**РАДІАЦІЙНА НЕБЕЗПЕКА**

**Що робити при радіаційній аварії?**

►Найперше правило – **слухайте вказівки влади**, ДСНС та інших установ, які координуватимуть на місцях.

►Якщо ця аварія трапиться у вашій місцевості, необхідно **залишатись у приміщенні**або негайно зайти до нього, якщо ви перебуваєте на вулиці. Це найбезпечніша дія, яку ви можете зробити.

►**Зайдіть в укриття, підвал або в середину будівлі.**

Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівель, тому найкраще триматися якомога далі від стін і даху будівлі.

►**Заберіть всередину домашніх тварин.**

►**Закрийте та заблокуйте всі вікна та двері** в приміщенні, не підходьте до них без нагальної потреби.

►Зробіть кількаденний **запас води** у герметичних ємностях.

►Продукти **загорніть у плівки** і покладіть у холодильник або шафу.

►Підготуйте **маску, респіратор або ватно-марлеву пов’язку** для захисту органів дихання.

►Слідкуйте за повідомленнями від рятувальників ДСНС, поліції, місцевої влади.

**Як діяти, якщо вам необхідно вийти з укриття?**

►Виходьте лише у разі нагальної потреби.

►**Користуйтеся респіратором, одягніть плащ та гумові чоботи й рукавички.**

**❌ НЕ** роздягайтеся на вулиці.

**❌ НЕ**сідайте на землю.

**❌ НЕ**купайтеся у відкритих водоймах.

**❌ НЕ** збирайте гриби або лісові ягоди.

►Після повернення додому **зніміть верхній шар одягу**.

Так ви позбудетеся до 90% радіоактивного матеріалу. Робіть це обережно, аби не розтрусити радіоактивний пил.

►Помістіть одяг у пластиковий пакет або **герметичний контейнер** і тримайте його подалі від людей і домашніх тварини.

►**Помийтеся.**Якщо є можливість, прийміть душ з милом, голову помийте шампунем.

**❌ НЕ** використовуйте кондиціонери для волосся. Вони можуть закріпити радіоактивний матеріал на ньому.

**❌ НЕ тріть і НЕ дряпайте шкіру**, щоб радіоактивний матеріал не потрапив у відкриті рани.

►Якщо можливості прийняти душ немає, **вимийте руки, обличчя**та відкриті частини вашого тіла з милом під проточною водою.

►Якщо доступу до води немає, скористайтеся **вологими серветками, вологою тканиною**.

►Зверніть особливу увагу на ваші руки й обличчя, протріть повіки, вії, вуха.

►Одягніть **чистий одяг**.

### **Як безпечно харчуватися та пити воду?**

**ВОДА**

►Вживайте воду лише з перевірених джерел.

►Поки рятувальники чи влада не повідомляють про безпеку водопровідної води, **лише вода в пляшках** залишатиметься не забрудненою.

Упаковка захищає рідину всередині від радіоактивних речовин.

**❌ Кип’ятіння водопровідної води не позбавляє від радіоактивних речовин.**

►Майте **запас води** у пляшках чи інших герметичних контейнерах.

►Напої у холодильнику теж безпечні для вживання.

►Вода в інших ємностях у вашому домі, таких як унітаз або водонагрівач, **не** буде містити радіоактивних речовин.

►Водопровідну або колодязну воду для можна використовувати для миття себе та упаковок їжі і води.

Навіть якщо водопровідна вода забруднена, ви все одно можете використовувати її для знезараження. Будь-який радіоактивний матеріал, який потрапляє в поверхневі або підземні води, буде розбавлятися водою до дуже низького рівня і буде безпечним для миття шкіри, волосся та одягу*.*

**ЇЖА**

►Їжа з **герметичних контейнерів** (консерви, банки, пляшки, коробки тощо) буде безпечною для вживання.

►Також можна їсти продукти, які зберігались у холодильнику чи в морозильній камері.

**Як правильно їсти?**

►Перед відкриттям **протріть харчові контейнери** вологою тканиною або чистим рушником.

►Перед використанням **протріть кухонне приладдя** вологою тканиною або чистим рушником.

►Використану тканину чи рушник покладіть у **поліетиленовий пакет** або **герметичний контейнер** і залиште у недоступному місці, подалі від людей і тварин.

**Йодопрофілактика**

 Якщо ви отримали повідомлення про радіаційну аварію, проведіть йодопрофілактику.

► **Йодистий калій** вживати після їжі разом з чаєм, соком або водою 1 раз на день протягом 7 діб: дітям до двох років – по 0,040 г на один прийом; дітям від двох років та дорослим – по 0,125 г на один прийом.

►**Водно-спиртовий розчин йоду** приймати після їжі 3 рази на день протягом 7 діб: дітям до двох років – по 1-2 краплі 5% настоянки на 100 мл молока (консервованого) або годувальної суміші; дітям від двох років та дорослим – по 3-5 крапель на стакан молока або води. Наносити на поверхню кінцівок рук настоянку йоду у вигляді сітки 1 раз на день протягом 7 діб.

**Калуський районний відділ ДУ «Івано Франківський ОЦКПХ МОЗ України»**