



Учебно-методический центр  
по гражданской обороне и чрезвычайным  
ситуациям  
Государственного областного казенного  
учреждения  
«Управление по делам гражданской обороны,  
защите населения от чрезвычайных ситуаций и  
пожарной безопасности Мурманской области»

## ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

### Правила поведения в очаге биологического заражения

**Чтобы предотвратить** массовое распространение инфекционных заболеваний население обязано тщательно соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свои жилые помещения, дворы, места общего пользования.

В жилых помещениях необходимо обрабатывать дезинфицирующими растворами перила лестниц и дверные ручки, унитазы, всю уборку помещений проводить только влажным способом; не допускать размножения мух и других насекомых. Необходимо уничтожать насекомых и грызунов – возможных переносчиков инфекций, т.е. проводить дезинсекцию и дератизацию. Мусор необходимо сжигать, не допускать его разноса с контейнерных площадок голубями, воронами и другими птицами.

По возможности избегать мест массового скопления людей.

**В зоне карантина** (очаге инфекционного заболевания) воду разрешается брать только из водопровода или проверенных санитарной службой водоисточников.

Все продукты необходимо хранить в плотно закрываемой таре и обязательно обрабатывать их перед употреблением: молоко и воду прокипятить, сырые фрукты и овощи промыть крутым кипятком. Всю посуду необходимо кипятить. После возвращения с улицы тщательно мыть руки с мылом, а также перед приготовлением и приёмом пищи.

Необходимо дважды в сутки измерять температуру себе и членам семьи. При обнаружении первых признаков заболевания кого-нибудь из членов семьи нужно немедленно вызвать врача и изолировать больного.

**Если заболевший оставлен для лечения дома**, его необходимо поместить в отдельной комнате или его кровать отгородить ширмой. Для заболевшего следует выделить отдельную посуду и предметы ухода. В помещении, где находится больной, провести текущую дезинфекцию помещения и предметов, с которыми соприкасался больной, простейшими средствами - обмыванием горячей водой с содой, мылом и другими моющими средствами, а также кипячением белья. Ухаживать за больным по возможности следует одному лицу.

**При уходе за больным** обязательно должны соблюдаться меры безопасности и правила личной гигиены: нужно пользоваться марлевыми повязками, мыть и обеззараживать руки. После перевода больного в больницу или его выздоровления проводится заключительная дезинфекция помещения и предметов, с которыми соприкасался больной. Постельные принадлежности, личную посуду кипятят в течение 15 мин в 2% растворе соды или замачивают на 2 часа в 2% растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмывают горячей водой, белье проглаживают, комнату проветривают.