cieľavedomý a sústavný proces preventívno-výchovnej a propagačnej činnosti, teoretického školenia a praktického výcviku, ktoré majú umožniť fyzickým osobám získať nevyhnutne potrebné vedomosti, zručnosti a návyky na sebaochranu a pomoc iným v núdzi. § 2 [vyhl. 303/1996](#)

Poskytovaním prvej pomoci sa rozumie súhrn jednoduchých úkonov na záchranu života alebo zdravia pri mimoriadnych udalostiach § 3

Hlavnými formami prípravy občanov na sebaochranu a vzájomnú pomoc sú: § 9

- a) Informačná a poradenská služba
- b) Programy a relácie vysielané v rozhlase a v televízií
- c) Edičná a publikačná činnosť uskutočňovaná vydávaním odborných publikácií, brožúr, skladačiek, plagátov, letákov, článkov v denníkoch a časopisoch
- d) Preventívno-výchovná a propagačná činnosť vykonávaná na podujatiach civilnej ochrany, ktorými sú cvičenia, výstavy a exkurzie
- e) Teoretické školenie a praktický výcvik organizované obvodným úradom alebo obcou a to diferencovane, na základe kategorizácie územia z hľadiska zdrojov ohrozenia.

V obci a v objekte sa o vykonávaní prípravy vedie táto dokumentácia: § 11

- a) Záznam o účasti
- b) Organizačno-metodické pokyny na vykonávanie nácviku alebo cvičenia
- c) Zámer nácviku alebo cvičenia
- d) Plán vykonania a námet nácviku alebo cvičenia
- e) Materiálno-technické, finančné a zdravotnícke zabezpečenie nácviku alebo cvičenia

Druhy živelných pohrôm

Podľa [prílohy č.1](#) vyhlášky MV SR [č. 523](#) zo 14. augusta 2006 o podrobnostiach na zabezpečenie záchranných prác a organizovaní jednotiek civilnej ochrany

Rozdeľujeme živelné pohromy na:

- povodne a záplavy
- krupobitia
- následky víchrice
- zosuvy pôdy
- snehové kalamity a lavíny
- rozsiahle námrazy
- zemetrasenia

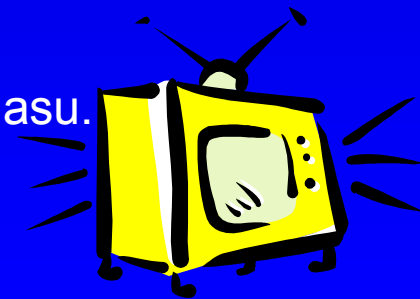
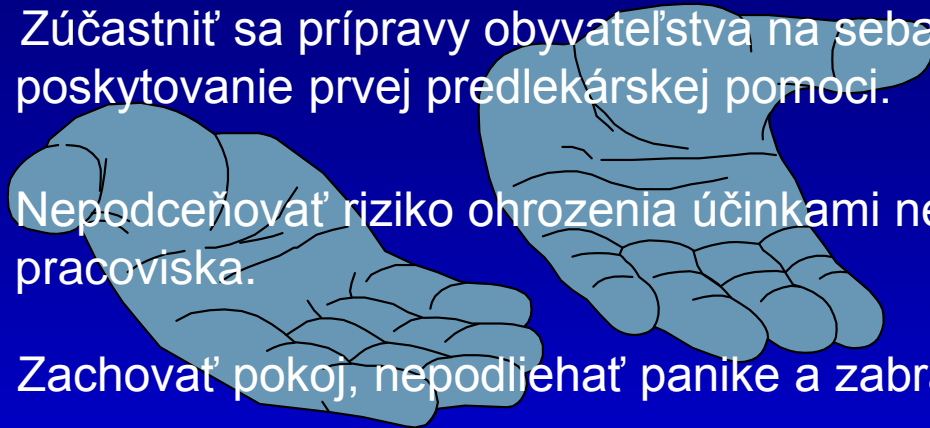


V priebehu rokov 2005 - 2008 bolo Sekcii KM a CO MV SR nahlásených 432 mimoriadnych udalosti (MU).

Rok	Počet MU	Živelné pohromy	Havárie	Katastrofy	Iné
2005	110	34	16	0	60
2006	123	31	18	2	72
2007	120	23	40	0	57
2008	126	24	38	0	64

Deväť základných zásad pre úspešne prežitie krízovej situácie

1. Zúčastniť sa prípravy obyvateľstva na sebaobranu a vzájomnú pomoc, ako aj poskytovanie prvej predlekárskej pomoci.
2. Nepodceňovať riziko ohrozenia účinkami nebezpečných látok v okolí bydliska a pracoviska.
3. Zachovať pokoj, nepodliehať panike a zabrániť jej šíreniu.
4. Neohrozovať seba a iných neuváženým konaním.
5. Pomáhať iným, najmä slabším.
6. Bezdôvodne netelefonovať.
7. Nerozširovať poplašné správy.
8. Sledovať vysielanie televízie a rozhlasu, prípadne obecného rozhlasu.
9. Dodržiavať pokyny vydávané riadiacimi orgánmi.



Dôležité telefónne čísla tiesňového volania

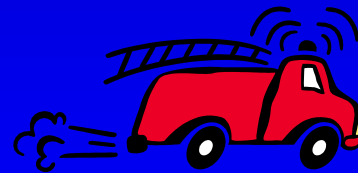
Ak ste v ohrození života alebo zdravia, ak je ohrozený Váš majetok, alebo ste účastníkom mimoriadnej udalosti, pri ktorej je ohrozený život, zdravie alebo majetok iných občanov, dožadujte sa poskytnutia pomoci na nasledujúcich číslach tiesňového volania:

112 – Linka tiesňového volania Integrovaného záchranného systému

158 – Policajný zbor



150 – Hasičský a záchranný zbor



155 – Zdravotná záchranná služba



18 300 – Horská záchranná služba



Pri volaní na číslo na niektorú z týchto liniek uvedte predovšetkým

Kto? Čo? Kde?



- kde sa to stalo, objekt, ulicu, mesto a pod.,



- čo sa stalo, aké sú pozorovateľné následky,



Rozsah udalosti?



- vaše meno a číslo telefónu z ktorého voláte,
- po ukončení hovoru počkajte na spätný telefonát, ktorým si operátor overí pravdivosť a oprávnenosť volania,

Ked' zaznie siréna ...

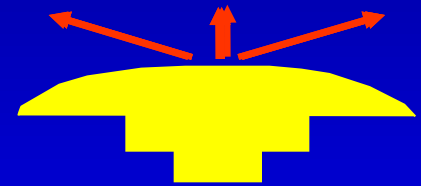


Ak zaznie signál – nastáva núdzová situácia. Treba rozpoznať signál a zistiť, pred čím nás varuje. Je vhodné počúvať hlásenie obecného (mestského) rozhlasu.

Všeobecné ohrozenie – kolísavý tón v trvaní 2 minúty

Ohrozenie vodou – stály tón v trvaní 6 minút

Koniec ohrozenia – stály tón v trvaní 2 minúty



Dvojminútový stály tón sirén je počuť aj pri pravidelnom preskúšaní prevádzkyschopnosti systémov varovania obyvateľstva **vždy v druhý piatok v mesiaci o 12,00 hod.** O tomto a o ďalších skúškach aktuálne informujú rozhlas, televízia...

Varovné signály a signál koniec ohrozenia sa následne dopĺňajú hovorenou informáciou prostredníctvom hromadných prostriedkov (**STV 1, Slovenský rozhlas**).

Čo robiť v prípade úniku nebezpečných látok z chemického podniku.

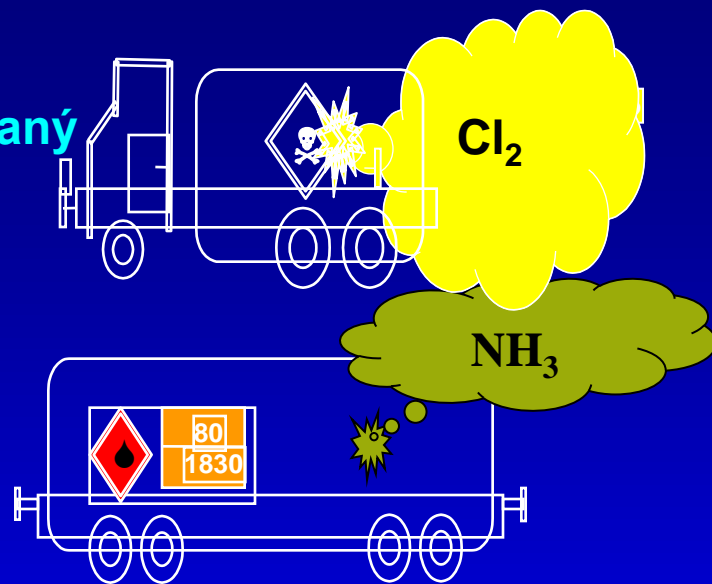


- vyhľadať čo najrýchlejšie úkryt
- zostať doma, prípadne vstúpiť do najbližšej budovy
- platí to aj keď ste v práci, v škole
- deti v škole zostávajú, bude o ne postarané
- ak Vás varovný signál zastihne v aute, odstavte ho tak aby neprekážalo, opustite ho a vyhľadajte čo najrýchlejšie úkryt
- uzavrite a utesnite okná, dvere, vetráky, zapnite rozhlasový prijímač, počúvajte hlásenie miestneho rozhlasu, alebo rozhlasových vozidiel
- riadte sa podľa nimi poskytnutými informáciami
- nezat'azujte telefónne linky, telefonujte preto len v súrnom prípade

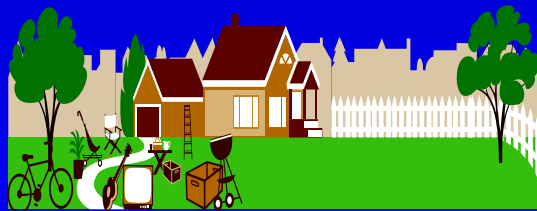


Pokyny v prípade úniky nebezpečných látok z mobilného zdroja (autocisterna, žel. vagón)

Okamžite opustiť najkratšou cestou predpokladaný kontaminovaný priestor



V prípade nemožnosti opustenia kontaminovaného priestoru vyhľadať úkrytie v budovách



Podriaďiť sa pokynom vydávaných záchrannou službou alebo políciou

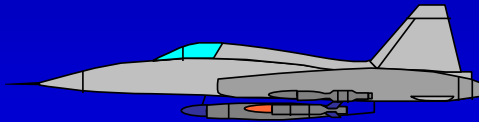


VELITEĽ ZÁSAHU

Možné ohrozenie obyvateľstva chemickým a biologickým terorizmom



Použitím práškových biologických materiálov ktoré môžu byť **zasielané poštou v obáľkach, balíkoch**, podozrivých spôsobom ich balenia (neobvyklé množstvo známok, neznámy odosielateľ, pošta je prelepená viackrát páskou...)



Použitím aerosólov vznikajúcich **výbuchmi munície**, naplnenej chemickou alebo biologickou látkou, rozptýlením z lietadiel alebo balónov v priestoroch **vyskej koncentrácie obyvateľstva** (letné kina, amfiteátre, futbalové štadióny, dopravné uzly, obytné štvrte...), pričom za aerosól sa považujú jemné rozptýlené častočky nebezpečnej látky vo vzduchu, šíriace sa ako hmla resp. oblak v smere prízemného vetra na desiatky kilometrov,



Nasadením špeciálne vycvičených **teroristov** v objektoch a zariadeniach na hromadné zásobovanie obyvateľstva (**vodojemy, vodné zdroje, obilné silá veľkosklady potravín a krmív, hračiek a iných tovarov**),

Použitím prenášačov pôvodcov hromadných, najmä prenosných ochorení (**hmyzu a hlodavcov**, divo žijúcich zvierat) v zariadeniach na hromadné zásobovanie obyvateľstva (obilných silách, veľkoskladoch potravín a krmív a iných tovarov a aj vo veľkopredajniach),



Príznaky chemického a biologického terorizmu

Podozrivo sa správajúce osoby v nákupných centrách, areáloch športových zariadení, na verejných priestranstvách s výskytom väčšieho počtu obyvateľstva, kultúrnych a spoločenských zariadeniach na železničných a autobusových staniciach, prípadne v dopravných prostriedkoch,

Na teréne porastenom vegetáciou a na rôznych materiáloch **viditeľné drobné olejovité kvapky**, jemný poprašok, časti zariadení na vytváranie aerosólu, kontajnerov a iných obalov

Zjavné náhle plošné **poškodenie a zničenie vegetácie** (zmena farby, uschnutie),

V teréne sa vyskytujúci hmyz v nezvyklom množstve a ročnej dobe (kliešte, komáre) aj neznáme druhy,

Šíriace sa, náhle a bez zjavnej príčiny, **hromadné prenosné ochorenia** medzi obyvateľmi a zvieratami, príznaky otravy (intoxikácie), hromadné úmrtia obyvateľov, úhyn zvierat.

Čo je to ANTRAX ???

ANTRAX alebo sneť slezinná je pôvodcom infekčného ochorenia, ktoré sa prenáša priamym kontaktom s chorým, stykom s kontaminovanými zvieratami alebo prachom. Napáda kožu, sliznice a dýchacie cesty.

Ochorenie je sprevádzané vysokými teplotami a zápalom pľúc. Lieči sa antibiotikami.



Takto vyzerá zabijak. Baktéria antraxu pod mikroskopom.

Toto treba vedieť - UPOZORNENIE !!!!

Biologické prostriedky a toxické chemické látky sa vo forme oblaku šíria vždy v smere prízemného vetra.



Teroristické napadnutie môže vyvolať časovú tieseň, preto sa musíte spoľahnúť sami na seba, kolegov rodinných príslušníkov a susedov.



Mať snahu pripraviť si improvizované prostriedky na ochranu dýchacích ciest, očí, prípadne pokožky pred účinkami chemických alebo biologických látok.

HLAVNÉ ZÁSADY PRVEJ POMOCI PRI OHROZENÍ NEBEZPEČNÝMI LÁTKAMI:

Poznanie zásad prvej pomoci musí byť podstatou všetkej činnosti v prípade mimoriadnej udalosti. V týchto prípadoch je nutné mať na pamäti, že základným postupom je **zamedzenie ďalšiemu kontaktu** ohrozenej osoby a nebezpečnou látkou. Prvoradým faktorom úspešného rozhodovania musí byť **rýchlosť**.

V prípade záchranu osôb v bezvedomí z neprístupných priestorov **nesmie pracovať záchranca sám**. V prípade havárie je nutné pri vstupe do kontaminovaného priestoru **zásadne používať ochrannú masku**. V okolí objektu v ktorom došlo k úniku nebezpečnej látky za hranice objektu, musí obyvateľstvo **zatvoriť okná**, prípadne **ich utesniť**, použiť improvizované prostriedky individuálnej ochrany (napr. priložením navlhčenej vreckovky na ústa a nos) a počkať na ďalšie pokyny. Evakuácia obyvateľov a vyvedenie pracovníkov sa vykonáva kolmo na os šírenia oblaku nebezpečnej látky. Zamedzenie ďalšieho kontaktu s nebezpečnou látkou je potrebné zaistiť v dvoch fázach :

1. V prvej fáze sa okamžite nasadzuje ochranná maska ohrozeným osobám a zabezpečuje odsun z miesta ohrozenia do bezpečného priestoru. Pri známkach dusenia sa odsun vykonáva vždy v ľahu alebo v polo sede. Akýkoľvek pohyb zasiahnutých osôb, ktoré neboli schopné opustiť priestor sami, sa nedoporučuje. Hrozí väčšie riziko vzniku pľúcneho opuchu.
2. V druhej fáze sa na nebezpečnom mieste s prijateľnou okolitou teplotou vykonáva :
 - okamžité vyzlečenie odevu, aby sa zamedzilo ďalšiemu vstrebávaniu nebezpečnej látky z odevu,
 - výplach očných spojiviek fyziologickým roztokom alebo aspoň vodou,
 - dekontaminácia povrchu tela vhodným dekontaminačným roztokom, alebo alkalickým mydlom.

Závažnou komplikáciou otráv nebezpečnými látkami sú **poruchy vedomia**.

Pri ľahkom stupni bezvedomia je postihnutá osoba apatická, nemá záujem o okolie, pospáva, je utlmená a spomalene reaguje.

Pri strednom stupni bezvedomia postihnutá osoba reaguje len na silnejšie podnety bolesti.

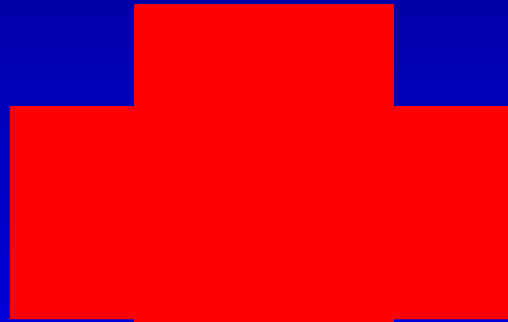
Pri hlbokom stupni bezvedomia je postihnutá osoba úplne nevládna a nereaguje na žiadne podnety.

S hlbokým bezvedomím sa postupne **vytrácajú dôležité reflexy**, ktoré zaručujú automatickú ochranu a obranu organizmu. U týchto stavoch môže dôjsť v dôsledku **zapadnutia jazyka**, alebo **vdýchnutia zvratkov do pľúc či ochrnutia obehového a dýchacieho centra k zaduseniu**. Preto pri každom bezvedomí je nutné zistiť, či postihnutá osoba dýcha.



V prípade kombinovaného poranenia napr. poranenia a otravy sa vykonávajú tieto úkony:

- zastavenie života ohrozujúceho krvácania,
- uvoľnenie dýchacích ciest v bezvedomí,
- umelé dýchanie pomocou ručného respiračného prístroja, alebo metódou z úst do úst.



Umelé dýchanie je potrebné začať **ihneď** vtedy, akonáhle nezačne postihnutá osoba po uvoľnení dýchacích ciest sama dýchať. Umelé dýchanie z úst do úst sa nesmie prerušiť na dlhšiu dobu, ako 15 sekúnd.

U všetkých osôb je potrebné zabrániť **podchladeniu!!**

Pri zasiahnutí a vniknutí nebezpečnej látky do brušnej dutiny je nevyhnutné bezpodmienečne vyvolať zvracanie. U silných kyselín, lúhov a organických rozpúšťadiel sa vyvolanie zvracania nedoporučuje spôsobom " prst do krku ", vzhľadom k možnému poleptaniu sliznice.

Obvykle sa zvracanie vyvolá podaním väčšieho množstva vody, ktorá zároveň riedi množstvo chemikálie ktorá je obsahom žalúdka. Pri náhodnom vypití kyseliny veľmi dobre pôsobí neutralizačne mlieko, vaječné bielko, pretože bielkoviny veľmi dobre viažu značné množstvo kyseliny. U lúhov je výsledok podstatne menší, avšak nie zanedbateľný. Dávivý reflex sa nesmie vyvolať u osôb ktoré sú bezvedomí, pretože hrozí vniknutie zvratkov do pľúc a tým k zaduseniu.



V prípade kedy nie je známy druh nebezpečnej látky, ktorú osoba požila, je prísne zakázané podávanie mlieko, pretože toto môže u niektorých jedov vyvolávať veľmi ťažké zhoršenie stavu postihnutej osoby, až smrť. U postihnutých v bezvedomí alebo pri kľúčoch je zakázané podávanie akejkoľvek tekutiny ústami.

Čo robiť v prípade evakuácie

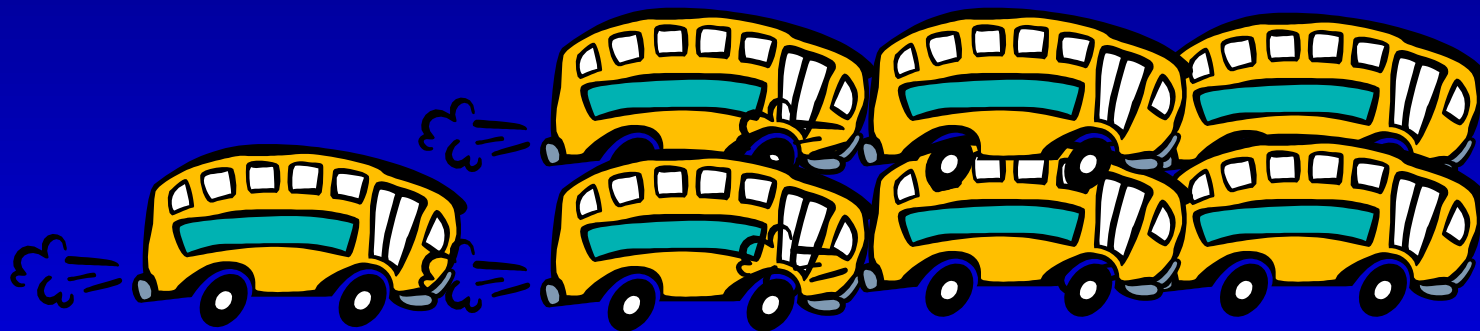
Ak bude vyhlásená evakuácia, začne sa vykonávať po vzniku mimoriadnej udalosti. Je potrebné si zobrať so sebou evakuačnú batožinu a to:



- potrebné oblečenie, toaletné potreby, lieky ktoré užívate, oblečenie na spanie, potraviny na 2 – 3 dni,
- doklady – identifikačné kary, vodičský preukaz, bankomatové karty, cennosti, technický preukaz vozidla (v prípade samoevakuácie vlastným vozidlom), preukaz poistenca, vkladné knižky, peniaze,...
- knihu, hračky
- zatiaľ čakať doma na ďalšie pokyny

EVAKUÁCIA

Na evakuáciu bude pristavená EVA technika na určených miestach v obci. Svoje autá používajte len vtedy, ak sú v dobrom technickom stave a máte palivo na 100 km



- zatvorte plyn, vypnite elektrické spotrebiče (nie chladničku a mrazničku), uhasťte otvorený plameň, odpojte antény od TV a rozhlasových prijímačov
- zoberte si pripravené veci a doklady (evakuačnú batožinu)
- zamknite byt, dom

Informácie: Informácie získate predovšetkým z rozhlasovej stanice SRo 1 (SV1098kHz alebo FM 96,60 MHz)

Ďalšie informácie k problematike príprave obyvateľstva na STP a o civilnej ochrane nájdete:

Zákon NR SR [č. 42 / 1994 Z. z.](#) o civilnej ochrane obyvateľstva z. n. p.

Vyhláška Ministerstva vnútra SR [č. 303 / 1996 Z. z.](#) na zabezpečovaní prípravy na civilnú ochranu v z. n. p. ([384/1998](#) a [524/2006](#))

Vyhláška Ministerstva vnútra SR [č. 533 / 2006 Z. z.](#) o podrobnostiach o ochrane obyvateľstva pred účinkami NL

Vyhláška Ministerstva vnútra SR [č. 388 / 2006 Z. z.](#) o podrobnostiach na zabezpečovanie technických a prevádzkových podmienok informačného systému CO.

Vyhláška Ministerstva vnútra SR [č. 75 / 1995 Z. z.](#) o zabezpečovaní evakuácie.

Vyhláška MV SR [č. 523 / 2006](#) o podrobnostiach na zabezpečenie záchranných prác a organizovaní jednotiek civilnej ochrany



Nájdete nás!

**Vzdelávací a technický ústav krízového manažmentu a
civilnej ochrany, Slovenská Ľupča**



Stredisko vzdelávania a prípravy v Nitre

Vyrobilo :

Stredisko vzdelávania a prípravy v Nitre
Levická 15, 949 01 Nitra

t. č.: 037/65 86 683

V prípade akýchkoľvek otázok nás kontaktujte na e-mail: spni@uco.sk

