Практична робота №5

Тема: Практика тактичного переміщення та евакуації постраждалих в умовах тушіння пожеж.

① Основні правила безпечної біомеханіки

Під час переміщення постраждалого рятувальник повинен дотримуватися правил, які допомагають уникнути травмування хребта та м'язів спини.

✱ Основні правила:

- ставити ноги на ширині плечей для забезпечення стійкості
- тримати спину рівною, не округлювати хребет
- максим. наближати постраждалого до власного тіла
- піднімати вагу переважно за рахунок м'язів ніг і сідниць
- під час поворотів переміщувати стопи, не скручуючи тулуб.

② Способи індивідуальної евакуації:

Існують різні способи переміщ. постражд. 1 рятув-м:

- за евакуац. пляму або бронежилет
- під пахви (захоп. Раутека)
- повзком на боці
- метод поневолення (спосіб перенесення на плечах, який потребує знаної фіз. підготовки та має обмеження щодо стану постраж.

③ Способи евакуації 2-ма рятув-ми

- спосіб „один за одним" - рятув. підтримують верхню та нижню частини тіла постраж.
- спосіб „замок з рук" - рят-ки створюють опору з рук, на які сідає постраж.
- використ. ковдри або стропи - дає змогу перемістити людину по поверхні з меншою фіз. напругою.

④ Подолання перешкод у приміщ-х:

Під час евакуації в будівлях можуть виникати труднощі через вузькі проходи, двері, меблі та повороти коридорів.

✱ Основні вимоги:

- обережно переміщ. постраж. у вузьких коридорах →
- не допускати удари головою та кінцівками об меблі та дверні прорізи
- заздалегідь оцінювати можливість безпеч. проходу.
- підтримув. узгодж. дій між рятувал-ми
- використ. відповідні засоби транспорт.

(5) Основні заходи безпеки

Перед виконанням вправ необхідно провести розминку, перевірити готовність учасників та обладнання

(*) Відповіді на питання для оцінювання:

(1) Можуть виникнути розтягнення м'язів, пошкодження міжхребцевих дисків, удари та травми поперекового відділу хребта.

(2) Захоплення Раутека - це спосіб підтримки постраждалого під пахвами з фіксацією його руки для подальшого переміщення

(3) „Один за одним" кращий спосіб у вузьких коридорах, тому що рятувальники розташовуються послідовно, займають менше місця та легше проходять вузькі проходи

(4) Перед проходженням дверей слід перевірити прохід, оцінити небезпеку, уникати дій рятувальників і не допустити ударів постраждалого об дверну коробку.

(5) Повзком на боці - це спосіб, при якому постраждалого переміщують у низькому положенні. Спосіб застосовують у приміщеннях з обмеженою висотою або за наявності небезпеки.

Висновок: під час виконання пр №5 було розглянуто основні правила безпечної біомеханіки тіла, способи індивідуальної та групової евакуації постражд-х, а також особливості їх переміщення в умовах приміщень.

Було з'ясовано, що правильне положення тіла під час підйому вантажів допомагає уникнути травм хребта та спини.

У результаті роботи засвоєно основні теоретичні принципи евакуації постраждалих та правила безпечного переміщення людей у приміщеннях.