

ДЕЙСТВИЯ ПОСТРАДАВШЕГО, ОКАЗАВШЕГОСЯ ПОД ОБЛОМКАМИ КОНСТРУКЦИЙ ЗДАНИЯ

Постарайтесь не падать духом. Успокойтесь. Дышите глубоко и ровно. Настройтесь на то, что спасатели скоро вас спасут. Голосом и стуком привлекайте внимание людей. Если вы находитесь глубоко под обломками здания перемещайте влево вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения вас эхо-пеленгатором или кинологами. Если пространство около Вас относительно свободно, не зажигайте спички или зажигалку. Берегите кислород. Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи. Если у вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпича и т.п.) укрепите потолок от обрушения и ждите помощи. При сильной жажде положите в рот небольшой камешек и сосите его, дыша носом. В случае ранения двигайтесь как можно меньше - это уменьшит кровопотерю.