

NACIONALINIS SAUGUMAS IR KRAŠTO GYNYBA

VADOVĖLIS
III GIMNAZIJOS
KLASEI
2 dalis

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama
Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos
Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

Vadovėlis atitinka kalbos taisyklingumo reikalavimus
(Valstybinės lietuvių kalbos komisijos išvada,
2024-10-31, Nr. S2-214 (6.1)).

RECENZENTAI:

Tomas Vaitkūnas, Vilniaus Vytauto Didžiojo gimnazijos
istorijos mokytojas metodininkas,

Linas Janulionis, Vilniaus Fabijoniškių gimnazijos
direktorius, istorijos vyresnysis mokytojas,

dr. Linas Jašinauskas, Vytauto Didžiojo universiteto
Švietimo akademijos Moderniųjų didaktikų
katedros vedėjas

© Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija, 2025

© Vida Česnuitytė, 2025

© Andrius Garbaras, 2025

© Gintautas Jakštys, 2025

© Asta Krikščionaitienė, 2025

© Gintaras Labutis, 2025

© Andrius Pranskūnas, 2025

© Rasa Smaliukienė, 2025

© Dinas Vaitkaitis, 2025

ISBN 978-609-8277-63-0

ISBN 978-609-8277-64-7 (PDF)

NACIONALINIS SAUGUMAS IR KRAŠTO GYNYBA

VADOVĖLIS
III GIMNAZIJO
KLASEI
2 dalis



GENEROLO JONO ŽEMAIČIO
LIETUVOS KARO AKADEMIJA
VILNIUS 2025 M.

Turinys

IV SKYRIUS

Ekstremaliosios situacijos, krizės ir grėsmės | 7

12. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos | 8

13. Techninės ekstremaliosios situacijos ir CBRB | 17

14. Socialinio pobūdžio situacijos | 29

15. Grėsmių ir pavojų vertinimas | 40

V SKYRIUS

Pasirengimas ekstremaliosioms situacijoms, krizėms ir grėsmėms | 59

16. Maisto ir kitų atsargų kaupimas | 60

17. Saugus judėjimas ir evakavimasis | 68

18. Apsauga nuo CBRB. Gyventojų perspėjimo signalai. Veiksmų planas branduolinės elektrinės avarijos atveju | 77

19. Išgyvenimo gyvenvietėse ir negyvenamosiose vietovėse principai. Bendravimo su draugiškais ir nedraugiškais asmenimis principai | 88

20. Sužeidimo ir kitų sveikatos sutrikimų pavojingumo nustatymo principai | 98



IV SKYRIUS

EKSTREMALIOSIOS
SITUACIJOS,
KRIZĖS IR
GRĖSMĖS

Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos

DR. GINTARAS LABUTIS



Temos reikšmingumas

- ➔ Lietuvės gyventojai mėgsta garsiai pagalvoti, kad gyvena tarsi Dievo užantyje, nes apie grėsmingas audras, uraganus, liūtis, potvynius ar pūgas dažniausiai sužino iš tarptautinių interneto svetainių. Tačiau Lietuvos priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento siunčiamas trumpasias žinutes apie artėjantį įvykį: audrą, lietų, snygį ar pūgą, tikriausiai gaunate ir jūs, ir jūsų artimieji. Jei tokių žinučių dar nesate gavę, patikrinkite savo mobiliojo telefono nuostatas (papildomos informacijos, kaip gauti tokius pranešimus, suteiks jūsų mobiliojo ryšio operatorius).
- ➔ Tačiau, net ir gavus tokią perspėjimo žinutę apie artėjantį ekstremalių įvykių, toliau verda gyvenimas: dirbantieji vyksta į darbus, moksleiviai ir studentai – į mokyklas, o savaitgalio vakarais miestų gatvės, kavinės ar kino teatrai pilni lankytojų. Ko gero, vienintelė didesnį gyventojų nerimą sukelianti informacija – tai Lietuvos elektros energijos skirstymo operatoriaus pranešimai apie tai, kad dėl stipraus vėjo ar elektros laidų apledėjimo keli tūkstančiai šalies gyventojų vis dar neturi elektros energijos, kad jau yra pasitelktos visos elektros energijos trikdžių šalinimo tarnybos, kurios jau dirba ir sparčiai šalina dėl ekstremaliojo įvykio atsiradusius gedimus. Vadinasi, nėra ko jaudintis!
- ➔ Taigi, viena vertus, gyvename saugioje geografinėje erdvėje, kita vertus, net ir čia, Lietuvoje, mus gali ištikti įvairios gamtinio pobūdžio nelaimės, kurioms turime būti pasiruošę.

Ar Lietuva – saugi šalis?

Ar verta analizuoti aplinkos grėsmes, kurias dar vadiname gamtinio pobūdžio grėsmėmis, jei jos Lietuvoje nutinka retai ir dažniausiai yra beveik nepastebimos? Šios temos tikslas – supažindinti jus, moksleivius, su dažniausiai pasitaikančiais gamtos įvykiais, kurie gali kelti grėsmę jums, jūsų artimiesiems ir Lietuvos visuomenei, taip pat pagalvoti ir sugalvoti, kaip galėtume geriau pasiruošti tokiems nepageidautiniams įvykiams, o jiems įvykus – kaip tinkamai reaguoti, apsaugoti ir save, ir kitus. Todėl šiame skyriuje analizuojami svarbūs klausimai, susiję su gamtinio pobūdžio ekstremaliųjų situacijų valdymu.

Rudenį Lietuvos gyventojus kartais pasiekia žinia, kad Klaipėdos jūrų uostas dėl uraganinio vėjo ar didelio bangavimo nepriima atplaukiančių laivų, o jūrų uoste esantiems laivams nurodoma palikti uostą ir išplaukti į atvirą jūrą, nes taip saugiau. Tikriausiai ne vienas pastebėjote ir kitą rudeninį trikdį, kai Lietuvos oro uostai dėl tiršto rūko neleidžia nutūpti atskrendantiems orlaiviams, ir ši informacija tampa svarbi visiems, planuojantiems keliones. Tačiau šie nedideli nepatogumai dažniausiai nepaveikia nei mūsų, nei mūsų artimųjų.

Dar tikriausiai atmenate tas dienas, kai šaltais žiemos rytais trokšdavote, kad lauke esanti temperatūra būtų žemesnė nei -25°C , tačiau ir tuo atveju nejautėte jokios grėsmės, o greičiau puoselėjote slaptą trumpalaikių atostogų viltį.

Saugi šalis yra toji mūsų Lietuva. Net ir žemė čia nedreba! Nors mokslininkai tikriausiai primintų, kad dar taip neseniai – 2004 metais Lietuvoje įvyko žemės drebėjimas, kuris buvo įvertintas 4 balais pagal Richterio seisminę skalę: vykstant tokiam žemės drebėjimui, pavojus žmogui negresia, nes tikroji grėsmė gyventojams ir jų turtui atsiranda, kai žemės drebėjimas pasiekia 7–8 balus pagal Richterio skalę.

Visas pasaulis susiduria su daugybe gamtos išbandymų, tokių kaip klimato kaita, stichinės nelaimės, aplinkos tarša, perteklinis vartojimas, biologinės įvairovės – augalų ir gyvūnų – nykimas (verta prisiminti Lietuvos raudonąją knygą, kurioje aprašomi nykstantys Lietuvos augalai ir gyvūnai). Šie gamtos išbandymai ir dažnai su jais susiję ekstremalieji įvykiai ar krizės turi įtakos ne tik mus supančiai aplinkai, bet ir mūsų kasdieniam gyvenimui, mūsų bendruomenėms ir mūsų ateičiai. Todėl net ir retai pasitaikančius gamtinius ekstremaliuosius įvykius verta:

- a) numatyti (prognozuoti),
- b) jiems pasiruošti,
- c) jiems įvykus, tinkamai reaguoti ir veikti.

Tačiau svarbu nepamiršti ir dar vieno svarbaus dalyko – neužtenka vien tinkamai reaguoti ir veikti. Pasibaigus ekstremaliajam įvykiui, svarbu išanalizuoti išmoktas pamokas: ką darėme gerai ir ką galėtume pagerinti, ir jas įtraukti rengiantis kitiems ekstremaliesiems įvykiams.

Kyla klausimai: kaip jūs, moksleiviai, galite ir turite elgtis įvykus gamtiniams ekstremaliesiems įvykiams ir koks jūsų, moksleivių, vaidmuo rengiantis tokiai situacijai, jai susidarius ar šalinant įvykio ar krizės padarinius?



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, kodėl Lietuvos gyventojai gauna Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento pranešimus apie gamtinę ekstremaliąją situaciją Lietuvoje.
2. Kodėl mes turėtume gamtinius ekstremaliuosius įvykius numatyti, jiems pasiruošti ir į juos tinkamai reaguoti?
3. Įrodykite arba paneikite teiginį, kad „Lietuvà yra saugi šalis, čia nevyksta didelės gamtinio pobūdžio nelaimės“.

Dažniausios gamtinės nelaimės Lietuvoje

Dažniausios Lietuvoje vykstančios stichinės gamtos nelaimės – tai audros, liūtytės, potvyniai, gausūs sniegai ar uraganas, taip pat ilgai trunkančios sausros ir miškų gaisrai.

Viena iš dažniausiai pasitaikančių gamtos grėsmių – stipraus vėjo sukeltos audros, dažnai su lietumi, virstančiu liūtimi. Miestų gyventojams tai sukelia nepatogumų, nes užtvindomos gatvės, pėsčiųjų takai, požeminės automobilių stovėjimo aikštelės ar namų rūšiai. Vairuotojai, patekę į audrą ir liūtį, dažnai bando sėkmę stengdamiesi važiuoti apsemtomis miesto gatvėmis ir rizikuodami apgadinti automobilius. Atrodytų, tai nedidelė grėsmė, bet gausių liūčių ir su jomis susijusių potvynių padariniai Lietuvoje tampa vis grėsmingesni. Kaip teigia Lietuvos mokslininkai, daugelis šalies miestų nepasiruošę atlaikyti gatvių potvynių dėl nepritaikytų lietaus vandens nuotekų sistemų, mažėjančių žaliųjų plotų, kurie gali sugerti dalį liūtės vandens, ar dėl netinkamai prižiūrimų lietaus vandens inžinerinių įrenginių. 2017 m. itin didelį liūčių poveikį pajuto Lietuvos žemdirbiai, kai apie 30 proc. visų grūdinių pasėlių plotų Lietuvoje patyrė audrų ir liūčių žalą. Beje, Lietuvos žemdirbiams nuostolių pridaro ne tik per didelis, bet ir nepakankamas kritulių kiekis. Dėl to prasidedančios sausros sunaikina dalį derliaus. Pastaraisiais metais sausros vis dažnesnės, todėl žemdirbiai netenka dalies pajamų, o daugeliui Lietuvos savivaldybių tenka skelbti ekstremaliąją situaciją.

Stiprios audros sukelia papildomų rūpesčių ir darbų gaisrininkams, šalinantiems nuvirtusius medžius, pridaro žalos gyventojų ir organizacijų turtui, kartais net žūsta žmonės. Laimei, tokių mirtinų atvejų Lietuvoje nedaug.

Paprastai suklūstame išgirdę žodį „uraganas“ ar „viesulas“, tačiau tokių itin stipraus vėjo reiškinių Lietuvoje pasitaiko retai. Labiausiai per pastaruosius 50 metų Lietuvos gyventojai įsiminė šiuos viesulus ir uraganus:

■ 1981 m. gegužės mėn. per Širvintų miestą praūžė viesulas – stiprus vėjo sukūrys, jis plėšė stogus, griovė namus, kėlė į orą gyvulius ir techniką. Ekspertų nuomone, šio viesulo greitis siekė net 70 m/s. Per šį viesulą žuvo vienas žmogus.

■ 1999 m. gruodžio mėn. Lietuvą niokojo uraganas Anatolijus. Jis laužė ir rovė me-

džius, apgadino namus ir elektros energijos skirstymo linijas, pražudė du žmones. **Uraganas** – tai staigus vėjo sustiprėjimas, kai vėjo gūsių greitis siekia daugiau nei 30 m/s.

■ 2005 m. sausio mėn. Lietuvą siaubė uraganas Ervinas, kuriam siaučiant, daugiau nei 100 tūkst. Lietuvos gyventojų liko be elektros energijos.

■ 2010 m. rugpjūčio mėn. per škvālą žuvo 4 žmonės. **Škvālas** – tai staigus trumpalaikis vėjo sustiprėjimas.

■ 2015 m. sausio mėn. Lietuvą patyrė uragano Felikso poveikį. Jis laužė ir rovė medžius, sutrikdė elektros energijos tiekimą kelioms dešimtims tūkstančių gyventojų.

Analizuojant šiuos įvykius, verta pastebėti, kad meteorologijos specialistai pasaulyje yra sukaupę daug svarbios informacijos apie audras ir uraganus, kurie formuojasi Atlanto vandenyne, o po to juda link Europos, kartu ir link Lietuvos. Naudodami kosminės oro stebėjimo sistemas ir šiuolaikinius prietaisus, meteorologai laiku aptinka būsimų uraganų formavimosi vietas, numato jų judėjimo kryptis, prognozuoja jų greitį, stiprumą ir trukmę. Judėdami uraganai nusilpsta. Meteorologai gali gana tiksliai numatyti galimus padarinius ir informuoti teritoriją, per kurias keliaus uraganai, gyventojus. Todėl mes, Lietuvos gyventojai, būname iš anksto perspėjami ir turime pakankamai laiko pasiruošti. Prieš daugiau nei 50 metų meteorologai, siekdami, kad visuomenė geriau pasiruoštų artėjantiems uraganams ir su jais susijusioms nelaimėms, pradėjo duoti uraganams vardus – ir vyriškus, ir moteriškus. Dabar ši tradicija yra paplitusi visame pasaulyje, o pagal uragano vardą galima nustatyti, kurioje pasaulio vietoje jis siautės. Uraganai yra klasifikuojami pagal vėjo greitį, šiuo metu meteorologai juos skirsto į penkias kategorijas. Lietuvą dažniausiai pasiekia jau nusilpę pirmosios kategorijos uraganai, kai vėjo greitis siekia iki 40 m/s, todėl mums, Lietuvos gyventojams, net sunku įsivaizduoti, kaip pasikeistų situacija, jei vėjo greitis būtų du kartus didesnis!

Stipraus vėjo, kurio greitis didesnis nei 20 m/s, sukeltos audros yra dažnas reiškinys Lietuvoje. Viesulai ir škvālai, taip pat pasitaikantys Lietuvoje, yra mažiau nuspėjami, nors meteorologai, stebėdami oro slėgio, drėgmės ir temperatūros pokyčius, gali numatyti, kada šie reiškiniai pasirodys ir perspėti gyventojus apie artėjančius pavojus.



12.1 pav. | Audros Lietuvoje padaro daug žalos

PAGD nuotrauka



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Nurodykite ne mažiau kaip du gamtinio pobūdžio ekstremaliuosius įvykius, dažnai nutinkančius Lietuvoje. Koks jų poveikis žmonių saugumui ir turtui?
2. Individualiai arba dirbdami poromis atsakykite į šiuos klausimus:
 - a) kokį gamtinio pobūdžio ekstremalų įvykį, jums sukėlusį nerimą, prisimenate? Gal galite papasakoti apie jį?
 - b) kas nepalankaus galėjo jums nutikti per šį įvykį?
 - c) jei buvote su suaugusiais, kaip jie elgėsi prasidėjus šiam įvykiui?
 - d) jei tuo metu buvote pamokose, kaip elgėsi jūsų mokyklos vadovai ir mokytojai, artėjant tokiam nepalankiam įvykiui ar jam prasidėjus?
 - e) kaip elgėsi jūsų tėvai po įvykio? Gal jie kalbėjosi su jumis apie įvykio padarinius ir nuostolius? Gal svarstė apie tai, kaip geriau pasiruošti kitiems panašioms įvykiams?
 - f) kaip elgėsi jūsų mokyklos mokytojai? Gal jie po įvykio kalbėjosi su jumis apie jo padarinius ir nuostolius? Gal svarstė apie tai, kaip geriau pasiruošti kitiems panašioms įvykiams?
 - g) ko naujo išmokote pasibaigus šiam įvykiui? Ką ateityje darytumėte kitaip?

Kaip turime elgtis?

KAIP ELGTIS ARTĖJANT DIDELEI AUDRAI AR URAGANUI, APIE KURĮ MUMS PRA-NEŠTA? Uraganai formuojasi Atlanto vandenyne, todėl mes, Lietuvos gyventojai, turime pakankamai laiko jiems pasiruošti.

Paprastai paskelbus apie artėjančią audrą ar mums jau įprastą pirmosios kategorijos uraganą, raginama tinkamai pasiruošti:

- 1 uždaryti namų ir butų langus, duris, neleisti susidaryti skersvėjams,
- 2 automobilius pastatyti atvirose vietose, toliau nuo medžių, pastatų ar elektros perdavimo linijų, verta pripilti pilną baką degalų,
- 3 sunešti daiktus iš kiemo ar balkonų į uždaras patalpas, pritvirtinti lauke likusius daiktus,

- 4 įsitikinti, kad lengvai nuplėšiamos pastato dalys, pavyzdžiui, stogas, yra gerai pritvirtintos,
- 5 planuoti didžiausio uragano aktyvumo dienas praleisti namie, pasirūpinti maisto ir vandens,
- 6 nusipirkti žvakių ar žibintų, kurie pravers sutrikus elektros energijos tiekimui, – pastaraisiais metais privačių namų gyventojams yra siūloma iš anksto įsigyti nedidelius elektros energijos generatorius ir taip pasiruošti elektros energijos tiekimo nesklandumams,
- 7 pasikalbėti su artimaisiais bei draugais ir pasidalyti ne tik žinia apie artėjančią uraganą, bet ir apie atliktus pasiruošimo darbus.

Kaip matote, pateiktos rekomendacijos yra paprastos ir lengvai įgyvendinamos. Tačiau reikia atminti, kad mūsų valstybėje yra sukurta speciali sistema, apimanti organizacijas, atsakingus asmenis ir numatytus darbus, tokius kaip grėsmę Lietuvos gyventojams sukeliančių įvykių numatymas, pasirengimo jiems planavimas, veiksmai per šiuos įvykius ir atsiradusios žalos šalinimas. Lietuvos Respublikos Seimas yra priėmęs tam skirtus įstatymus, kuriuose yra apibrėžtos ne tik Lietuvos gyventojų teisės, bet ir pareigos.

KAIP ELGTIS, JEI UŽKLUPO DIDELĖ AUDRA AR URAGANAS? Jei tinkamai pasiruošėte ir esate namuose, čia ir likite: pasirinkite saugią patalpą ir toliau tęskite suplanuotus darbus, bet būkite budrūs, nes situacija gali greitai pasikeisti. Jei tuo metu esate mokykloje, klausykite mokytojų ir mokyklos vadovybės nurodymų. Jūsų mokykla yra viena iš organizacijų, įpareigotų pasirūpinti ne tik kasdieniu moksleivių saugumu, bet ir saugia aplinka esant gamtinio pobūdžio ekstremaliosioms situacijoms.

Jei audra ar uraganas užklupo jus išvykoje – esate kur nors gamtoje, vadinasi, nebuvote pakankamai atsargūs, tinkamai nepasiruošėte ekstremaliajai situacijai ir nepasistengėte grįžti į namus iki jos pradžios (kitą kartą būkite išmintingesni). Užklupus audrai ar uraganui, turėtumėte skubiai važiuoti ar bėgti į atvirą vietovę, kur nėra medžių ar kitų objektų, kurie, griūdami ar pakilę į orą, galėtų jus sužeisti. Iki šiol Lietuvos gyventojai prisimena atvejį, kai 2010 m. čekų keliautojai su dviračiais, prasidėjus audrai, pasislėpė apgriuvusiame pastate, Kaūno rajonė. Pastatas dėl stipraus vėjo sugriuvo ir mirtinai sužalojo vieną keliautoją, dar penkis – sunkiai sužeidė. Todėl slėpkitės atviroje žemoje vietoje, gal net griovyje.

Jei stiprus vėjas jus užklupo gatvėje, venkite didelių plakatų, vitrinų, elektros laidų ir pan. Slėpkitės visuomeninės paskirties pastatuose. Asmenukes darykite tik tada, kai įsitikinsite, kad esate saugūs!

KAIP ELGTIS PO DIDELĖS AUDROS AR URAGANO? Apsidairykite ir įvertinkite aplinką: kokia statinio, kuriame praleidote audrą ar patį grėsmingiausią uragano etapą, būklė, kokia aplinkinių gatvių, kelių, upių būklė. Nerizikuokite eiti ar važiuoti apsemtu keliu ar bristi per upę, jei nesate įsitikinę, kad tai saugu. Paprastai, pasibaigus uraganui, turime daugiau laiko apgalvoti savo veiksmus, todėl neverta skubėti. Taip pat būkite atsargūs, jei pamatėte išrautus medžius ar nutrauktus elektros laidus (nugriuvusius medžius turėtų sutvarkyti priešgaisrinės saugos specialistai, o nutrauktus laidus – elektros specialistai).

Jei, išėję iš būsto, matote, kad jis pažeistas, – būkite itin atsargūs. Jei grįžote į būstą, nes buvote išvykę, atsargiai įeikite į vidų, įsitikinkite, kad viduje saugu. Patikrinkite rūšį, katilinę, elektros saugiklių būklę. Nepamirškite patikrinti kanalizacijos (jei audrą lydėjo liūtis, apžiūrėkite, ar neapsemta).

Jei audra ar uraganas buvo stiprus, svarbu gauti papildomos informacijos iš centrinės ir vietinės valdžios, nes, esant didelei žalai, valstybė ar savivaldybės gali skelbti ekstremaliąją situaciją.

Būtinai paskambinkite savo artimiesiems bei draugams ir įsitikinkite, ar jiems nereikia jūsų ar specializuotų tarnybų pagalbos.

Kaip minėta, vasarą audros sukelia ir dideles liūtis, po kurių kyla potvyniai. Jie pridarо daug žalos aplinkai, gyventojų turtui ar žemdirbių pasėliams, o žiemą, esant ir dideliame snygiui, ir dideliame vėjui, kyla pūgos, ant pastatų susikaupusi sniego danga gali deformuoti stogus ir kelti grėsmę pastatuose esantiems žmonėms. Neigiama aplinkos temperatūra gali kelti naujų pavojų, todėl verta rūpestingai ir atsakingai planuoti pasivaikščiojimus gamtoje ar keliones automobiliais siaučiant pūgai.

Prasidėjus stipriai liūčiai ar stipriam snygiui, rekomenduojama laikytis tų pačių rekomendacijų, kaip ir audros ar uragano atveju. Svarbu neužmiršti, kad visi gamtiniai ekstremalieji įvykiai yra sunkiai prognozuojami, todėl verta stebėti, kas vyksta, ir tik po to imtis veiksmų.

Tik nedidelė dalis Lietuvos gyventojų patiria grėsmes, susijusias su potvyniais, kuriuos sukelia pavasarį tirpstantis sniegas. Tikriausiai daugeliui teko matyti jau istorinius tapusius televizijos reportažus apie pavasarinį potvynį Nėmuno deltoje ir apsemtą kelią, vedantį iš Šilutės į Rūsnę. Tačiau, 2019 m. pastačius Rūsnės estakadą, pasibaigė dešimtmečius trukę susisiekimo rūpesčiai. Keliausiems apsemtu keliu liko tik prisiminimai, tačiau dalis Nėmuno deltos gyventojų, gyvenančių apsemtose teritorijose, iki šiol patiria grėsmę, susijusią su pavasarį pakylančiu vandens lygiu. Tačiau šie gyventojai jau įpratę prie tokių sezoninių nepatogumų. Lietuvoje yra sudarytas specialus žemėlapis, kuriame nurodytos potvynių apsemtos vietos, todėl potvynių riziką turi vertinti ne tik Rūsnės gyventojai, bet ir kiti asmenys ar organizacijos, vystantys veiklą apsemtose teritorijose.

Regis, aptarėme pagrindines su gamta susijusias grėsmes, veikiančias Lietuvos visuomenę. Mokslininkai, tyrinėjantys klimato kaitą, argumentuotai teigia, kad žmonijos veikla taip paveikė gamtą, kad jos keliamų grėsmių ateityje tik daugės.



12.2 pav. | Rūsnės estakada, pastatyta 2019 metais

Šilutės r. savivaldybės Fridricho Bajoraičio viešosios bibliotekos nuotrauka

Svarbu nepamiršti, kad Lietuvoje ne tik valdžios institucijos ar specializuotos tarnybos yra atsakingos už piliečių saugumą, jų pasirengimą ir veiksmus susidarius gamtinio pobūdžio ekstremaliajai situacijai. Atsakingi esame ir mes – Lietuvos visuomenės nariai. Bendras veikimas ir bendradarbiavimas numatant didesnius pavojus, tinkamai reaguojant esant pavojams ir šalinant nepageidautinus padarinius gali apsaugoti ir mane, ir tavo, ir šalį. Jokia viena institucija ar vienas žmogus negali sėkmingai apsaugoti nuo gamtinių ir kitų ekstremaliųjų įvykių. Kaip supratote iš minėtų pavyzdžių, mūsų, kaip visuomenės narių, atsakomybė apima pasirengimą ekstremaliems gamtos įvykiams, tinkamą elgesį jiems nutikus ir tinkamą reagavimą į kilusius pavojus.

Jei visuomenė ir jos nariai yra aktyvūs ir atsakingi, kaip tada turi elgtis mokykla, kurioje jūs mokotės, įvykus gamtiniam ekstremaliajam įvykiui? Paklauskite savo mokytojų! Tačiau, net ir nelaukiant mokytojų atsakymo, galima nuspėti, kad kiekviena mokykla yra įpareigota imtis ekstremaliųjų situacijų prevencijos priemonių, organizuoti mokytojų ir mokinių civilinės saugos mokymus ir pratybas, o susidarius tokiai situacijai – taikyti pratybose išmoktas žinias ir įgytus gebėjimus.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kas yra atsakingas už pasirengimą gamtiniam ekstremaliajam įvykiui ir veiksmus po jo? Kodėl?
2. Koks visuomenės vaidmuo nutikus gamtiniam ekstremaliajam įvykiui?
3. Išsirinkite vieną galimą gamtinį ekstremalių įvykių ir išvardykite svarbiausius veiksmus siekiant per jį apsaugoti.



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos ir su jomis susijusios grėsmės – neišvengiama mūsų gyvenimo dalis, todėl kiekvienam svarbu žinoti, kaip atpažinti šias grėsmes ir tinkamai įvertinti atsiradusias rizikas. Pagrindinės žinios apie gamtinio pobūdžio grėsmes: audrą, uraganą, škvalą, liūtį, potvynį ar pūgą – buvo pateiktos šiame skyrelyje.
2. Vien žinių nepakanka, nes kiekvienam iš mūsų reikės tinkamai reaguoti į kilusią grėsmę ir pavojus. Todėl mokymai ir pratybos yra neatskiriama reagavimo į grėsmes dalis. Prisiminkite, kada paskutinį kartą jūsų mokykloje vyko civilinės saugos mokymai ir pratybos. Kaip į jas reagavote – su šypsena ar ironija, o gal suvokėte, kad tai būtina?

Techninės ekstremaliosios situacijos ir CBRB

DR. ANDRIUS GARBARAS

Temos reikšmingumas



- ➔ Tikriausiai retas kuris esate girdėjęs santrumpą CBRB. Nagrinėdami šią temą, susipažinsime su techninėmis ekstremaliosiomis situacijomis, taip pat su piktavališku cheminių, biologinių, radiologinių ir branduolinių (trumpiau – **CBRB**) medžiagų ar ginklų naudojimu, kai siekiama padaryti didelę žalą gyventojams ar sukelti sąmyšį visuomenėje.
- ➔ Kodėl ši tema svarbi kiekvienam piliečiui? Techninės ekstremaliosios situacijos, taip pat cheminės, biologinės, radiologinės ir branduolinės grėsmės gali būti realios, todėl svarbu, kad visuomenė būtų informuota apie gresiančius pavojus. Būtina kiekvienam žinoti, kaip elgtis ir reaguoti, kai yra įtariamas arba patvirtintas CBRB pavojus. Tai padidina kiekvieno piliečio išgyvenimo tikimybę.
- ➔ Užtikrinti saugą nuo piktavališko CBRB naudojimo yra pasirengusios tiek civilinės institucijos, tokios kaip Greitosios medicinos pagalbos tarnyba, Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas, Lietuvos policija, tiek Lietuvos kariuomenės specializuoti padaliniai. Tačiau itin svarbus yra ir gyventojų pasiruošimas reaguoti ir tinkamai elgtis krizės atveju. Gyventojų bendradarbiavimas su institucijomis krizių metu ir vėliau šalinant jų padarinius prisideda prie nacionalinio saugumo ir krašto gynybos, nes leidžia greičiau įveikti krizines situacijas, sumažina galimą aukų skaičių, lengvina valstybės grįžimą į prieškrizinį lygį.
- ➔ CBRB keliamos grėsmės skiriasi: cheminės medžiagos sukelia apsinuodijimą, biologinės medžiagos – ligas, radioaktyviosios medžiagos daro radiologinį poveikį, o branduolinio ginklo panaudojimas susijęs su terminiu ar sprogimo poveikiu, sproguos atominė bomba. Techninės ekstremaliosios situacijos susijusios su didelio masto gaisrais, įvairių transporto rūšių avarijomis. Apie tai plačiau ir pakalbėsime šiame skyriuje.

- 3. Dažnai gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos gali būti iš anksto numatomos, todėl skirkite laiko pasiruošti ir tinkamai reaguoti. Daug patarimų galite rasti ir šiame skyrelyje.
- 4. Geriausiai gamtinio pobūdžio ekstremalioji situacija gali būti įvertinta jau po to, kai ji įvyksta, todėl, artėjant tokiam įvykiui, pasikliaukite žmonių, mačiusių ir patyrusių tokių įvykių, nuomone ir patarimais. Klausykite, ką jums nurodo mokytojai, mokyklos vadovybė ar tėvai – tai labai svarbu!
- 5. Po gamtinio ekstremaliojo įvykio būtinai aptarkite su klasės draugais, mokytojais ir tėvais šiuos svarbius dalykus: a) kas įvyko, b) kaip mes elgėmės ekstremaliojo įvykio metu, c) kaip ateityje galėtume geriau pasiruošti panašioms įvykiams ir geriau reaguoti. Išmoktos pamokos yra neatsiejama mūsų gyvenimo dalis – juk sakoma: „Gyveni ir mokaisi.“



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

- 1. Kokias grėsmes gyventojų saugumui kelia gamtiniai ekstremalieji įvykiai? Kurių dviejų grėsmių padariniai, jūsų nuomone, rimčiausi?
- 2. Kaip manote, kokias didžiausias klaidas daro gyventojai artėjant gamtiniam ekstremaliesiems įvykiams ar jų metu? Kas tai lemia?
- 3. Nurodykite tris svarbiausius veiksmus, kuriuos turime padaryti, norėdami išlikti saugūs kilus gamtos nelaimei. Paaiškinkite, kodėl pasirinkote būtent tokius.
- 4. Ne mažiau kaip dviem teiginiais pagrįskite arba paneikite teiginį „Lietuvoje didelės gamtinio pobūdžio nelaimės nevyksta“.
- 5. Kaip manote, valstybinės institucijos ar žmogus asmeniškai yra atsakingas už savo ir asmeninio turto saugumą per gamtinį ekstremalų įvykį? Nuomone pagrįskite.

Kas yra technologinė nelaimė?

Techninė ekstremalioji situacija susidaro įvykus **technologinei neláimei**, kurią sukelia technologinės struktūros gedimas ir (arba) žmogaus klaidos valdant ar tvarkant technologiją. Technologinės nelaimės gali būti laikomos žmogaus sukeltomis nelaimėmis, tai reiškia, kad gali būti nustatytas priežastinis ryšys tarp žmogaus veiklos ir technologinės nelaimės. Susidariusios ekstremaliosios situacijos (gamtinės, techninės, ekologinės ar socialinės) sukelia sunkumų, tačiau techninės ekstremaliosios situacijos yra itin sudėtingos dėl šių priežasčių:

- jų grėsmės negalima numatyti – technologinė nelaimė yra staigi, netikėta ir nenuspėjama,
- už nelaimę atsakingi žmonės – technologinių nelaimių aukos linkusios jausti pyktį žmonėms, atsakingiems už situacijas, kurių buvo galima išvengti.

Technologinės nelaimės gali būti ir lokalias, ir globalios. Jos skirstomos taip:

- industrinės (pavyzdžiui, cheminių medžiagų išsiliejimas, gamybinio pastato griūtis, sprogimas ar gaisras gamybiniame pastate, dujų nuotėkis, radioaktyviųjų medžiagų patekimas į aplinką),
- transporto (oro, geležinkelio, kelių, jūrų ir vidaus vandenų transporto avarijos),
- įvairūs nelaimingi atsitikimai (pavyzdžiui, gaisras ar sprogimas gyvenamajame name, gyvenamojo namo griūtis).



131 pav. | Įspėjamieji radiacinio, biologinio ir cheminio pavojaus ženklai

Šaltinis: mtthwhgn.com



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, ką reiškia santrumpa CBRB.
2. Kas yra technologinė nelaimė? Kodėl tokios nelaimės yra itin sudėtingos?
3. Kuri technologinių nelaimių rūšis, jūsų nuomone, yra pavojingiausia? Argumentuokite.

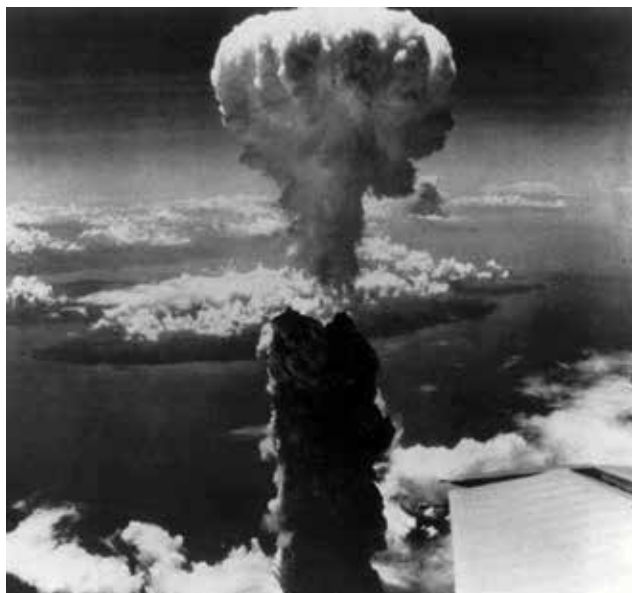
Branduolinės nelaimės

Branduolinės nelaimės yra susijusios su radioaktyviųjų medžiagų patekimu į aplinką. Kuo skiriasi branduolinės nelaimės nuo radiologinių nelaimių, per kurias taip pat į aplinką patenka radioaktyviųjų medžiagų? Per branduolinę nelaimę radioaktyviosios medžiagos aplinkoje pasklinda sprogus įrenginiui (pavyzdžiui, atominei bombai), o radiologiniai incidentai sukelia spinduliuotę be branduolinio įrenginio detonavimo (pavyzdžiui, netiksliai apskaičiuojama spinduliuotės dozė besigydančiam ligoniui).

Branduolinės nelaimės metu į aplinką patekusios radioaktyviosios medžiagos kelia pavojų aplinkai ir žmonių sveikatai. Tarptautinė atominės energijos agentūra (TATENA) branduolines nelaimes pagal pavojingumą skirsto į 7 lygius: 4–7-asis lygiai atitinka „avarijas“, o 1–3-iasis lygiai priskiriami „įvykiams“. Įvykiai, nereikšmingi branduolinės saugos požiūriu, priskiriami nuliniam lygiui. Norint atskirti nelaimes pagal jų pavojingumą, įvesta logaritminė lygių skalė. 1986 m. Černobylio ir 2011 m. Fukušimos branduolinių elektrinių avarijos priskirtos 7-ajam lygiui, nes jos turėjo didelį poveikį žmonėms ir aplinkai. 1979 m. avarija Trijų Mylių salos branduolinėje elektrinėje priskirta 5-ajam lygiui, nes nenustatyta ilgalaikio poveikio žmonių sveikatai.

Branduolinės eros pradžia galima laikyti pirmosios atominės bombos susprogdinimo momentą. Per Antrąjį pasaulinį karą, 1945 m. liepos 16 d., JAV, Naujosios Meksikos valstijoje, buvo išbandyta pirmoji atominė bomba. Po sėkmingo bandymo atominės bombos buvo panaudotos kaip ginklas – jos numestos ant Japonijos Hirošimos (1945 m. rugpjūčio 6 d.) ir Nagasakio (1945 m. rugpjūčio 9 d.) miestų. Skaičiuojama, kad 1945 m. rugpjūčio 6 d. ant Hirošimos numestos urano bombos sprogstamoji galia prilygo 15 000 tonų trotilo. Buvo sunaikinta apie 70 procentų miesto pastatų. Iki 1945 m. pabaigos dėl padaryto poveikio mirė apie 140 000 žmonių, o tarp išgyvenusiųjų smarkiai padaugėjo vėžio ir lėtinų ligų atvejų.

Dar didesnio galingumo plutonio bomba (sprogimo galia prilygo 21 000 tonų trotilo) buvo numesta ant Nagasakio. Ten žuvo 74 000 žmonių. Atominės bombos sprogimo metu prasideda branduolių dalijimosi reakcija, per kurią išsiskiria energija. Praėjus maždaug 0,2 sekundės po sprogimo, susidaręs ugnies kamuolys pasiekia 7 700 °C paviršiaus temperatūrą. Per 3 sekundes po detonacijos ugnies kamuolio skleidžiama intensyvi šiluma stipriai paveikia žemės paviršių. Prie epicentro temperatūra pasiekia 3 000–4 000 °C. Šis karštis degina žmogaus odą net 3,5 km atstumu nuo epicentro.



13.2 pav. | Atominės bombos grybo formos debesis virš Nagasakio

Šaltinis: atomicarchive.com



13.3 pav. | Ruošiamasi šalinti avarijos Černobylio branduolinėje elektrinėje padarinius

„Sygma“ / „Corbis“ (Igorio Kostino) nuotrauka



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokį pavojų kelia branduolinės nelaimės?
2. Kokios branduolinio sprogimo pasekmės? Paaiškinkite jas detaliau.
3. Į kokius lygius Tarptautinė atominės energijos agentūra skirsto branduolinių nelaimes? Pagal ką jie yra išskiriami?

Radiologinės nelaimės

Jei branduolinės nelaimės įvyksta detonavus branduolinį įrenginį, tai radiologinės nelaimės sukelia spinduliuotę be branduolinio įrenginio detonavimo. Nutikus radiologinei nelaimei, auka gali būti užteršta radioaktyviosiomis medžiagomis ir (arba) paveikta jonizuojančiosios spinduliuotės. Kokie galėtų būti tokios nelaimės pavyzdžiai?

Nešvariųjų bombos susprogdinimas. Radiologinis išsklaidymo įtaisas paskleidžia radioaktyvias medžiagas, branduolinis sprogimas neįvyksta. Nešvariųjų bombos sudarytos iš sprogmenų, pavyzdžiui, dinamito ir radioaktyviosios medžiagos. Detonavus užtaisą, sprogimo banga į aplinką paskleidžia radioaktyvias medžiagas. Nors radioaktyviosiomis medžiagomis gali būti užterštas tam tikras plotas, mažai tikėtinas radiologinis poveikis, t. y. gyventojų apšvita jonizuojančiąja spinduliuote. Iki šiol nėra žinoma apie pavykusį nešvariųjų bombos susprogdinimą.

Kitas būdas paskleisti radioaktyvias medžiagas yra išleisti jas į vandenį ar dirvožemį, išbarstyti iš skrendančio lėktuvo ir pan. Radioaktyviosios medžiagos gali būti kietos, dujinės, skystos ar aerosolio dalelių pavidalu. Bet kuriuo atveju sukeltą taršą reikia išvalyti – iš aplinkos pašalinti radioaktyvias medžiagas.

Iki šiol yra įvykusios šios didžiausios radiologinės nelaimės: Fukušimos avarija (2011 m.), Černobylio avarija (1986 m.), Trijų Mylių salos avarija (1979 m.), SL-1 nelaimė (1961 m.). Visos šios nelaimės įvyko branduolinėse elektrinėse eksploatuojant branduolinius reaktorius. Nors sukeltų incidentų mastas skiriasi, visi jie turi bendrą požymį – branduolinis sprogimas neįvyko, bet į aplinką buvo paskleistos radioaktyviosios medžiagos.

Černobylio avarija įvyko pažeidus elektrinės eksploatavimo reglamentą. Elektrinės personalas atliko eksperimentą, kurio metu norėjo išbandyti tam tikrų elektrinės komponentų veikimą stabdant reaktorių ir esant mažai elektrinės galiai. Eksperimentas buvo vykdomas ignoruojant saugos pranešimus, kol branduolinės elektrinės reaktoriaus būsena pasiekė kritinį lygį. Tuomet dėl nekontroliuojamų branduolinių reakcijų staigiai padidėjo reaktoriaus galia, perkaito jo šerdis ir, trūkus aušinimo vamzdžiams, susidarė vandens garai. Smarkiai pakilus slėgiui, garai nukėlė reaktoriaus apsauginį 2 000 tonų sveriantį dangtį. Reaktorius buvo sukonstruotas be papildomo apsauginio apvalkalo, kuris reaktoriaus išsilydimo atveju būtų sulaukęs radioaktyvias medžiagas, todėl didelis jų kiekis buvo išmestas į aplinką. Skaičiuojama, kad į aplinką buvo išmesta nuo 10 iki 60 tonų urano oksido. Per avariją branduoliniame reaktoriuje buvo urano dalijimosi produktų, tokių kaip jodo, cezio, radioaktyvieji izotopai. Inertinių dujų ir aerosolio dalelių pavidalu šie izotopai pasklido po didelę teritoriją (200 000 kv. km plotą) ir sukėlė radiologinius padarinius. Dėl tuo metu vyravusių oro masių daugiausia radioaktyviosios taršos pateko į Baltarusijos teritoriją, tarša pasiekė ir Lietuvą. Pasaulio sveikatos organizacijos vertinimu, dėl Černobylio avarijos galėjo mirti iki 4 000 žmonių.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, kuo radiologinės nelaimės skiriasi nuo branduolinių nelaimių.
2. Kas yra nešvarioji bomba? Kuo ji pavojinga?
3. Kodėl įvyko Černobylio avarija? Kokie yra jos padariniai?

Biologinės nelaimės

Biologinės nelaimės apima žmonių, gyvūnų ir augalų ligas, negalią ar didelio masto mirtį nuo bakterijų, virusų ar toksinų. Choleros protrūkis, kiaulių gripas ir COVID-19 epidemija yra biologinių nelaimių pavyzdžiai.

Cholera yra infekcinė bakterinė žarnyno liga, kurią sukelia choleros vibrietas. Šios ligos simptomai – viduriavimas ir vėmimas. Pirmasis didelis choleros protrūkis įvyko Indijoje XIX a. pradžioje, vėliau – Šiaurės Amerikoje ir Europoje. Prastos higienos sąlygos, menka vandens ir maisto kokybė lemia šios bakterinės ligos plitimą, ypač silpnai išsivysčiusiose šalyse.

Vadinamąjį kiaulių gripą sukelia H1N1 virusas. Didžiausi šio viruso sukeltos ligos protrūkiai: 1918 m. Ispanijos gripo pandemija, 1977 m. Rūsijos gripo pandemija ir 2009 m. kiaulių gripo pandemija. Pavyzdžiui, naujo tipo A(H1N1)v viruso sudėtyje yra kiaulių, paukščių ir žmonių gripo genų segmentų. Ligai suvaldyti kuriami skiepai, o ligos prevencija apima higienos rekomendacijų laikymąsi.

Bene didžiausia šių laikų epidemija – COVID-19 protrūkis. 2020 m. nauja virusinė mirtina liga pradėjo staigiai plisti visame pasaulyje. Ligos protrūkiui sustabdyti buvo įvestos griežtos priemonės, ribojamas žmonių judėjimas. Sukūrus vakciną, ši liga tapo mažiau pavojinga.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, kas yra biologinė nelaimė, ir pateikite biologinių nelaimių pavyzdžių.
2. Kokiais būdais galima suvaldyti biologinę nelaimę?

Cheminės nelaimės

Cheminis ginklas yra prietaisai ir kita įranga su toksiškomis cheminėmis medžiagomis, naudojami norint sukelti tyčinę mirtį arba žalą. Pirmojo pasaulinio karo metais (1914–1918 m.) buvo plačiai naudojamos chloro dujos, fosgenas ir garstyčių dujos, ypač kariaujant tranšėjose. Šios nuodingos dujos sukėlė daugybę mirčių, nudegimų, kitokių sužeidimų, kuriuos lydėjo didelės kančios. Manoma, kad nuo cheminio ginklo per Pirmąjį pasaulinį karą nukentėjo apie milijoną žmonių. Visuomenei pasipiktinus, 1925 m. buvo pasirašytas Ženėvos protokolas, draudžiantis naudoti cheminį ginklą kare. Nepaisant to, cheminio ginklo naudojimo apraiškų yra iki šiol, pavyzdžiui, chloro dujų ataka Sirijos konflikte ar garstyčių dujų naudojimas Irake Sadamo Huseino valdymo metais.



13.4 pav. | Britų kulkosvaidininkai su apsauga nuo cheminio ginklo Pirmojo pasaulinio karo metais

Džono Voriko Bruko (iwm.org.uk) nuotrauka

Cheminis ginklas skirtas kariams naikinti ir žaloti, o pramoniniuose objektuose cheminės nelaimės įvyksta dėl techninių gedimų ar aplaidumo. Stipriai vystantis chemijos pramonei, neišvengiama ir incidentų, kai į aplinką patenka pavojingų cheminių medžiagų. Lietuvoje didžiausia cheminė nelaimė įvyko 1989 m., kai gamykloje „Azotas“ (dabar – akcinė bendrovė „Achema“), sprogus amoniako saugyklai, į aplinką išsiliejo apie 7 500 tonų skysto amoniako. Dėl kilusio gaisro susidarė nuodingos azoto oksido ir chloro dujos, kurių 50 km ilgio ir 7 km pločio šleifas pasiekė Ūkmergę, Širvintas, Kėdąinius ir kitas teritorijas. Likviduojant avariją, žuvo 7 žmonės, dar 50 buvo sužeista, keli šimtai darbuotojų apsinuodijo. Cheminio poveikio neišvengė naminiai ir laukiniai gyvūnai, nukentėjo augalija.

Vienas naujausių pasaulinių incidentų, susijusių su cheminių medžiagų sukeltu poveikiu, įvyko Libanė, Beirutė. 2020 m. buvusio uosto sandėlyje dėl kilusio gaisro sprogo čia saugotas amonio nitratas. Aplaidus cheminių medžiagų laikymas lėmė vieną didžiausių sprogimų šiuolaikinėje istorijoje. Beirutė įvykęs sprogdymas nusinešė 218 žmonių gyvybes, 7 000 buvo sužaloti, 300 000 žmonių liko be pastogės.



13.5 pav. | Sprogimas Beirutė

Šaltinis: breachbangclear.com



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Koku tikslu naudojamas cheminis ginklas?
2. Kodėl draudžiama naudoti cheminį ginklą?
3. Kaip manote, kodėl, nepaisant draudimų naudoti cheminį ginklą, jis retkarčiais vis tiek panaudojamas arba grasinama, kad bus panaudotas?

Kitos ekstremaliosios situacijos

Nors jau aptarėme įvairias technines ekstremaliosias situacijas, būtina pakalbėti ir dar apie keletą galimų nelaimių, kurios retkarčiais nutinka ir Lietuvoje, ir kitose šalyse.

DIDELIO MASTO GAISRAI.

Gamtoje natūraliai kylantys gaisrai kelia pavojų augmenijai, gyvūnijai ir žmonėms. Pagrindinė gamtoje išplieskiančių gaisrų priežastis – žaibų išlydžiai. Vietovėse, kur dažni gaisrai, vietinė augalija yra prisitaikiusi prie gaisro poveikio. Tai nereiškia, kad egzistuoja nedegantys medžiai ar žolė, – prisitaikymas yra netiesioginis. Pavyzdžiui, Šiaurės Amerikoje augančių kai kurių pušų rūšių kankorėžiai tik po gaisro išbarsto sėklas – taip greitai atsikuria vietinė augalija. Eukaliptų lapai labai degūs dėl juose esančių aliejų, o kamieno žievė yra tokios sudėties, kad apsaugotų medžio šerdį nuo ugnies poveikio. Net ir Lietuvoje yra augalų, kurie auga gaisravietėse.

Kasmet įvairiose šalyse kyla didelių miško gaisrų. Lietuvoje toks kilo 2006 m. Kuršių nerijoje. Gaisro gesinimo darbus apsunkino tankiai augančios kalninės pušys, kurios dega labai greitai. Tuomet išdegė apie 50 ha miško plotas. Miško gaisrus sunku gesinti dėl greito ugnies plitimo, o durpynų gaisrai išsiskiria tuo, kad labai sunku nustatyti po žeme esančius gaisro židinius. Degant durpynams, stipriai padidėja oro tarša kietosiomis dalelėmis.

Miškų ar pievų gaisrai neprilygsta pramonės objektų gaisrams, kai į aplinką gali būti išmetama nuodingųjų medžiagų. Pavyzdžiui, per 2019 m. Alytaus padangų perdirbimo gamyklos gaisrą sudegė apie 1 900 tonų panaudotų padangų. Degant padangoms, į aplinką išsiskiria policikliniai aromatiniai angliavandeniliai, dioksinai, furanai, sunkieji metalai. 2024 m. Vilniuje kilo gaisras automobilių sąvartyne – degė padangos, tepalai, plastikas. Naujāmiesčio mikrorajono gyventojams buvo patariama likti namuose.

Lietuvoje kasmet kyla apie 9 000 gaisrų, juose žūsta keliasdešimt žmonių. Pagrindinės gaisrų priežastys Lietuvoje yra krosnių, židinių, dūmtraukių įrengimo bei eksploataavimo reikalavimų pažeidimai (30 proc.) ir neatsargus žmonių elgesys su ugnimi (12 proc.).

Rekomendacijos kilus gaisrui (jei esate, pavyzdžiui, bute). Išeikite iš buto; išeidami uždarykite duris, bet jų neužrakinkite; nesinaudokite liftais; apie gaisrą praneškite numeriu 112. Jei patalpoje daug dūmų, užsidenkite burną ir nosį drėgnu audeklu, eikite pasilenkę. Jei laiptinėje daug dūmų, likite bute, eikite prie lango ar į balkoną, kad atvykę ugniagesiai jus pastebėtų.

Rekomendacijos, kai esate saugiu atstumu nuo gaisro, t. y. nekyla tiesioginis pavojus sveikatai ar gyvybei. Uždarykite langus, kad į vidų nepatektų aerozolio dalelių, ir neikite į lauką; sandariai uždenkite geriamojo vandens šulinius, kad į juos nepatektų degimo produktų; ruošdami maistą, naudokite ne šulinių vandenį, o vandentiekio ar fasuotą vandenį; stenkitės nevalgyti vaisių ir daržovių, kuriuos galėjo paveikti gaisro metu susidarę teršalai; nevartokite ganyklose ganomų gyvulių pieno.

Daugiau rekomendacijų, kaip elgtis kilus gaisrui, galima rasti Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento puslapyje: <https://pagd.lrv.lt/lt/ugniagesiai-pataria/kaip-elgtis-kilus-gaisrui/>



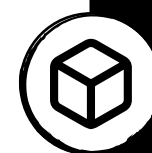
13.6 pav. | Gaisras Alytaus padangų perdirbimo gamykloje 2019 m.

Aplinkos ministerijos nuotrauka

AUTOMOBILIŲ, GELEŽINKELIO IR LĖKTUVŲ AVARIJOS. Didėjant gyventojų skaičiui (2024 m. pasaulyje gyveno per 8 mlrd. žmonių) ir gerėjant gyvenimo kokybei, didėja poreikis keliauti. Automobilis yra populiariausia susisiekimo priemonė, o saugiausia transporto rūšis yra oro transportas. Per aviakatastrofas iškart žūsta daug žmonių, todėl atrodo, kad lėktuvai yra nepatikima transporto priemonė, bet statistiškai nesaugiausias yra automobilis. Skaičiuojama, kad kasmet automobilių avarijose žūsta 1,3 mln. žmonių. Yra įvykę ir itin skaudžių geležinkelio transporto nelaimių. Pavyzdžiui, 1975 m. Lietuvoje, netoli Žaslių geležinkelio stoties, keleivinis traukinys rėžėsi į prekinio traukinio cisterną su degalais. Per avariją žuvo 20 žmonių, daugybė sužeista. Dėl prastos geležinkelių būklės ir nepakankamos jų priežiūros viena avaringiausių šalių yra Indija. Pavyzdžiui, 2023 m., susidūrus keleiviniam ir prekiniam traukiniams, Indijos Odišos valstijoje žuvo 300 žmonių.



13.7 pav. | Keleivinio traukinio avarija Indijoje 2023 m.
„Reuters“ / „Stringer“ nuotrauka



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Technologinės nelaimės įvyksta dėl technologijų ar infrastruktūros gedimų, žmonių klaidų.
2. Įvykus branduolinei nelaimei, į aplinką patenka radioaktyviosios medžiagos, kurios kelia pavojų žmonių sveikatai. Radioaktyviosios medžiagos aplinkoje gali pasklisti sprogus atominiai bombai arba įvykus radiologinei nelaimei.
3. Atominė bomba, kaip ginklas, paskutinį kartą susprogdinta virš Japonijos 1945 metais. Iki šių dienų vyksta atominių bombų bandymai (pavyzdžiui, Šiaurės Korėjoje).
4. Didžiausia radiologinė nelaimė yra Černobylio elektrinės avarija 1986 metais. Radioaktyviosios medžiagos pasklido Europoje, pasiekė ir Lietuvą.
5. Biologinės nelaimės gali sukelti žmonių mirtis. Choleros protrūkis, kiaulių maras, COVID-19 epidemija yra biologinių nelaimių pavyzdžiai.
6. Lietuvoje didžiausia cheminė nelaimė įvyko 1989 m. gamykloje prie Jonavos.
7. Cheminis ginklas iki šių dienų naudojamas kariniuose konfliktuose.
8. Lietuvoje daugiausia gaisrų įvyksta dėl netvarkingų krosnių.
9. Oro transportas yra viena saugiausių transporto rūšių, o nesaugiausias yra automobilių transportas.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokius pavojus visuomenei kelia didelio masto gaisrai?
2. Kaip manote, kodėl nutinka automobilių, geležinkelio ir lėktuvų avarijos?
3. Ar baimė dėl avarijos turėtų lemti pasirinkimą keliauti automobiliu, traukiniu ar lėktuvu? Argumentuokite savo nuomonę.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokiais ženklais žymimos branduolinio, cheminio ir biologinio pavojaus zonos?
2. Nurodykite dvi priežastis, dėl kurių nutinka technologinės nelaimės.
3. Kurios rūšies technologinės nelaimės, jūsų nuomone, yra pavojingiausios visuomenei? Argumentuokite.
4. Kaip manote, kodėl žmonija, nepaisydama branduolinės nelaimės grėsmės, tebe naudoja branduolinę energiją? Argumentuokite.
5. Kuri įvykusi technologinė nelaimė turėjo didžiausių padarinių visuomenei? Argumentuokite.

Socialinio pobūdžio situacijos

TEMA

14

PROF. DR. RASA SMALIUKIENĖ

Temos reikšmingumas



- ➔ Sekdami naujienų pranešimus, neretai galite sužinoti apie protestus, riaušes ar konfliktus Lietuvoje ir kitur pasaulyje. Tai vadinama socialinio pobūdžio situacijomis. Suprasdami šias situacijas, jų priežastis ir padarinius, galėsite geriau suprasti supantį pasaulį.
- ➔ Jums, kaip piliečiams, neabejotinai svarbu suvokti, su kokiais išbandymais susiduria visuomenė. Suprasdami socialinio pobūdžio situacijas ir jų raidą, būsite geriau pasirengę dalyvauti diskusijose apie politiką, visuomenei kylančius sunkumus, atskirsite siaurų interesų grupuočių iniciatyvas nuo demokratinei valstybei svarbių pilietinių iniciatyvų. Tikėtina, kad šios žinios paskatins jus dalyvauti įvairiose politinėse akcijose, stiprinančiose demokratinius procesus.
- ➔ Ne mažiau svarbu ir tai, kad žinios apie socialinio pobūdžio situacijas padės jums užsitikrinti asmeninį saugumą. Žinodami, kaip taikūs susibūrimai virsta riaušėmis, laiku pastebėsite šio virsmo požymius ir imsitės veiksmų savo sveikatai ir gyvybei apsaugoti.

Kas yra socialinio pobūdžio situacijos?

Pradėkime nuo istorinių įvykių, kurie leis lengviau suprasti, kas yra socialinio pobūdžio situacijos ir kokią poveikį jos turi valstybės raidai, demokratizacijos procesams ir demokratinių valstybių nacionaliniam saugumui. Kaip pavyzdžius galima pateikti Dainuojančiąją revoliuciją Baltijos šalyse 1988–1990 m. ir Baltijos kelią 1989 m. rugpjūčio 23 d., kuriame, preliminariais duomenimis, dalyvavo 2 milijonai žmonių. Panašių pavyzdžių galima rasti ir kaimyninių valstybių istorijoje, pavyzdžiui, 1980 m. rugpjūčio–rugsėjo mėnesiais „Solidarumo“ judėjimo Lenkijoje paskatinti masiniai profesinių sąjungų streikai. Šie pavyzdžiai yra socialinio pobūdžio situacijos – visuomenės judėjimai, kai žmonės protestavo dėl savo teisių totalitarinėje komunistinėje santvarkoje. Šie visuomenės judėjimai tapo demokratijos katalizatoriais ir atvėrė galimybę šalims atsikratyti priklausomybės nuo Sovietų Sąjungos bei tapti demokratinėmis valstybėmis.

Pasitaiko ir kitokių socialinio pobūdžio situacijų, t. y. tokių, kurios veikia prieš demokratiją. Pavyzdys gali būti įvykiai JAV, kai prezidento Donaldo Trampo šalininkai atsisakė pripažinti prezidento rinkimų rezultatus ir 2021 m. sausio 6 d. įsiveržė į Kapitolijų, norėdami sutrukdyti Kongresui patvirtinti naujai išrinkto prezidento Džo Baideno pergalę. Riaušėse dalyvavęs kraštutinių dešiniųjų grupuotės „Proud Boys“ lyderis ragino pradėti karą. Tą dieną riaušėse žuvo 4 žmonės, nukentėjo 140 policijos pareigūnų. Nors neramumai buvo greitai numalšinti, jie parodė pavojingą posūkį JAV politikoje – išpuolį prieš pagrindines institucijas šalyje, turinčioje galias demokratijos tradicijas.

Valstybės stabilumą gali paveikti nebūtinai politinės prigimties įvykiai. Neretai neramumus paskatina ekonominis nuosmukis. Pavyzdžiui, 2009 m. Graikijoje kilus ekonominei krizei, gyventojus paveikė įvesta drastiška mokesčių reforma ir griežtos taupymo priemonės, dėl kurių nemaža dalis žmonių nuskurdo, prarado pajamas bei turtą. Visa tai paskatino masinį judėjimą. Šalyje įvyko daugybė prieš taupymą nukreiptų demonstracijų ir visuotinių streikų, kai kurie jų neapsiėjo be smurto.



14.1 pav. | Socialinio pobūdžio situacijos pavyzdys – Baltijos kelias 1989 m. rugpjūčio 23 d.

Šaltinis: vle.lt

Kitas socialinio pobūdžio situacijos pavyzdys – 2021 m. per pasaulį nuvilniję protestai prieš vyriausybių įvestus apribojimus, skirtus COVID-19 pandemijai suvaldyti. Gyventojai protestavo prieš suvaržymus, ypač taikomus atsisakiusiems skiepytis.

Minėtas situacijas sudėtinga palyginti – jos gali ir paskatinti demokratijos procesus, ir kelti grėsmę žmonių sveikatai bei gyvybei, valstybės gerovei bei politiniam stabilumui. Socialinio pobūdžio situacijos apima platų elgesio ir situacijų spektrą, jos, be teigiamo poveikio, gali sutrikdyti visuomenės stabilumą ir lemti toli siekiančius padarinius valstybės gerovei ir saugumui. Visoms šioms situacijoms būdingas gyventojų dalyvavimo masiškumas ir matomumas. Taigi, **sociālinio póbūdžio situācijos** – tai kolektyviniai veiksmai, protestai, demonstracijos ar judėjimai, kuriuos vykdo asmenų grupės, nepatenkintos esama padėtimi arba tam tikrais valdžios sprendimais.

Tai kolektyvinė nuomonės išraiška, idėja paremtas žmonių susitelkimas, kuriuo siekiama išreikšti nepasitenkinimą arba paskatinti pokyčius. Kai šios situacijos kelia grėsmę valstybės teisei santvarkai arba visuomenės gerovei, jas vadiname **sociāliniais neramūmais** arba tiesiog **sociāliniais įvykiais**. Tai apima masinius pilietinio nepaklusnumo aktus ir streikus. Jie skiriasi teisėtumu ir taktika (pavyzdžiui, yra taikūs arba vartojamas smurtas), tačiau visi jie yra žmonių grupių veiksmai, kuriais siekiama sutrikdyti visuomenės gyvenimą ar organizacijų veiklą.

Dažnas nesmurtinių socialinių neramumų pavyzdys – **piliētinis nepaklusnumas**. Tai politinio protesto aktas, kai atsisakoma paklusti tam tikriems įstatymams. Pilietinis nepaklusnumas yra neteisėtas, bet nesmurtinis aktas. Pavyzdžiui, „Extinction Rebellion“ – pasaulinis aplinkosaugos judėjimas, kurio tikslas – nesmurtiniu pilietiniu nepaklusnumu priversti vyriausybės imtis veiksmų klimato kaitos ir aplinkosaugos klausimais. Aktyvistai rengė protestus, kelių blokadas, sėdimuosius streikus ir ėmėsi kitų pilietinio nepaklusnumo veiksmų, kuriais buvo trikdoma viešoji tvarka.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Paaiškinkite, kas yra socialinio pobūdžio situacijos.
2. Pateikite po vieną socialinio pobūdžio situacijų, padariusių teigiamą poveikį ir padariusių neigiamą poveikį, pavyzdį. Paaiškinkite kiekvieną iš jų.
3. Kas yra pilietinis nepaklusnumas? Įvertinkite, koks jo poveikis valstybės ir visuomenės raidai.

Socialiniai neramumai

ir jų keliamos grėsmės nacionaliniam saugumui

Socialiniai neramumai dažnai kyla dėl giliai įsišaknijusio nepasitenkinimo ir sisteminių visuomenės problemų. Tai gali būti ekonominė nelygybė, politinės represijos, rasinė nelygybė, aplinkosaugos problemos ir kita. Nors pagrindinės problemos gali egzistuoti daugelį metų, socialinius neramumus dažnai sukelia konkretūs įvykiai ar incidentai. Šie įvykiai paskatina žmones imtis kolektyvinių veiksmų. Pavyzdžiui, jei, policijos pareigūnams sulaikant viešosios tvarkos pažeidėją, šis sužalojamas ir įvykis plačiai aptariamas žiniasklaidoje, tai gali paskatinti protestus prieš sisteminį smurtą. Žmonės, išreiškdami nepasitenkinimą, vienijasi. Tai gali būti vienkartinis gyventojų mitingas, kampanija socialinėje žiniasklaidoje arba ilgiau trunkantis judėjimas. Atkreiptinas dėmesys, kad skaitmeninės platformos tapo galingomis socialinių neramumų organizavimo priemonėmis.

Socialiniai neramumai gali kelti grėsmę nacionaliniam saugumui: kurti nestabilumą valstybėje, sutrikdyti institucijų veiklą ir daryti neigiamą poveikį šalies socialinei, ekonominei ir politinei struktūrai. Toliau pateikiame keletą su socialiniais neramumais susijusių grėsmių ir jų pavyzdžių.

1

Pilietiniai neramumai ir pilietinis karas. Plačiai išplitus socialiniams neramumams, pavyzdžiui, demonstracijoms, gali būti sutrikdyta visuotinė tvarka, pasireikšti smurtas. Visa tai gali kelti tiesioginę grėsmę visuomenės saugumui. Širijos pilietinis karas yra vienas ryškiausių pavyzdžių, kai pilietiniai neramumai išaugo į užsitęsusių pilietinį karą. Jis prasidėjo 2011 m. kaip protestai prieš autoritarinę prezidento Bašaro al Asado vyriausybę. Ilgainiui protestai tapo smurtiniais, nes vyriausybė susidorojo su demonstrantais. Šis smurtas galiausiai 2012 m. išaugo į pilietinį karą, į kurį įsitraukė įvairios ginkluotos grupuotės ir užsienio veikėjai. Šalyje kilo didelio masto humanitarinė krizė.

2

Ekonominiai trikdžiai. Socialiniai neramumai gali sutrikdyti šalies ekonominę veiklą, paveikti verslą, prekybą ir užsienio investicijas, o tai gali pakenkti šalies ekonominiam saugumui. Ekonominių trikdžių pavyzdys gali būti Geltonųjų liemenių judėjimas Prancūzijoje (apie jį bus kalbama toliau).

3

Politinis nestabilumas. Socialiniai neramumai gali sutrikdyti vyriausybės darbą, sukelti politines krizes ir tapti rimtu išbandymu demokratinėms institucijoms. Pavyzdžiui, Graikijoje, bandant suvaldyti finansinę krizę 2009 m., vyriausybei įvedus griežtas taupymo priemones, kad užsitikrintų Europos Sąjungos ir Tarptautinio valiutos fondo finansinę pagalbą, kilo plataus masto socialiniai neramumai. Demonstrantai reiškė nepasitenkinimą dėl viešųjų paslaugų, pensijų mažinimo ir didėjančio nedarbo. Dėl to kilo politinė krizė, keitėsi vyriausybės ir buvo jaučiamas politinis nestabilumas.

4

Radikalizacija ir išaugusi antidemokratių jėgų įtaka. Socialiniai neramumai gali sustiprinti jau esamus etninius, religinius ar socialinius nesutarimus, dėl to išauga įtampa ir gali kilti konfliktas. Pavyzdžiui, 2021 m. vasara buvo Lietuvai sudėtingas laikotarpis: siekiant suvaldyti COVID-19 pandemiją, gyventojai buvo raginami skiepytis,

o atsisakiusiems tai daryti buvo pritaikyti ribojimai – uždrausta lankytis didžiuosiuose prekybos centruose, grožio salonuose, viešojo maitinimo įstaigose, pramogų vietose, renginiuose. Visa tai suskaldė visuomenę. Tuo pačiu metu Baltarusijos režimas dirbtinai sukėlė migracijos krizę – per sieną su Baltarusija į Lietuvą vien liepos mėnesį pateko daugiau nei 1 500 migrantų. Jie buvo sulaikyti ir apgyvendinti specialiai įrengtose stovyklose. Įvykiai piką pasiekė 2021 m. rugpjūčio 10 d., kai įvyko piketas prie Seimo, kuriame buvo protestuojama prieš planuojamus ribojimus nepasiskiepijusiems nuo COVID-19. Piketas prasidėjo itin provokuojamai: buvo pastatytos kartuvės, skirtos „Lietuvės išdavikams“, protestuotojai vaikščiojo aplink Seimo rūmus ir skandavo: „Seimą lauk!“ Vėliau piketas virto riaušėmis, per kurias protestuotojai mėtė akmenis, butelius ir sprogmenis į pareigūnus ir į Seimo pastatą. Per neramumus nukentėjo pareigūnai ir keletas protestuotojų. Tuo pačiu metu Rūdninkų poligono teritorijoje, kurioje buvo apgyvendinta didžioji dalis migrantų, kirtusių Lietuvės–Baltarusijos sieną, taip pat kilo riaušės. Ten buvo pasiųstos policijos pajėgos. Nors oficialiai neįrodyta, buvo prielaidų, kad prie Seimo vykusios riaušės ir neramumai Rūdninkų poligone yra susiję ir koordinuojami priešiško jėgų, siekiant išsklaidyti policijos pajėgas ir taip susilpninti Lietuvos gebėjimą užtikrinti demokratinę santvarką.

5

Migracija ir regioninis nestabilumas. Socialiniai neramumai gali paskatinti gyventojus emigruoti. Masinė emigracija kelia grėsmę sienų saugumui ir tarptautiniams šalių santykiams. Pavyzdžiui, dėl politinių neramumų ir su tuo susijusio socialinio bei ekonominio nestabilumo 2014 m. Venesuelą paliko daugiau kaip 6 milijonai gyventojų. Tai sukėlė humanitarinę krizę ir turėjo neigiamą įtaką regiono stabilumui.

6

Kibernetinės grėsmės ir dezinformacija. Socialiniais neramumais gali pasinaudoti valstybiniai ir nevalstybiniai veikėjai, vykdydami kibernetines atakas dezinformacijai skleisti. Taip jie manipuliuoja viešąja nuomone. Pavyzdžiui, Rusijos socialinės žiniasklaidos „troliai“ dalyvavo kurstant Prancūzijos Geltonųjų liemenių judėjimo protestus, prasidėjusius 2018 m., skleisdami dezinformaciją, pavyzdžiui, viešindami suklaidotas protestų nuotraukas.

Socialiniai neramumai daro ir tiesioginį, ir netiesioginį poveikį nacionaliniam saugumui. Siekdamas sumažinti grėsmes ir stiprinti nacionalinį saugumą, demokratių valstybių vyriausybės taiko įvairias strategijas, pavyzdžiui: šalina pagrindines socialinių neramumų priežastis, skatina dialogą, įgyvendina veiksmingą valdymo politiką.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Nurodykite, kokie socialiniai neramumai gali kelti grėsmę nacionaliniam saugumui. Pateikite ne mažiau kaip tris socialinių neramumų pavyzdžius.
2. Kokiais būdais valstybė gali sumažinti socialinių neramumų keliamas grėsmes?

Socialinių neramumų raidos etapai

Socialinių neramumų raidą galima analizuoti ją suskaidžius į etapus – kategorijas:

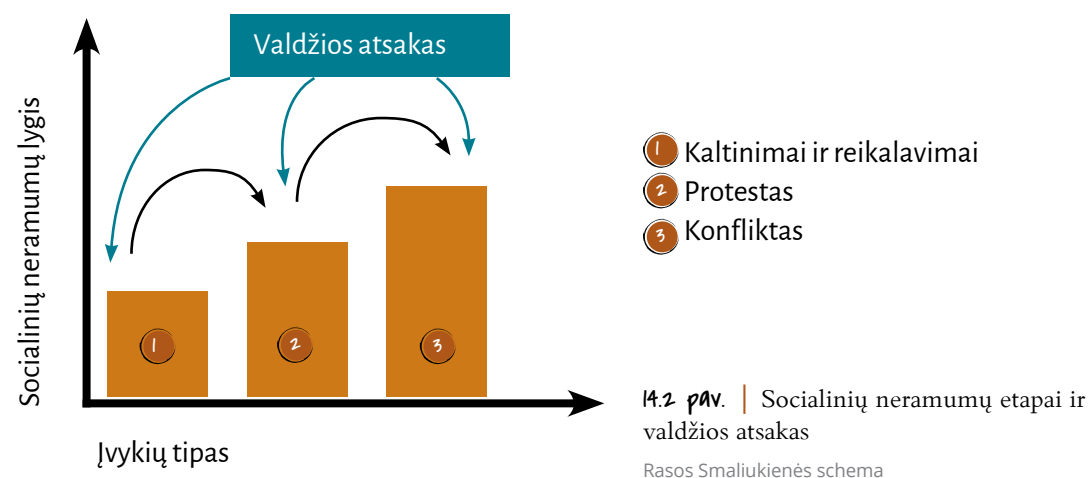
1-oji kategorija – kaltinimai ir reikalavimai. Tai asmeninis žmonių nepasitenkinimas, išreikštas žodžiais. Šis etapas apima ne veiksmus, o išsakomą kritiką, grasinimus, kaltinimus ir su tuo susijusius reikalavimus. Tai yra ne vien nuomonės išsakymas, bet ir aiškiai išreikštas nepritarimas. Asmuo arba asmenų grupė gali reikalauti informacijos arba išsamaus tyrimo (pvz., dėl, jų manymu, neteisėtų policijos veiksmų), pokyčių vyriausybėje arba politinės reformos, papildomų teisių visiems arba atskiroms socialinėms grupėms, paleisti į laisvę įkalintą asmenį, sušvelninti sankcijas kitai šaliai ir panašiai. Nepritarimas gali būti išreiškiamas kritikuojant arba kaltinant korupciją, nusikaltimais, žmogaus teisių pažeidimu ir kita;

2-oji kategorija – protestas. Jis rodo socialinių neramumų plitimą ir apima fizinius veiksmus, kai žmonės aktyviai dalyvauja protestuose, demonstracijose, streikuose ar riaušėse. Šis etapas rodo, kad konfliktas stiprėja;

3-ioji kategorija – konfliktas. Tai aukščiausias socialinių neramumų lygis. Konfliktas apima tokius veiksmus, kaip ginkluoti išpuoliai, turto naikinimas, žmogžudystės, sukilimai, pilietinis karas, ginkluoti susirėmimai ir pan.;

4-oji kategorija – valstybės atsakas. Šis etapas susijęs su valdžios veiksmais, kuriais siekiama suvaldyti socialinius neramumus arba užtikrinti teisinės valstybės principų laikymąsi. Sprendimų įvairovė yra didelė: nuo ekstremaliosios situacijos skelbimo ir komentando valandos įvedimo iki taikių paliaubų su protestuojančiaisiais ir konflikto įtampos mažinimo.

Panagrinėkime du labai skirtingus socialinių neramumų atvejus ir įvertinkime jų poveikį nacionaliniam saugumui. Pirmasis atvejis pateikiamas toliau, skirsnyje „Atvejo analizė“, o antrąjį išanalizuokite savarankiškai, atlikdami užduotį, pateiktą šio poskyrio pabaigoje.



Atvejo analizė

Geltonųjų liemenių judėjimas (pranc. *Mouvement des gilets jaunes*). Prancūzijos prezidentas Emanuelis Makronas, įgyvendindamas aplinkosaugos politikos strategiją, paskelbė apie akcizo degalams didinimą, siekiant sumažinti taršą. Šis žingsnis sukėlė kelis mėnesius trukusius protestus visoje Prancūzijoje. Skaičiuojama, kad judėjimas įtraukė iki 3 milijonų gyventojų, ypač gausūs protestai vyko savaitgaliais – į juos susirinkdavo iki 300 000 žmonių visoje šalyje. Šį judėjimą įgalino socialiniai tinklai. Nepatenkinti žmonės vieni kitus rado internete, todėl judėjimas neturėjo aiškaus lyderio, bet vyko koordinuotai.

1 KALTINIMAI IR REIKALAVIMAI. Iš pradžių Geltonųjų liemenių judėjimo protestuotojai buvo žmonės iš regionų, kuriems kasdien tenka važinėti ilgus atstumus į didmiesčius. Jie teigė, kad negalės važinėti į darbą, jei pakils degalų kainos. Pamažu protestai išplito po visą Prancūziją ir išaugo į masinį judėjimą, apimantį vidurinės klasės atstovus, kurie reiškė nusivylimą dėl smunkančio pragyvenimo lygio. Iš pradžių protestuotojai reikalavo E. Makrono atsistatydinimo, bet galiausiai Geltonųjų liemenių judėjimas išskyrė dvi pagrindines reformas: turto mokesčio, kurį jie laikė pagrindiniu teisingumo simboliu, grąžinimą ir piliečių referendumą dėl politikos pokyčių, kuris, kaip protestuotojai tikėjosi, užtikrins, kad jų balsas bus išgirstas vykdant būsimas reformas.

2 PROTESTAI. Masiniai protestai prasidėjo 2018 m. lapkričio 17 dieną. Vyko demonstracijos, buvo blokuojami keliai ir degalinės. Demonstracijų dalyviai dėvėjo geltonas liemenes tam, kad būtų matomi, kad būtų pastebimas masiškumas ir kad rodytų sąsąjas su darbininkų klase. Šios liemenės tapo protestuotojus vienijančiu simboliu. Judėjimas neturėjo centrinio organizacinio štabo ar aiškių ryšių su politinėmis partijomis bei profesinėmis sąjungomis. Organizuodami protestus, iniciatoriai visoje šalyje rėmėsi tik socialine žiniasklaida. Pagrindinė žiniasklaida suteikė judėjimui dar daugiau matomumo nacionaliniu ir tarptautiniu mastu.

3 KONFLIKTAS. Dauguma Geltonųjų liemenių judėjimo dalyvių buvo taikūs protestuotojai. Vis dėlto Parėžiuje kilo ir smurtinių protestų, per kuriuos riaušininkai apgadino Triumfo arką ir Nežinomo kareivio kapą, plėšė parduotuves, niokojo pastatus, net puolė policijos pareigūnus. Prancūzijos valdžios institucijos nurodo, kad daugiausia smurtavo ir ėmėsi vandališkų veiksmų riaušininkai ir ultradešinieji. Prieš agresyviai nusiteikusius protestuotojus, kurie mėtė padegamuosius užtaisus, padeginėjo automobilius ir plėšė parduotuves, policija panaudojo ašarines dujas bei vandens patrankas. Dėl policijos veiksmų ne kartą nukentėjo žmonės, todėl ją ėmė kritikuoti politikai ir tarptautinė žiniasklaida. Dalyvavimas kas savaitiniuose protestuose sumažėjo dėl kilusio smurto ir kai kurių dalyvių radikalių pasisakymų.

4 VALDŽIOS ATSAKAS. Tuo metu, kai protestai išaugo į riaušes, prezidentas E. Makronas buvo išvykęs į Buėnos Áires, kur buvo rengiamas aukščiausio lygio G-20 susitikimas. Prezidentas pasmerkė smurtą ir teigė, kad už chaosą atsakingi asmenys bus rasti

ir nubausti. Policija buvo pasiūsta tramdyti riaušinininkų. Vis dėlto, supratęs, koks Geltonųjų liemenių judėjimas populiarus visuomenėje, E. Makronas galiausiai pasiūlė tam tikrų ekonominių nuolaidų. 2018 m. gruodžio mėn. per televiziją transliuojamoje kalboje jis paskelbė apie keletą „neatidėliotinų ekonominių ir socialinių priemonių“: išaldė degalų ir kitų mokesčių didinimą, padidino minimalų darbo užmokestį 100 eurų visiems darbuotojams ir atšaukė kai kuriuos pensijų pokyčius mažas pajamas gaunantiems pensininkams. Jis taip pat inicijavo „didžiuosius nacionalinius debatus“ – pokalbius ir internetines piliečių nuomonių apklausas. Visoje šalyje įvyko daugiau kaip 10 000 susitikimų, o vyriausybės sukurtoje interneto svetainėje buvo surinkta daugiau kaip 1,4 mln. nuomonių. Nuomones ir sprendimus gyventojai teikė keturiomis temomis: ekologijos, ekonomikos, demokratijos ir pilietiškumo bei viešųjų paslaugų. Vyriausybė paskelbė apibendrintas šių diskusijų išvadas ir priėmė jas kaip gaires tolesniems savo sprendimams.

Geltonųjų liemenių judėjimas buvo beprecedentis socialinis įvykis. Tai prieš sistemą nukreipti gyventojų veiksmai be jokios organizacijos ir vadovybės. Vertinant jo poveikį nacionaliniam saugumui, galima išskirti kelis aspektus.

EKONOMINIS ASPEKTAS. Ekonominėmis reformomis ir naujais mokesčiais vyriausybė siekė modernizuoti Prancūzijos ekonomiką, liberalizuoti darbo rinką ir pasinaudoti po „Brexit“ atsiradusia galimybe pritraukti užsienio investicijų. Geltonųjų liemenių judėjimas padarė priešingą poveikį – Prancūziją užsienyje buvo matoma kaip susiskaldžiusi šalis ar netgi kaip šalis, atsidūrusi ant pilietinio karo slenksčio.

POLITINIS ASPEKTAS. Geltonųjų liemenių judėjimas išryškino socialinius ir politinius nesutarimus Prancūzijoje. Vyriausybės atsakas į protestus, įskaitant jėgos naudojimą kai kurioms demonstracijoms malšinti, sukėlė politinių diskusijų ir nepasitenkinimą dėl pilietinių laisvių. Vis dėlto vėliau šalies vyriausybės surengti didieji debatai buvo demokratinėmis vertybėmis pagrįstas šios sudėtingos situacijos sprendimas. Būtent dėl to šis judėjimas nesukėlė grėsmės politiniam Prancūzijos stabilumui, o 2022 m. vykę prezidento rinkimai, kuriuose vėl laimėjo E. Makronas, rodo, kad ši socialinio pobūdžio situacija iš esmės buvo sėkmingai suvaldyta.

Kaip pilietiškai atsakingai elgtis socialinio pobūdžio situacijose

Pilietiškai atsakingai dalyvauti socialinio pobūdžio situacijose yra svarbu ir dėl višiuomenės, ir dėl jūsų asmeninės gerovės. Toliau pateikiame keletą rekomendacijų, kaip tai daryti atsakingai:

1. Prieš dalyvaudami bet kokioje socialinio pobūdžio situacijoje: mitinge, protesto akcijoje ir kt., pasidomėkite jų tikslu ir organizatoriais. Išsiaiškinkite, kokios problemos yra keliamos ir kokios priežastys paskatino šią situaciją.
2. Susipažinkite su įstatymais ir taisyklėmis, apibrėžiančiais susibūrimų, tokių kaip protestai ar eitynės, organizavimą. Susipažinkite su savo teisėmis, susijusiomis su žodžio laisve ir susirinkimų laisve. Supraskite šių teisių ribas ir savo atsakomybę.
3. Jei nusprendėte dokumentuoti įvykį socialinėje žiniasklaidoje, darykite tai atsakingai. Venkite dalytis informacija, skatinančia nesantaiką, ar prisidėti prie dezinformacijos skleidimo.
4. Informuokite patikimą draugą ar šeimos narį apie savo planus dalyvauti renginyje, praneškite savo buvimo vietą ir numatomą grįžimo laiką.
5. Kai tik įmanoma, socialinio pobūdžio renginiuose dalyvaukite su draugų ar bendraminčių grupe. Laikykitės visi kartu viso renginio metu. Įvykiams pasisukus nepalankia linkme, pavyzdžiui, jei būsite sužeisti, galėsite vieni kitiems padėti.
6. Stebėkite, kaip vyksta renginys, atkreipkite dėmesį į kitų dalyvių elgesį. Pastebėję agresiją, nesvarbu, ar išreikštą fiziniais veiksmais, ar tik išsakyta žodžiais, pasišalinkite iš renginio.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kiek etapų apima socialinių neramumų raida? Pasirinkite vieną etapą ir jį apibūdinkite.
2. Kodėl Prancūzijoje kilo Geltonųjų liemenių judėjimas? Kodėl jį galime laikyti socialinių neramumų pavyzdžiu?
3. Pasitelkdami atvirose šaltinius, raskite, kaip vyko 2021 m. rugpjūčio 10 d. Lietuvos šeimų sąjūdžio suorganizuotas mitingas prie Seimo, kuris baigėsi riaušėmis. Kokia buvo šio įvykio raida?



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Ką reiktų daryti, kad, siekdami būti pilietiškai aktyvūs, neįsitrauktume į socialinius neramumus?
2. Kaip manote, kokie klausimai Lietuvoje galėtų sukelti socialinius neramumus?



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Socialinio pobūdžio situacijos apima protestus, demonstracijas ir judėjimus, kuriuose esama padėtimi nepatenkintų asmenų grupės išreiškia nepasitenkinimą ir siekia pokyčių.
2. Socialinio pobūdžio situacijos negali būti vertinamos vienareikšmiškai. Viena vertus, jos gali paskatinti demokratijos procesus ir teigiamus pokyčius, kita vertus, gali kelti grėsmę visuomenės saugumui, ekonominiam stabilumui ir politinei tvarkai.
3. Socialiniais neramumais gali pasinaudoti antidemokratiškai nusiteikę asmenys, siekdami skleisti dezinformaciją ir taip daryti įtaką viešajai nuomonei bei didinti įtampą.
4. Socialiniai neramumai turi savus raidos etapus. Pradžioje skamba kaltinimai ir reikalavimai, kurie vėliau gali išaugti į protestus ir smurtinį konfliktą. Kaip vystysis socialiniai neramumai, priklauso nuo šalies vadovų priimamų sprendimų ir valstybės institucijų atsako.
5. Socialiniuose renginiuose dalyvaujantys piliečiai privalo tai daryti atsakingai ir saugiai. Atsakingas dalyvavimas socialiniuose renginiuose reiškia, kad reikia suprasti renginio tikslą, laikytis įstatymų ir gerbti kitų teises. Renginio metu pasireiškus smurtui, pirmenybę reikia teikti asmeniniam saugumui, vengti įsitraukti ir būtina kuo greičiau palikti renginio vietą.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, kas yra socialinio pobūdžio situacijos ir kodėl svarbu suprasti jų priežastis bei raidą.
2. Pateikite ne mažiau kaip du istorinių socialinio pobūdžio situacijų, atlikusių svarbų vaidmenį demokratijos procesuose ir valstybės raidoje, pavyzdžius.
3. Kada socialiniai neramumai gali būti kelias į demokratiją, o kuriais atvejais jie gali kelti grėsmę nacionaliniam saugumui?
4. Įvardykite socialinių neramumų etapus. Pateikite socialinių neramumų pavyzdį ir išanalizuokite jį pagal socialinių neramumų etapus.
5. Apibūdinkite Geltonųjų liemenių judėjimą Prancūzijoje: kokios jo ištakos, pagrindiniai protestuotojų reikalavimai, valdžios atsakas. Kokį poveikį šis judėjimas turėjo Prancūzijos nacionaliniam saugumui?
6. Kokių strategijų ir atsargumo priemonių turėtume imtis dalyvaudami socialiniuose renginiuose, mitinguose ar protestuose, kad būtume saugūs ir pilietiškai atsakingi?

Grėsmių ir pavojų vertinimas

DR. VIDA ČESNUITYTĖ



Temos reikšmingumas

- ➔ Žinios apie grėsmių ir pavojų vertinimą suteikia platesnį supratimą apie nacionalinio saugumo stiprias ir silpnas puses, jų priežastis ir padarinius.
- ➔ Kiekvienas sąmoningas pilietis, šalies patriotas, nepaisant amžiaus, turėtų grėsmes ir pavojus žinoti, gebėti atpažinti kasdieniame gyvenime ir kritiškai vertinti, remdamasis informacija, gaunama iš įvairių šaltinių: tiesioginio bendravimo, interneto, žiniasklaidos, populiariųjų bei mokslinių publikacijų ir kt.
- ➔ Šios žinios itin aktualios, kai geopolitinė padėtis tiek valstybės, tiek pasauliniu mastu nėra stabili ir nuolat kinta.

Grėsmių ir pavojų vertinimo samprata

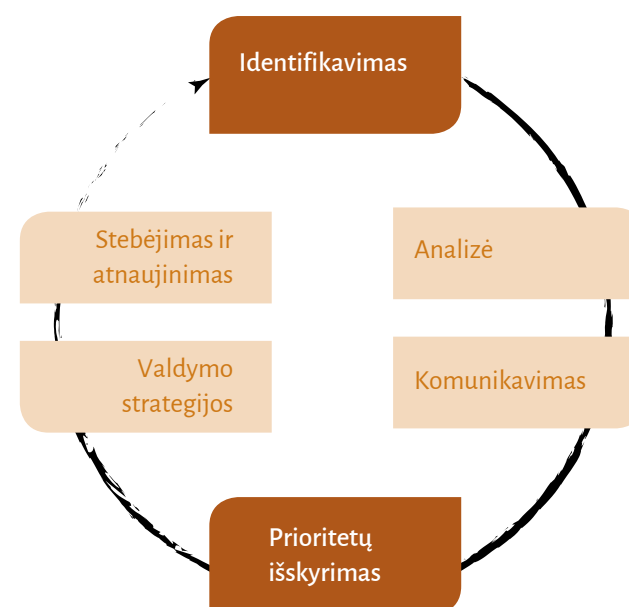
Grėsmių ir pavojų vertinimas – tai procesas, kurio metu nustatomos ir analizuojamos valstybei ir visuomenei kylančios rizikos. Pagrindinis šio proceso tikslas – suvaldyti ar bent sumažinti visuomenei bei valstybei kylančias rizikas ir jų padarinius. Grėsmių ir pavojų vertinimas padeda priimti moksliai grįstus sprendimus ir valstybei, bendruomenėms, organizacijoms bei asmenims tinkamai pasirengti reaguoti siekiant sumažinti galimą žalą.

Reikia atkreipti dėmesį, kad moksliniame kontekste **grėsmės** (angl. *Threat*) sąvoka siejama su **invazija**. Skirtingais laikotarpiais invazija turėjo skirtingas išraiškas. Iki Antrojo pasaulinio karo pabaigos išorinė grėsmė valstybei buvo siejama su priešiškos kariuomenės fiziniu įsiveržimu į valstybės teritoriją. Vėliau, iki XX amžiaus 9-ojo dešimtmečio pabaigos, grėsmės suvokimą lėmė Šaltasis karas ir grasinimai branduoliniu ginklu. Paskutinius dešimtmečius grėsmės samprata siejama su skirtingais reiškiniais, pavyzdžiui: tarptautiniu terorizmu, nelegalia masine migracija ir kt.

Pavojaus (angl. *Danger*) sąvoka apibrėžiama kaip tam tikro įvykio, arba išsipildžiusios grėsmės, neigiamas padarinys, pavyzdžiui: sugriauti pastatai, sužeisti arba dingę žmonės. Dar išskiriama **rizikos** (angl. *Risk*) sąvoka, kuri siejama su galimais pavojais, t. y. su tikimybe atsirasti pavojui. Šiuolaikiniame pasaulyje yra nuolatinė rizika kilti vienokiam arba kitokiam pavojui dėl klimato kaitos, pasaulinio ekonominio arba politinio nestabilumo, geopolitinės įtampos arba kitų priežasčių. Siekiant suvaldyti riziką, būtina stebėti ir kritiškai vertinti grėsmes ir pavojus.

Bendrajai prasme vertinimo procesas yra informacijos apie reiškinį rinkimas ir interpretavimas. Grėsmių ir pavojų atveju vertinimas reiškia informacijos apie jų pobūdį, ypatybes, priežastis ir padarinius rinkimą, analizę ir kritišką interpretavimą.

Grėsmių ir pavojų vertinimo procesą sudaro šeši pagrindiniai etapai (žr. 15.1 pav.). Susipažinkime su jais.



15.1 pav. | Grėsmių ir pavojų vertinimo proceso etapai
Vidos Česnuitytės schema

Pirmame **IDENTIFIKAVIMO ETAPE** įvardijamos grėsmės ir pavojai, galintys daryti įtaką valstybės saugumui bei gynybai. Tai tokios grėsmės ir pavojai, kaip terorizmas, kibernetinės atakos, politinis nestabilumas, socialiniai konfliktai, natūralios katastrofos ir kiti. Jų šaltiniai gali būti žmogaus veikla, geopolitiniai veiksniai, informacinės ir kibernetinės technologijos, stichinės nelaimės ir kt. Norint patikimai ir išsamiai nustatyti grėsmes ir pavojus, gali būti pasitelkta oficialioji statistika, ekspertų nuomonė, atliktų socialinių tyrimų rezultatai, įvairūs kiti šaltiniai. Gali būti atlikti ir papildomi socialiniai tyrimai. Šiame etape didžiausias yra mokslininkų, ekspertų, politikų ir specialistų indėlis.

ANALIZĖS ETAPE išmatuojama tikimybė, kad nustatytos grėsmės ir pavojai įvyks, išanalizuojamos jų ypatybės, geografinis paplitimas, intensyvumas, trukmė, nustatomi veiksmų tarpusavio ryšiai ir efektai. Gali būti atliekama scenarijų analizė, modeliuojant grėsmių ir pa-

vojų tikėtinumą bei jų galimą poveikį. Atsižvelgiant į tai, kad valstybėse situacija nuolat kinta, analizės rezultatai ilgainiui gali taip pat keistis, todėl analizę verta periodiškai kartoti. Ji padeda atskleisti galimą rizikos lygį, grėsmę, pažeidžiamumą bei pavojus valstybei ir visuomenei. Analizės rezultatai taip pat leidžia nustatyti, dėl kurių grėsmių ir pavojų reikėtų skubios ar ilgalaikės reakcijos. Šiame etape taikomi įvairūs socialiniai tyrimai: sociologiniai, ekonominiai, politologiniai, teisiniai, psichologiniai ir kiti. Gali būti atliekami ir matematiniai, medicininiai, ekologiniai bei kitokie tyrimai. Šiame etape didžiausias mokslininkų ir ekspertų indėlis.

KOMUNIKAVIMO ETAPE dalijamasi vertinimo rezultatais ir rekomendacijomis. Jie pateikiami suinteresuotiems subjektams ir sprendimus priimantiems asmenims. Atsižvelgiant į grėsmių ir pavojų pobūdį, vertinimo rezultatai gali būti viešinami žiniasklaidoje ir prieinami plačiajai visuomenei. Jeigu tai grėsmės ir pavojai, kuriems reikalingas konfidencialumas, vertinimo rezultatai gali būti pateikti tik atsakingoms institucijoms, tam tikriems pareigūnams arba specialistams. Tokiais atvejais siekiama apsaugoti visuomenę nuo nereikalingo nerimo ir nesukelti panikos, taip pat priimti sprendimus dėl veiksmų, kuriems poveikį galėtų daryti priešiška nusiteikusi jėga. Komunikavimo etape neretai susiduriama su šiomis problemomis: kiek atsakingos institucijos yra pasirengusios reaguoti į grėsmes ir pavojus, kaip darniai bendradarbiauja institucijos, kaip išsamiai ir tiksliai situaciją pateikia žiniasklaida, kaip visuomenė suvokia grėsmes ir pavojus, kiek ji yra pasirengusi konkrečiai grėmei ir pavojui. Šiame etape svarbūs įvairaus lygmens subjektai – nuo valstybės iki atskiro piliečio.

PRIORITETŲ IŠSKYRIMO ETAPE nustatoma, kurios grėsmės yra svarbiausios, kurioms reikėtų skirti daugiausiai dėmesio, nes jos gali daryti didžiausią įtaką ir kelti didžiausią pavojų valstybei, jos institucijoms, bendruomenėms, gyventojams. Prioritetų išskyrimas padeda sutelkti dėmesį, pastangas ir išteklius į aktualiausias sritis, keliančias riziką ir didžiausią pavojų. Šiame etape pagrindinis vaidmuo tenka sprendimų priėmėjams – politikams, valstybės arba jos institucijų vadovams, o patarėjais tampa ekspertai, mokslininkai, specialistai.

VALDYMO STRATEGIJOS ETAPE sukurama strategija konkrečiai grėmei arba pavojui valdyti. Strategija gali apimti prevencines priemones, reagavimo į grėsmes ar pavojus planus, poveikio švelninimo priemones, rizikos mažinimo iniciatyvas, mokymų ir informavimo programas, investicijas į saugumo infrastruktūrą, apsaugos priemones ir kita. Parinktos tinkamos valdymo strategijos padeda veiksmingai paskirstyti išteklius pagal grėsmės keliamą pavojų. Kita vertus, geras planavimas nebūtinai užtikrina sėkmingą valdymą, nes planavimas yra tik viena sudedamoji valdymo funkcija. Esant puikiam planavimui, gali susiklostyti prastas valdymo scenarijus, ir atvirkščiai, net esant prastam planavimui, gali būti pasiektas geras valdymo rezultatas. Prielaidas tam sudaro geras organizavimas, kontrolė, koordinavimas, koregavimas, vadovavimas, motyvavimas. Norint užtikrinti visapusišką rizikos valdymą, būtina į(si)vertinti pažeidžiamiausias ir stipriausias sritis, atlikti grėsmės ir pavojų poveikio analizę ir vertinimą.

STEBĖJIMO IR ATNAUJINIMO ETAPAS susijęs su nuolatiniu grėsmių ir pavojų stebėjimu ir reagavimu į galimus pokyčius. Siekiant gauti naujausią informaciją apie situaciją, grėsmių ir pavojų vertinimas periodiškai kartojamas. Tai padeda užtikrinti veiksmingą rizikų valdymo planavimą ir reagavimą į galimas grėsmes bei pavojus. Šiame etape pagrindinis vaidmuo tenka specialistams, politikams, sprendimų priėmėjams, ekspertams.

Kaip matome, grėsmių ir pavojų vertinimo procesas įtraukia įvairius subjektus: mokslininkus, politikus, specialistus, tiesiog piliečius bei jų grupes. Procesas dažnai apima

bendradarbiavimą ir dalijimąsi informacija tarp suinteresuotų šalių, įskaitant vyriausybės agentūras, žvalgybos organizacijas, privataus sektoriaus subjektus ir tarptautinius partnerius. Dalijimasis informacija ir žiniomis pagerina bendrą grėsmių supratimą ir sustiprina kolektyvinio reagavimo pajėgumus. Tokie veiksmai padeda sumažinti nepageidaujamų rizikingų įvykių tikimybę ir jų poveikį, suteikia pagrindą aktyviam rizikos valdymui ir užtikrina saugesnę bei atsparesnę valstybę ir visuomenę.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Paaiškinkite, kas yra grėsmių ir pavojų vertinimas.
2. Kuo grėsmės, pavojaus ir rizikos sąvokos panašios, o kuo skiriasi? Pateikite grėsmės, pavojaus ir rizikos pavyzdžių.
3. Kokie veikėjai įtraukiami į grėsmių ir pavojų vertinimo procesą? Įvardykite juos ir apibūdinkite jų vaidmenis.

Grėsmių ir pavojų vertinimo svarba

Įvykusios grėsmės sukelia pavojus, kurie neretai padaro materialinių nuostolių, sutrikdo valstybės ir atskirų jos institucijų veiklą, pažeidžia gyventojus morališkai arba net pražudo žmones. Nacionalinio saugumo požiūriu itin svarbu žinoti, kad grėsmės ir pavojai gali pažeisti valstybės teritorinį vientisumą arba net jos nepriklausomybę. Siekiant grėsmę užkardyti arba bent sušvelninti galimą žalą, būtina prevenciškai pažinti galimas grėsmes ir pavojus tiek šalies viduje, tiek už jos ribų, prognozuoti grėsmių bei pavojų tikimybę ir pagal galimybes valdyti tiek pačius įvykius, tiek jų padarinius. Tam pasitelkiamas grėsmių ir pavojų vertinimas.

Siekiant valdyti pasirengimą grėsmėms ir pavojams, svarbu suvokti ne tik tai, kas yra grėsmė ir pavojus, kokios jų ypatybės, bet ir kada grėsmė ir pavojus pasiekia tokį mastą, dėl kurio būtina imtis atsakomųjų veiksmų. Svarbu atkreipti dėmesį į žodį „mastas“: tam tikras reiškinys gali nekelti grėsmės valstybės saugumui, bet jeigu tas pats reiškinys ima trikdyti sklandų valstybės arba atskirų jos institucijų darbą, įtraukia daug žmonių ar panašiai, galima teigti, jog reiškinys ima kelti grėsmę nacionaliniam saugumui. Pavyzdžiui, valstybės sieną neteisėtai kirtęs pavienis asmuo daro pažeidimą, tačiau nebūtinai kelia grėsmę nacionaliniam saugumui. Kai valstybės sieną per trumpą laiką, pavyzdžiui, per pusmetį, neteisėtai kerta šimtai arba net tūkstančiai žmonių, jau kyla grėsmė nacionaliniam saugumui. Tokių masinės nelegaliosios migracijos į Europos valstybes atvejų itin padaugėjo 2014–2015 metais. Tuomet reiškinys pavadintas **migrantų krizė**, o Europos Sąjungos institucijos ėmėsi veiksmų šiam įsiveržimui suvaldyti: valstybės narės buvo įpareigosios suteikti prieglobstį ir pagalbą nelegaliems migrantams, juos integruoti į šalies gyvenimą bei darbo rinką. Į Lietuvą šie migrantai ėmė masiškai veržtis 2019–2021 metais. Lietuvos Vyriausybė ėmėsi veiksmų šiam įsiveržimui suvaldyti: nukreipė nelegalius migrantus į jiems skirtas priėmimo vietas Pabradėje ir kitur, teikė pagalbą nukentėjusiems, kai kuriuos imigrantus grąžino į jų gimtąsias šalis.



Tai įdomu!

Nuo 2014 m. į Europos valstybes nevaldomai ėmė plūsti migrantai iš Afrikos, Artimųjų Rytų bei Azijos valstybių. Dominavo Sirijos, Irako, Afganistano piliečiai. Dauguma nelegalių migrantų pirmiausia įsikūrė Pietų Europos valstybėse: Graikijoje, Italijoje, Ispanijoje, Máltoje, vėliau – Balkanų šalyse ir kitose Europos valstybėse. Tokia migrantų krizė sukėlė grėsmę Europos valstybių saugumui, todėl Europos Sąjungos institucijos ėmėsi priemonių procesui suvaldyti. Vienas iš sprendimų buvo migrantų, kuriuos turėtų integruoti Europos Sąjungos valstybės narės, kvotos. Migrantai, atvykę iš karo konfliktų apimtų šalių, pateikė prašymus suteikti teisėtą pabėgėlio statusą ir prieglobstį.

Panašus reiškinys įvyko prie Lietuvos ir Baltarusijos sienos. 2019–2020 m. Lietuva parėmė Baltarusijos opoziciją. Atsakydamas šios valstybės vadovas nelegalią migraciją panaudojo kaip politinį įrankį: į Lietuvą ėmė plūsti nelegalūs migrantai iš Azijos ir Artimųjų Rytų valstybių. Pastebėta, kad šie migrantai buvo organizuoti vežami iš Baltarusijos teritorijos prie Lietuvos sienos. Tačiau mūsų šalies Vyriausybė gana greitai ir tinkamai suvaldė situaciją.

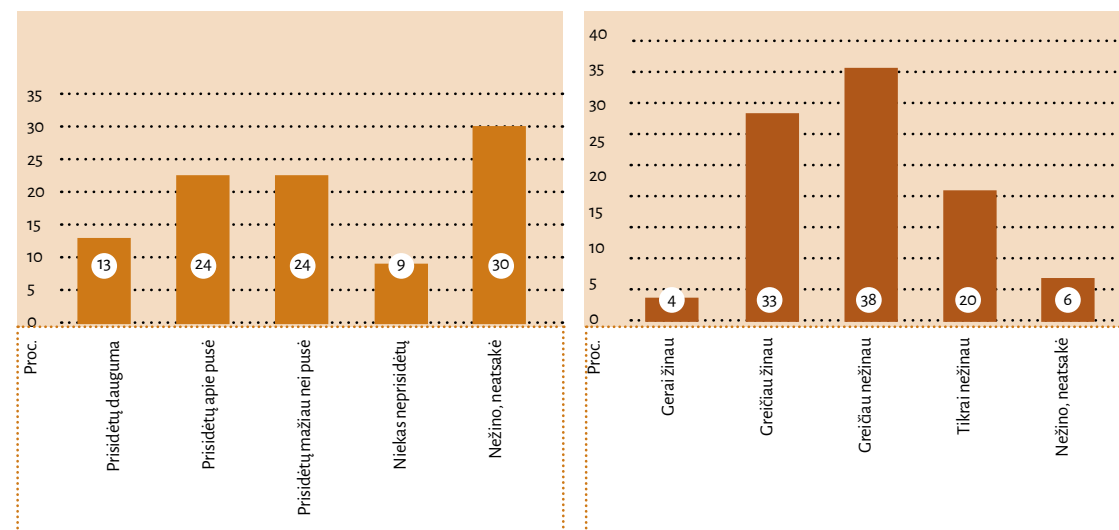
Šaltiniai: Irregular Migrant, Refugee Arrivals in Europe Top One Million in 2015: IOM. Prieiga per internetą: <https://www.iom.int/news/irregular-migrant-refugee-arrivals-europe-top-one-million-2015-iom>; TMO Lietuva biuras: <https://lithuania.iom.int/lt>

Grėsmių ir pavojų stebėjimas ir vertinimas vykdomas kartu analizuojant ir vertinant jų kontekstą bei ryšius su kitais reiškiniais ir procesais. Toks poreikis kyla iš grėsmių ir pavojų kompleksiskumo. Pavyzdžiui, jeigu minėta nelegalioji migracija būtų vertinama tiesiog kaip migracija, nebūtų pastebėtas kaimyninės nedraugiškai nusiteikusių Baltarusijos dalyvavimas masinės nelegaliosios migracijos procese – tarpininkavimas ar net bendradarbiavimas su valstybių, iš kurių migrantai kilę, vadovais, organizuotas žmonių vežimas iki Lietuvos valstybės sienos ir kt. Vertinant reiškinį, nustatyta, kad priešiškos Europos Sąjungai ir Lietuvai valstybės nelegalią migraciją panaudojo kaip politinį įrankį, kuris pavadintas hibridiniu karu. Taigi, siekiant valdyti grėsmes ir pavojus, būtina nustatyti reiškinio mastus bei jo priežastis, kartu stebint ir vertinant tarptautinę geopolitinę situaciją, ir prireikus imtis priemonių grėsmėms ir pavojams užkardyti arba pašalinti.

Grėsmių ir pavojų stebėjimas ir vertinimas turi vykti nuolat, nes tarptautinė geopolitinė situacija kinta. Todėl nuolat renkama oficialioji statistika ir žvalgybos informacija, atliekami socialiniai tyrimai, taikomi kiti metodai. Nustačius grėsmę ar pavojų, situacija toliau stebima ir vertinama, siekiant nustatyti padarinius bei atsakomųjų veiksmų poreikį. Pavyzdžiui, tai gali būti užkardymas (nelegaliosios migracijos atveju Lietuvą sustiprino rytinės valstybės sienos apsaugą, dalį jos užtvėrė), padarinių šalinimas (dalis nelegalių migrantų, patekusių į šalies teritoriją, buvo grąžinti atgal, į kilmės šalį), rizikos mažinimas (šalyje likusiems migrantams suteikta humanitarinė ir teisinė pagalba, sudarytos sąlygos integruotis). Taip valstybė ir visuomenė pasitikrina, kiek yra pasirengusios galimoms grėsmėms ir pavojams. Pavyzdžiui, Generolo Jono

Žemaičio Lietuvos karo akademijoje atliekamo sociologinio tyrimo „Visuomenės ir šaukiamojo amžiaus jaunimo informacinio lauko poveikumas“ rezultatai parodė, kad tik kiek daugiau nei trečdalis 18 metų ir vyresnių šalies gyventojų 2021 m. manė, jog gerai žino arba greičiau žino, ką reikėtų daryti, norint apsaugoti save ir savo šeimą, kilus karo grėsmei Lietuvoje (žr. 15.2 pav.). Du trečdaliai (58 proc.) gyventojų teigė, kad tikrai nežino arba greičiau nežino, ką reikėtų daryti kilus karo grėsmei šalyje. Tokie rezultatai nesukėlė didesnio susirūpinimo, nes tarptautinės geopolitinės padėties atžvilgiu realios karinės grėsmės Lietuvai tuo metu nebuvo. Tačiau jau 2022 m., Rusijai pradėjus karo veiksmus Ukrainoje, tie patys tyrimo rezultatai įgavo kitą vertę. Padidėjus tarptautinei įtampai netoli šalies sienų, tapo akivaizdu, kad valstybė turėtų imtis priemonių, kurios padidintų piliečių pasirengimą gintis arba kitaip reaguoti, jeigu įvyktų priešiškų jėgų invazija.

Panašiai gali būti interpretuojami ir to paties tyrimo rezultatai apie numanomą šalies gyventojų aktyvumą karo grėsmės akivaizdoje (žr. 15.3 pav.). 13 proc. apklaustų gyventojų teigė, kad prie pasipriešinimo prisidėtų dauguma jų aplinkos žmonių, 24 proc. – kad prisidėtų apie pusę, ir 24 proc. – kad prisidėtų mažiau nei pusę. 9 proc. apklaustųjų teigė, kad, kilus karo grėsmei, niekas iš jų aplinkos neprisidėtų prie pasipriešinimo, o trečdalis gyventojų teigė nežinantys, kaip reaguotų jų aplinkos žmonės. Tokie rezultatai atskleidžia nepakankamą šalies gyventojų pasirengimą reaguoti į grėsmes ir pavojus, kurie gali kilti, nepaisant ilgametės taikos bei būsenos, kai nebuvo tiesioginio tokio pasirengimo poreikio.



15.2 pav. | Kiek jūs asmeniškai žinote, ką reikėtų daryti norint apsaugoti save ir savo šeimą, kilus karo grėsmei Lietuvoje?

15.3 pav. | Kaip manote, kiek jūsų aplinkos žmonių (šeimos narių, draugų ir kt.) aktyviai dalyvautų arba prisidėtų prie pasipriešinimo veiksmų karo grėsmės akivaizdoje?

Šaltinis: Visuomenės ir šaukiamojo amžiaus jaunimo informacinio lauko poveikumo tyrimo 2021 m. rezultatai. Mokslo tiriamasis darbas „Sociologiniai Lietuvos kariuomenės raidos besikeičiančioje tarptautinio saugumo aplinkoje tyrimai 2019–2023 m.“, Vilnius: Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija.

Pateikti pavyzdžiai rodo, kad pasirengimas grėsmėms ir pavojams, reagavimui į juos turėtų vykti prevenciškai, net jeigu neprognozuojama, jog grėsmė arba pavojus kils. Tik taip, kilus netikėtai grėsmei arba pavojui, pavyktų veikti organizuotai, imtis konkrečių, tikslingų veiksmų ir susidoroti su sunkumais.

Pastebėtina, kad grėsmių ir pavojų padariniai gali būti ilgalaikiai, o jų poveikis nebūtinai matomas einamuoju metu. Ilgalaikio poveikio pavyzdžiu gali būti 1945 m. įvykiai, kai ant Japonijos Hirošimos ir Nagasakio miestų buvo numestos atominės bombos. Kiek naujesnis pavyzdys galėtų būti 1986 m. įvykusi Černobylio branduolinės elektrinės avarija, kuri nėra karinės grėsmės atvejis, bet atskleidžia branduolinės energetikos grėsmės ilgalaikę nepataisomą žalą žmonėms ir gamtai. Taigi, grėsmių ir pavojų stebėseną ir vertinimą vykdomi ne vien prevenciškai ir einamuoju metu, bet ir grėsmei ar pavojui pasibaigus, ypač kai grėsmė arba pavojus sukelia ilgalaikius padarinius.

Apibendrinant galima teigti, kad grėsmių ir pavojų stebėjimo ir vertinimo svarbą lemia poreikis iš anksto numatyti galimas grėsmes ir pavojus, kylančius dėl išorinių priešiško jėgų veiksmų. Stebėjimas ir vertinimas yra ne mažiau svarbūs grėsmei arba pavojui įvykus, ypač kai turi ilgalaikių padarinių valstybei ir visuomenei. Kartu grėsmių ir pavojų vertinimas padeda nustatyti tiek valstybės institucijų, tiek šalies gyventojų pasirengimą tinkamai ir laiku į juos reaguoti.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl yra svarbus grėsmių ir pavojų vertinimas?
2. Sudarykite svarbiausių priežasčių, dėl kurių svarbu stebėti ir vertinti grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, schemą.
3. Paieškokite ir pateikite jums žinomų pavyzdžių, kai grėsmių ir pavojų stebėjimas ir vertinimas prisidėjo užtikrinant nacionalinį saugumą.

Grėsmių ir pavojų vertinimo metodologiniai aspektai

Kodėl reikalingi sisteminiai grėsmių ir pavojų tyrimai bei vertinimas? Vertinimas, pagrįstas pavieniais nesusistemintais duomenimis, ypač jeigu jie grindžiami tik asmenine patirtimi, nėra patikimas. Vadinamasis kasdienis žinojimas ir jo pagrindu priimti sprendimai gali ne tik neužtikrinti nacionalinio saugumo, bet ir jam pakenkti. Todėl grėsmių ir pavojų vertinimas būtinai turi būti grindžiamas moksliniais metodais. Grėsmių ir pavojų vertinimo procese gali būti atliekami įvairių mokslo sričių tyrimai: fiziniai-gamtos (fizikiniai, cheminiai, biocheminiai, geologiniai ir kt.), biomedicininiai (medicininiai, biologiniai ir kt.), socialiniai (teisiniai, politiniai, ekonominiai, psichologiniai, sociologiniai, vadybiniai ir kt.), humanitariniai (istoriniai, filosofiniai ir kt.).

Tyrimuose išskiriami objektyvusis ir subjektyvusis (arba intuityvusis) vertinimai.

OBJEKTYVUSIS VERTINIMAS siejamas su matavimais, kurie išreiškiami skaičiais. Įprastai objektyvųjį vertinimą nesudėtinga taikyti dėl jo objektų ir keliamų uždavinių, pavyzdžiui: reikia įvertinti, kiek nelegalių imigrantų pateko į šalį; kiek ir kokio pobūdžio pastatų sugriauta; kiek medicinos pagalbos automobilių paruošta pagalbai suteikti; kiek piliečių mokymo apie grėsmes nacionaliniam saugumui renginių suorganizuota; kiek pakenkta dirvožemiui ir kiek užterštas geriamasis vanduo. Kaip matyti, buvo įvardyti labai skirtingi objektai, bet bendra tai, kad juos nesudėtinga suskaičiuoti arba kitaip pamatuoti. Duomenų objektyviajam vertinimui galima rasti oficialiosios statistikos bei socialinių tyrimų šaltiniuose. Pavyzdžiui, Eurostato duomenų bazėje kaupiami Europos Sąjungos valstybių narių ir asocijuotų šalių standartizuoti statistikos duomenys sudaro galimybes analizuoti nacionalinius rodiklius ir, susiejant įvairius duomenis, nustatyti šalies stipriąsias ir silpnąsias savybes, kurios gali apsaugoti nuo grėsmių nacionaliniam saugumui, arba, atvirkščiai, tokias grėsmes sukelti. Be to, daugelio šalių duomenys, sukaupiti vienoje duomenų bazėje, sudaro galimybę atlikti tarptautinius lyginamuosius tyrimus, išsiaiškinti regioninius ypatumus ir pan. Reaguojant į aktualijas, paskutiniaisiais metais Eurostato duomenų bazėje pradėta kaupti informacija apie Ukrainą. Tai išplėtė galimybes stebėti ir vertinti situaciją karo apimtoje valstybėje, palyginti ją su situacija savo šalyje ir lyginamosios analizės pagrindu atlikti nacionalinio saugumo prognozes.

SUBJEKTYVUSIS VERTINIMAS nukreiptas į objektus, kurie nėra lengvai apčiuopiami, o greičiau numanomi. Tai gali būti ekspertų nuomonės apie grėsmes nacionaliniam saugumui, valstybės institucijų organizuotų piliečių mokymų efektyvumas, gyventojų nuomonės apie jų pasirengimą galimoms grėsmėms arba apie jų baimes dėl galimų grėsmių poveikio ir t. t. Tokiais atvejais kuriamos vertinimo skalės, vykdomas objektų stebėjimas, atliekami eksperimentai ir iš surinktų duomenų daromos išvados. Pavyzdys gali būti „Eurobarometro“ tyrimas, skirtas Europos Sąjungos valstybių narių gyventojų nuostatoms ir nuotakoms tirti. Tyrimas apima įvairias temas, įskaitant ir tokias, kuriose yra vertinama gyventojų nuomonė apie civilinę saugą, Europos Sąjungos teikiamą humanitarinę pagalbą, demokratiją, pilietiškumo sąsajas su demokratija, piliečių informuotumą ir suvokimą apie Europos Sąjungos regioninę politiką, kelionės dokumentų skaitmeninimą, tarptautinę komunikaciją Bendrijos viduje, Europos Sąjungos atsaką į energetikos iššūkius ir kt. Kitas pavyzdys gali būti Tarptautinė socialinių tyrimų programa, kuri taip pat kaupia socialinių tyrimų duomenis, įskaitant tokius, kurie gali būti aktualūs vertinant grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui: Vyriausybės vaidmens vertinimas, tautinio tapatumo vertinimas, nuostatų dėl pilietybės vertinimas.

Šiais laikais paplitusi praktika, kai objektyviojo ir subjektyviojo vertinimų metodai yra derinami tarpusavyje. Jie gali būti derinami laiko atžvilgiu, kai pradžioje atliekamas objektyvusis vertinimas ir patikrinama atliekant subjektyvųjį vertinimą, arba atvirkščiai – pradžioje atliekamas subjektyvusis vertinimas, po to rezultatai patikrinami atliekant objektyvųjį vertinimą. Pavyzdžiui, surenkama statistika, kiek kartų per metus buvo surengti mokymai piliečiams apie grėsmes nacionaliniam saugumui, po to tiriama ekspertų nuomonė apie jų efektyvumą. Objektyvusis ir subjektyvusis vertinimai gali būti derinami ir jungiant jų metodus: į objektyvųjį vertinimą gali būti įtraukiami subjektyviojo vertinimo elementų ir atvirkščiai. Pavyzdžiui, tiriama gyventojų nuomonė apie pasirengimą galimoms grėsmėms ir kartu prašoma įvardyti, kiek kartų jie dalyvavo valstybės organizuotuose mokymuose apie grėsmes nacionaliniam saugumui.

Grėsmių ir pavojų nacionaliniam saugumui vertinimo procese gali būti taikomi ir ma-

krolygmens bei mikrolygmens vertinimai.

MAKROLYGMENS VERTINIMAS apima grėsmių ir rizikų makrorodiklius, politinių partijų grėsmių ir pavojų suvokimą ir interpretacijas, žiniasklaidos vaidmenį formuojant informaciją apie grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, valstybės ir atskirų jos institucijų pasirengimo reaguoti į grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui planus, įgyvendintus uždavinius, vykdomas veiklas ir kita. Makrolygmens vertinimo rezultatai gali būti viešinami visuomenėje, tačiau dažniau yra naudojami valstybės institucijų poreikiams, jų funkcionavimui užtikrinti ir koordinuoti tiek įprastoje veikloje, tiek ekstremaliois aplinkybėmis. Makrolygmens rezultatus taip pat naudoja ekspertai ir tyrėjai – tiesiogiai arba kaip kontekstą tolesniems tyrimams.

MIKROLYGMENS VERTINIMAS nukreiptas į individualų lygį. Aiškinamasi, kaip gyventojai suvokia grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, kiek yra jiems pasirengę, koks tikėtinas visuomenės atsakas į kylančias grėsmes nacionaliniam saugumui, kaip visuomenė pasirengusi veikti, įvykus priešišku šalių invazijai. Mikrolygmens vertinimo rezultatai viešinami visuomenėje, ir taip užtikrinama visuomenės teisė būti informuoti. Tokio vertinimo rezultatais taip pat naudojasi politikai bei valstybės institucijos priimdamos sprendimus, specialistai bei ekspertai rengdami veiksmų programas ir kitus dokumentus, susijusius su nacionaliniu saugumu. Rezultatais naudojasi ir tyrėjai atlikdami savo srities tyrimus.

EKSPERTINIS IR NEEKSPERTINIS GRĖSMIŲ IR PAVOJŲ VERTINIMAS. Žinios ir informacija yra svarbiausi šaltiniai, formuojant tiek valstybės, tiek visuomenės požiūrį į grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui. Čia svarbus vaidmuo tenka ekspertams, kurie turi daugiau ir gilesnių žinių apie reiškinį nei politikai, specialistai, tyrėjai arba visuomenės nariai. Ekspertai įprastai remiasi žiniomis, grįstomis mokslinių tyrimų rezultatais. Jų turimos žinios prisideda nustatant galimas grėsmes ir pavojus, jų šaltinius, ryšius su platesniu kontekstu, grėsmių ir pavojų užkardymo būdus, galimus padarinius, priemones pačioms grėsmėms ir pavojams bei jų padariniams šalinti.

Atlikti tyrimai rodo, kad ekspertai ne tik prisideda gilinant visuomenės žinias apie grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, bet ir patys asmeniškai jaučiasi saugiau kasdieniame gyvenime. Didesnio pasitikėjimo jiems suteikia turimos žinios ir aiškesnis žinojimas bei supratimas apie realią situaciją. Tuo metu neekspertai neretai turi per mažai žinių, nenori arba neturi galimybių gilintis į gaunamą informaciją ir dėl įvairių kitų priežasčių neįžvelgia grėsmių ir pavojų nacionaliniam saugumui, atsakomybę už savo ir savo šeimos saugumą patikėdami valstybei bei Vyriausybei.

Tai įdomu!



„Ekspertai, apibūdindami saugumą, įvardijo skirtingus individualaus ir valstybės saugumo aspektus, kartu atskleisdami jų tarpusavio priklausomybę. <...> ekspertai remiasi ir savo darbo patirtimi, ir žiniomis. Todėl jie aiškiai skiria ir pabrėžia individualaus ir valstybės saugumo lygmenis bei jų tarpusavio priklausomybę, kartu apimdami valstybės padėties tarptautiniu mastu matmenį.“ (p. 285)

„Ne ekspertai, paprašyti apibūdinti saugumo sąvoką, pateikė įvairius, žymiai siauresnius apibrėžimus. Dauguma respondentų pabrėždavo vieną arba kelis saugumo aspektus, tačiau iš esmės visi apibrėžimai apėmė tik individualų saugumą: vyravo fizinio ir ekonominio saugumo aspektai. <...> Ne ekspertai labiau orientuoti į savo kasdieninį gyvenimą bei patyrimą ir akcentuoja labiau pažeidžiamas puses.“ (p. 285)

„Dauguma ekspertų jaučiasi žymiai saugiau nei ne ekspertai. Todėl jų pasisakymuose daugiau pozityvių individualaus saugumo vertinimų.“ (p. 286)

„Ne ekspertai labiau akcentavo valstybės ir Vyriausybės vaidmenį, o ekspertai pabrėžė paties žmogaus gebėjimą ir norą užsitikrinti sau saugumą.“ (p. 289)

Šaltinis: Janušauskienė, Diana, Novagrockienė, Jūratė. Lietuvos gyventojų požiūrio į saugumą analizė. Lietuvos metinė strateginė apžvalga, 2003, Vol. 1. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.47459/lmsa.2003.1.14>

Lietuvoje grėsmių ir pavojų nacionaliniam saugumui vertinimą vykdo Antrojo operatyvinių tarnybų departamento prie Krašto apsaugos ministerijos (AOTD) ekspertai. Šios institucijos funkcijos apima žvalgybą ir kontržvalgybą gynybos, karinėje-politinėje, karinėje-ekonominėje, karinėje-technologinėje ir karinėje-informacinėje srityse, krašto apsaugos sistemos (KAS) institucijų veiklą užsienyje bei KAS institucijų valstybės ir tarnybos paslaptį sudarančios informacijos apsaugą. AOTD ekspertai apdoroja ir įvertina surinktą žvalgybos informaciją, atrenka tai, kas svarbu, patikima ir reikšminga, numato tendencijas, nustato kylančias grėsmes, pavojus ir rizikos veiksnius nacionaliniam saugumui. Ekspertų kritinis mąstymas ir analitinės kompetencijos tiesiogiai prisideda prie nacionalinio saugumo bei šalies gynybos stiprinimo.

Grėsmių ir pavojų vertinimo ekspertais gali tapti politikai, valdininkai, politologai ir kiti specialistai, turintys gilių profesinių žinių, papildomai – gretimų mokslo sričių žinių, didelę profesinę patirtį, analitinius gebėjimus bei įgūdžius, gebėjimą išradingai ir kūrybiškai interpretuoti galimas grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui. Atrenkant ekspertus, neretai kyla klausimų ir dėl pačių ekspertų vertintojų kompetencijos, subjektyvumo eliminavimo, kritiško požiūrio į konkrečių ekspertų kompetencijas, vertinimo sudėtingumo dėl kriterijų kompleksiskumo. Be to, ekspertinis vertinimas nėra apsaugotas nuo žmogiškosios klaidos tikimybės. Taigi, atskirais atvejais gali kilti klausimas dėl visuomenės ir institucijų pasitikėjimo grėsmių ir pavojų vertinimo informacija.

Apibendrinant galima teigti, kad žinios ir informacija yra itin svarbios tiek valstybės,

ties visuomenės, ties individualiu lygiu grėsmių ir pavojų vertinimo procese. Vertinant grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, tikslinga pasitelkti ekspertų žinias, atliekant su jais individualius interviu, grupines diskusijas arba panaudoti ekspertų viešai pateiktą nuomonę (pavyzdžiui, žiniasklaidoje, moksliniame arba publicistiniame straipsnyje). Verta pastebėti, kad ekspertų įtraukimas į grėsmių ir pavojų vertinimą neretai patiria sunkumų, dėl kurių priimami sprendimai gali lemti galutinių ekspertinių žinių kokybę.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kuo objektyvusis grėsmių ir pavojų vertinimas skiriasi nuo subjektyviojo vertinimo?
2. Kuo svarbus eksperto vaidmuo grėsmių ir pavojų vertinimo procese?
3. Remdamiesi Eurostato, „Eurobarometro“ tyrimo ir Tarptautinės socialinių tyrimų programos duomenų bazėmis, išskirkite bent tris grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui. Pavaizduokite jas grafiškai.

Grėsmių ir pavojų vertinimo rezultatai

Vadovaudamiesi Lietuvos Respublikos žvalgybos įstatymu, AOTD ir Valstybės saugumo departamentas (VSD) paskutinį dešimtmetį Lietuvoje kasmet rengia ir visuomenei pristato Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitą. Tai analitinė ataskaita, kurioje apžvelgiami įvykiai, procesai ir tendencijos, darantys didžiausią įtaką Lietuvos nacionalinio saugumo situacijai. Įprastai analizė sutelkiama į grėsmes šalies energetiniam, ekonominiam, socialiniam ir informaciniam saugumui, tačiau neapsiribojama tik šiomis temomis. Vertinimas pateikiamas atsižvelgiant į procesus šalies viduje ir pasaulyje bei jų ilgalaikį poveikį.



Tai įdomu!

Nuo 2014 m. Lietuvoje kasmet yra rengiamas Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimas. Tai ataskaita, kurioje pateikiama profesionali nustatytų priešiškojo jėgų įtakos valstybės saugumui analizė.

Šaltinis: Lietuvos Respublikos žvalgybos įstatymas. 2000 m. liepos 17 d. Nr. VIII-1861. Valstybės žinios, 2000-07-31, Nr. 64-1931. (Suvestinė redakcija nuo 2024-01-01.)

Jau nuo pirmosios Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitos pabrėžiama, kad grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui daugiausia lemia šalies geografinė ir geopolitinė padėtis. Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose nurodoma, kad Lietuvos saugumo interesams prieštaraujančių jėgų tikslai yra Lietuvos suvereniteto menkinimas; skatinimas abejoti konstitucine tvarka; teritorijos neliečiamybės ir vientisumo neigimas; nostalgijos sovietmečiui skatinimas; Rusijos propagandos skleidimas bei Rusijos vykdomos užsienio politikos pateisinimas; socialinės ir etninės nesantaikos Lietuvos visuomenėje kurstymas; kritiško informacijos vertinimo slopinimas; antikonstitucinių protesto grupių organizavimas; įvairių provokacijų ir informacinių akcijų organizavimas. Siekdamas savo interesų Lietuvoje, priešiškausi nusiteikusių užsienio valstybės naudoja įvairias švelniosios ir kietosios galios priemones. **Švelniosios galios** apraiškos – tai įtakos grupių kūrimas ir koordinavimas, Lietuvai priešiškos informacijos skleidimas. **Kietosios galios** apraiškos – tai socialinių neramumų, sumaišties valstybėje kėlimas, priešiškojo pajėgų veiksmų provokavimas ir rėmimas. Poveikiui daryti yra išnaudojami šalies politikų nesutarimai, institucijų tarpusavio sąveikos spragos, daromas poveikis šalies politikų sprendimams, skleidžiama Lietuvos interesams prieštaraujanti ir šalies autoritetą menkinanti informacija, kurstoma tautinių bendrijų nesantaika, mažinanti jų integraciją į Lietuvos visuomenę. Išnaudojamos ir priemonės, nukreiptos į ekonomiką ir energetiką, menkinami Lietuvos vykdomi energetinė nepriklausomybę suteikiantys projektai. Minėtos priešiškausi nusiteikusių valstybės palaiko jau veikiančias bei formuoja naujas įtakos grupes šalyje, pasitelkia tiek valstybinius, tiek nevyriausybinis darinius juos finansuodamos.

Ataskaitose ypač daug dėmesio skiriama grėsmėms, kylančioms iš Rusijos imperinių ambicijų. Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ekspertų nuomone, šios valstybės valdančiajam elitui sunku pripažinti, kad Lietuvą yra savarankiška valstybė, nepriklausanti Rusijai. Pastebima, kad kaimyninės valstybės žvalgybos ir saugumo tarnybos prieš Lietuvą veikia nuolat, itin intensyviai ir agresyviai. Įvairiomis priemonėmis ir įvairiais lygiais siekiama skatinti nepasitikėjimą Lietuvos valstybe, diskredituoti jos narystę Europos Sąjungoje ir NATO. Poveikiui daryti Rusija naudoja įvairias priemones. Ilgą laiką šiuo tikslu veikė įvairios rusakalbės žiniasklaidos priemonės, pavyzdžiui: „Litovskij kurjer“, „Obzor“, „Ekspress nedelia“, „Pervyj Baltijskij kanal“, „Baltnews“. Po 2022 m. Rusijos invazijos į Ukrainą tokio pobūdžio žiniasklaidos priemonės Lietuvos teritorijoje užblokuotos. Tačiau jos nesunkiai prasiskverbia per internetą. Rusija, norėdama daryti poveikį Lietuvoje, vykdo žvalgybą, pavyzdžiui, elektroninėmis priemonėmis: renka informaciją iš telekomunikacinių tinklų, socialinių tinklų, duomenų bankų ir registrų informacinėse sistemose. Be to, Rusijos žvalgybos tarnybų darbuotojai dirba šios šalies ambasadoje Lietuvoje, prekybos atstovybėje ir generaliniame konsulate Klaipėdoje. Jie taip pat lankosi mūsų šalyje naudodamiesi verslininkų, žurnalistų, mokslininkų, delegacijų narių, nevyriausybinių organizacijų atstovų priedanga. Poveikis daromas ir tiesiogiai iš Rusijos teritorijos bei pačioje šalyje ten esantiems Lietuvos piliečiams. Informacinė ideologinė politika dažniausiai nukreipiama į rusakalbius ir kitų tautinių bendruomenių Lietuvos piliečius. Neretai prisidengiama vadinamąja tėvynainių politika. Siekiant įtraukti į priešiškausi nusiteikusių valstybės veiklas, pirmenybė teikiama asmenims, kurie turi sąsajų su Rusija: gyvena ar mokėsi šioje šalyje, turi ten giminių ar draugų, užsiima verslo ar kita su ta šalimi susijusia veikla. Taip pat ieškoma žmonių, pažeidžiamų dėl asmeninių savybių ar interesų, pavyzdžiui: turi finansinių interesų (skolų, pelningų verslo sandorių Rusijoje), nori gyventi prabangiai, yra nusivylę profesine karjera, yra juos kompromituojančios informacijos (apie teisės pažeidimus ir krimi-

nalinius nusikaltimus, seksualinę orientaciją, priklausomybę, problemas šeimoje), simpatijos Rūsijai dėl įsitikinimų ar tautybės. Keletą paskutinių metų stebima, kad Maskvės dėmesys krypta į lietuvius, ypač į jaunąją kartą: perspektyvius studentus, jaunuosius politikus, žurnalistus ir mokslininkus. Su pasirinktu „taikiniu“ siekiama susidraugauti, kviečiama praleisti laiką neoficialioje aplinkoje, ieškoma bendrų pomėgių, dovanojamos dovanos, siūlomos įvairios paslaugos. Jaunieji Lietuvos Respublikos piliečiai kviečiami į vasaros stovyklas, jaunųjų žurnalistų mokyklą, lyderystės mokymus, įvairius kultūros renginius. Aktyviausiems jaunuoliams suteikiama galimybė studijuoti Rūsijos aukštosiose mokyklose, tobulintis įvairiose stažuotėse. Iš pirmo žvilgsnio šios priemonės nekelia įtarimų, tačiau Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose atkreipiamas dėmesys, kad taip mėginama įtraukti į veiklas prieš savo valstybę, stiprinti ryšius su Rūsija bei formuoti šiai šaliai palankių jaunų žmonių grupes, tikintis, kad ateityje jie taps Maskvės politikos ir ideologijos įgyvendintojais Lietuvoje.

Priešiška nusiteikusių valstybės interesai susiję su daugeliu šalies gyvenimo sričių: vidaus ir užsienio politika, ekonomika ir energetika, žvalgybos tarnybomis ir kitomis už nacionalinį saugumą atsakingomis institucijomis, krašto apsaugos sistema, telekomunikacijų ir kibernetinė infrastruktūra.

Kaip pastebi Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitų autoriai, Lietuvos atžvilgiu Rūsija aktyviai vykdo ir vadinamąją istorijos politiką, kurios tikslas – diskredituoti Lietuvos istoriją. Tiek informaciniuose portaluose, tiek spausdintuose leidiniuose stebimos pastangos neigti Lietuvos okupacijos faktą, menkinti nepriklausomybės atkūrimą ir tautinės tapatybės formavimui svarbias datas, menkinti su sovietų okupacija kovojusių partizanų įvaizdį bei reabilituoti sovietų represinėse struktūrose dirbusius asmenis, prisidėjusius prie Lietuvos piliečių persekiojimo, trėmimo, naikinimo. Šiame kontekste paminėtini pavyzdžiai, kai Rūsijos atstovai Lietuvoje kasinėja Rūsijos karių kapus ir perlaidoja palaikus argumentuodami, kad taip pagerbiamas karių atminimas. Tačiau grėsmių vertinimo ekspertų nuomone, tai tėra Rūsijos vykdomos priešiškos politikos dalis.

Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose jau daug metų apibendrinama, kad Lietuvai nedraugiškos Rūsijos užsienio politikos gairės įgyvendinamos be skrupulų. Propaganda, provokacijos, verbavimas iš Rūsijos pusės ilgainiui nei dingsta, nei menksta, todėl grėsmių vertinimo ekspertai teigia, kad atvirai agresyvi retorika nesuteikia pagrindo manyti, jog artimiausiais metais keisis informacinė aplinka, mažės Rūsijos saugumo ir žvalgybos tarnybų aktyvumas, nebus taikomos politiškai motyvuotos ekonominio spaudimo priemonės prieš Lietuvos subjektus arba sulėtės įtakos grupių bei įtakos agentų kūrimas ir paieškos.

Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose aptariama, kad Lietuvos saugumo aplinką veikia ir kaimyninės Baltarusijos priešiška veikla. Paskutinį dešimtmetį suaktyvėjo asmenų verbavimas, apklausos, sekimas, spaudimas Lietuvės verslininkams ir diplomatams. Tokia veikla, anot grėsmių vertinimo ataskaitų ekspertų, vertintina kaip užsienio politikos, skirtos įbauginti, šantažuoti ir versti Lietuvą priimti Rūsijai naudingus ar nepriimti Rūsijai žalingų sprendimų išraiška. Paskutiniais metais Baltarusija sudarė prielaidas prie Lietuvos ir NATO teritorijos priartėti Rūsijos kariuomenei (pavyzdžiui, vykdo didelio masto bendras karines pratybas netoli NATO rytinės sienos; suteikia leidimą iš savo teritorijos pulti Ukrainą). 2021–2022 m. Baltarusija tapo nelegalių migrantų vartais į Vakarų Europos valstybes, įskaitant Lietuvą. Be to, šalies tarnybos užsiima į Lietuvą bėgančių asmenų verbavimu. Grėsmę Lietuvės

nacionaliniam saugumui kelia ir Baltarusijos branduolinė elektrinė Astrave, kuri pristatoma kaip energetinio saugumo projektas, tačiau, vertinant kritiškai, tai ir siekis labiau susisiekti su Rūsijos energetikos sistema bei ekonomika, ir siekis demonstruoti galią Vakarų šalims. Tokie kaimyninės valstybės veiksmai ir laikysena, grėsmių vertinimo ekspertų nuomone, kelia geopolitinę įtampą. Ypač pažeidžiami yra Lietuvos pasienio gyventojai, pasienyje besilankantys gyventojai bei Rūsijoje arba Baltarusijoje verslą vystantys verslininkai.

2023 m. grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitoje nemažas dėmesys skiriamas Kinijai, kaip pasaulinei galiai. Prognozuojama, kad artimoje ir vidutinio laikotarpio perspektyvoje dėl lėtėjančios ekonomikos ir prieštarų režimo sprendimų Kinijoje augs socialinė įtampa, jos apraiškas bus siekiama užkardyti pasitelkiant saugumo aparatą. Tačiau šiuo metu grėsmė nacionaliniam saugumui išaugo ir susikirtus su Kinija dėl Taivāno. Grėsmių vertinimo ekspertų nuomone, ne mažiau svarbu, kad Kinija palaiko Rūsijos invaziją į Ukrainą ir taip menkina Vakarų valstybių pastangas, taikant sankcijas, apriboti agresoriaus veiksmus.

Kita grupė grėsmių nacionaliniam saugumui, į kurias atkreipiamas dėmesys vertinimo ataskaitose, yra radikalias ideologijas propaguojančios organizacijos ir grupės. Ataskaitose pastebima, kad Lietuvą, kaip Europos Sąjungos ir NATO narę, gali tapti islamistinių teroristų taikiniu, nors ir neprioritetiniu. Tačiau iki šiol radikalias ideologijas propaguojančios jėgos Lietuvoje nėra gausios, todėl nekelia grėsmės šalies teritoriniam vientisumui. Kita vertus, jų veikla gali kurti įtampą atskirose šalies teritorijose. Pavyzdžiui, gali kelti etninę įtampą Piėtryčių Lietuvoje, skatinti neigiamas šalies visuomenės nuostatas Lietuvos lenkų bendruomenės atžvilgiu. Nustatyta, kad radikalias ideologijas propaguojančių jėgų poveikiui dažniau nei kiti pasiduoda užsieniečiai musulmonai, atvykę iš valstybių, kuriose veikia teroristinės organizacijos, pirmiausia iš Šiaurės Afrikos ir Artimųjų Rytų regionų.

Apie nelegalią migraciją grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose teigiama, kad trečiųjų šalių piliečiams, siekiantiems neteisėtais būdais patekti į Europos Sąjungą, Lietuvą dažniausiai yra tranzito šalis. Tačiau šiuo keliu gali pasinaudoti ir Lietuvos ar kitų Europos Sąjungos valstybių narių vidaus saugumui grėsmes keliantys asmenys bei jų grupės.

Grėsmių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose atkreipiamas dėmesys į tautinių bendruomenių švietimo sistemos Lietuvoje uždaramą. Turima omenyje, kad mokyklos, kuriose mokoma nevalstybine kalba (pavyzdžiui, lenkų, rusų), tampa kliūtimi jų mokiniams tapti integralia pilietinės visuomenės dalimi. Kalbinis pagrindas lemia, kad dalis šalies gyventojų gyvena rusiškame kultūriniame ir informaciniame lauke, todėl juos lengviau pasiekti ir paveikti priešiška nusiteikusių valstybių dezinformacijai ir propagandai. Taip yra plėtojamas tautinių bendruomenių nepasitikėjimas ir priešiškas Lietuvos valstybei ir slopinamas šalies socialinis integralumas.

Tai įdomu!



„Lietuvoje veikiantys tėvynainių aktyvistai jaunimui organizuoja įvairias propagandines konferencijas ir mokymus, jaunųjų žurnalistų būrelius, sovietinių švenčių minėjimus, stovyklas ir kt. Juose neretai diegiama Rūsijos interesams palanki ir Lietuvos valstybingumą menkinanti sovietinė istorijos koncepcija. Vienas tokių renginių buvo 2015 m. Rūsijos Leningrado sr. vykęs tarptautinis jaunųjų skautų organizacijos sąskry-

dis, skirtas 70-osioms sovietų pergalės Antrajame pasauliniame kare metinėms paminėti. Jame dalyvavo ir Vísagino moksleiviai.

2015 m. moksleiviai vis dažniau pasirodydavo bendrose treniruotėse ir varžybose su prorusiškais karinio simulatoriaus – šratasvydžio (angl. Airsoft) komandomis. Vísagine susiformavo nepilnamečių komanda „Ударный батальон смерти“ (liet. „Smingiamasis mirties batalionas“), kurią sudaro moksleiviai iš Vísagino „Atgimimo“ ir „Verdenės“ gimnazijų bei „Gerosios vilties“ progimnazijos.

Nors iki šiol Rūsijos finansuojama veikla neišugdė daug Rūsijai lojalių Lietuvės rusų jaunimo lyderių, galinčių daryti neigiamą įtaką Lietuvėje vykstantiems visuomeniniams procesams, Lietuvės tautinių bendruomenių mokyklose susidariusi palanki terpė Rūsijos įtakos sklaidai gali daryti didelę žalą Lietuvės nacionaliniam saugumui.“

Šaltinis: Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimas. Vilnius, 2016, p. 29.

Dar viena svarbi sritis, kuriai skiriamas dėmesys Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose, yra **kibernetinė erdvė**. Informacinėje visuomenėje tai yra viena pagrindinių erdvių ideologinio poveikio ir šnipinėjimo veikloms vykdyti. Viešojoje erdvėje sklando nemažai sąmokslų teorijų ir klaidinančios informacijos, kurią Lietuvės visuomenė turėtų gebėti atpažinti. Tam reikalingos žinios ir kritinis mąstymas, suteikiantis aiškumo, atskiriant tikrą informaciją nuo **melagienų** (angl. Fake News). Tuo pat metu vyksta kibernetinio šnipinėjimo veiklos. Kibernetiniai įsibrovėliai dažniausiai renka taikinius, kurie neturi įdiegtų jų aptikimo arba išankstinio perspėjimo sistemų, užtikrinančių nuolatinę, laiku atliktą ir kryptingą kibernetinę apsaugą ir gynybą. Bet gali būti ir tikslingai siekiama įsibrauti į vieną ar kitą elektroninę priemonę arba jų sistemą. Paskutiniaisiais metais suaktyvėjusi priešiška veikla kibernetinėje erdvėje, kaip teigiama grėsnių vertinimo ataskaitose, yra nukreipta prieš Lietuvės valstybės institucijas ir energetikos sektorių. Tokios veiklos siejamos su nevalstybinėmis įsibrovėlių grupuotėmis bei Kinija, Šiaurės Korėja ir Iranu. Šios šalys priskiriamos pasauliniams kibernetinių atakų veikėjams, tačiau bent iki šiol Lietuvės kibernetinė erdvė nebuvo jų pagrindinis taikiny. Kibernetinei erdvei būdinga tai, kad ji nuolat kinta, atsiranda naujo tipo kenkimo programų. Todėl, kaip pastebi grėsnių vertinimo ekspertai, neatsakingas, lengvabūdiškas arba nekompetentingas informacinių komunikacinių priemonių naudojimas gali sukelti žalą. Kokia žala bus padaryta, priklauso nuo kibernetinio įsibrovėlio interesų – finansinių, politinių ar kitokių.

Apibendrinant daugelio metų Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitas, galima teigti, kad pagrindines grėsmes Lietuvės nacionaliniam saugumui kelia Rūsijos imperinės ambicijos, palaikomos agresyvia užsienio politika iki pasirengimo naudoti karinę jėgą, šios šalies vykdoma aktyvi prieš Lietuvės interesus nukreipta žvalgybos veikla, priešiška informacinė politika bei pastangos kurstyti tautinių bendruomenių priešišumą Lietuvės valstybei, ir pagaliau – atsainus požiūris į kibernetinės erdvės naudojimo kultūrą. Rizikos veiksniu Lietuvės nacionaliniam saugumui išlieka Baltarusijos priklausomybė nuo Rūsijos. Tačiau verta pastebėti, kad Lietuvėje nebuvo nustatyta Rūsijos karinę agresiją remiančių ir antikonstitucinę veiklą vykdančių ekstremistinių grupuočių arba aktyvių radikalios ideologijos propaguojančių organizacijų ir grupių, išliko žemas terorizmo grėsmės lygis. Grėsnių nacionaliniam saugu-

mui vertinimo ataskaitose pateikiama ir įžvalgų, kaip valstybės institucijos turėtų apsaugoti nuo neigiamo užsienio valstybių poveikio. Gyventojams siūloma atsargiau naudotis socialiniais tinklais ir elektroninio pašto paslaugomis, nesinaudoti tokiais interneto svetainėmis, kaip „Odnoklasniki“, „Yandex“, „Mail.ru“.

Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitose pabrėžiama, kad Kremliaus finansuojamos priemonės Lietuvoje kuo toliau, tuo mažiau veiksmingos, tikėtina, dėl augančio piliečių sąmoningumo ir teisingo pasirinkimo. Lietuvės visuomenė demonstruoja atsparumą priešiškų jėgų poveikiui. Vis dėlto visuomenė yra diferencijuota, todėl egzistuoja grėsmė, kad priešiškomis jėgomis pavyks padaryti poveikį, jeigu ne visai visuomenei, tai bent atskiroms jos grupėms. Siekiant apginti pamatines teises ir laisves bei užkardyti priešiškų jėgų kenkimo veiklą, ekspertai pabrėžia žvalgybos, teisėsaugos ir kitų institucijų bei pilietinės visuomenės bendradarbiavimo poreikį.

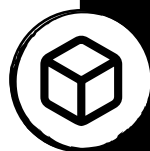
KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Išskirkite bent tris didžiausias grėsmes, išdėstytas 2023 m. grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitoje.
2. Pateikite švelniosios galios ir kietosios galios pavyzdžių, nustatytų grėsnių ir pavojų vertinimo kontekste.
3. Remdamiesi Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitomis, apibūdinkite kibernetinių grėsnių nacionaliniam saugumui pokyčius 2014–2023 metais. Koks, jūsų nuomone, yra moksleivių vaidmuo keičiantis kibernetinių grėsnių pobūdžiui?

Apibendriname

Šiandienis gyvenimas pilnas rizikų, todėl niekas nėra apsaugotas nuo grėsnių ir pavojų. Nacionalinio saugumo požiūriu kiekvienas šalies pilietis, įskaitant ir moksleivius, turėtų suvokti, atpažinti ir tinkamai reaguoti į grėsmes bei pavojus savo šalies saugumui, nepriklausomybei ir vientisumui. Grėsmės, kaip išsipildžiusios rizikos, gali kilti staiga, ir tuomet reikia veikti, o ne mokytis, kaip veikti. Todėl kiekvienas moksleivis turėtų kuo greičiau susipažinti, kas yra rizika, grėsmė ir pavojus, kaip jie yra vertinami, ką apie grėsmes ir pavojus atskleidžia šandien prieinami informacijos šaltiniai, kaip reikėtų juos suprasti ir interpretuoti. Temos medžiagoje buvo pateikta pavyzdžių, jų pagrindu siūloma moksleiviams savarankiškai giliau panagrinėti dėstomos temos literatūrą, ypač Grėsnių nacionaliniam saugumui vertinimo ataskaitas, kur pateiktos išsamios ekspertų parengtos situacijos analizės. Taip pat siūloma pasipraktikuoti savarankiškai arba grupėmis atlikti po kiekvienos potėmės pateiktas užduotis, taip lavinant informacijos apie grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui supratimą ir kritinį vertinimą.



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Grėsmių ir pavojų vertinimas – tai kompleksinis dinamiškas procesas, kurio metu nustatomos ir analizuojamos valstybei bei visuomenei kylančios rizikos.
2. Išsipildžiusios grėsmės sukelia pavojus: neretai padaro materialinių nuostolių, sutrikdo valstybės ir atskirų jos institucijų veiklą, pažeidžia gyventojus morališkai ar net pareikalauja žmonių gyvybių. Nacionalinio saugumo požiūriu itin svarbu tai, kad grėsmės ir pavojai gali pažeisti valstybės teritorinį vientisumą arba net jos nepriklausomybę.
3. Grėsmių ir pavojų vertinimo procesą sudaro šeši pagrindiniai etapai: identifikavimas, analizė, komunikavimas, prioritetų išskyrimas, valdymo strategijos, stebėjimas ir atnaujinimas.
4. Vertinant grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui, svarbu atsižvelgti į tokius aspektus: grėsmės ir pavojaus mastą; grėsmių ir pavojų kompleksiskumą ir ryšius su kitais reiškiniais bei procesais; ilgalaikius grėsmių ir pavojų padarinius; nuolatinę prevencišką grėsmių ir pavojų stebėseną ir vertinimą, nes rizikos, grėsmės ir pavojai nacionaliniam saugumui, bėgant laikui, kinta.
5. Grėsmių ir pavojų vertinimas turi būti moksliai pagrįstas, nes nemokslinis, kasdienis žinojimas ir jo pagrindu priimti sprendimai gali ne tik neužtikrinti nacionalinio saugumo, bet ir jam pakenkti.
6. Objektivusis vertinimas siejamas su matavimais, kurie išreiškiami skaičiais. Subjektyvusis vertinimas nukreiptas į objektus, kurie nėra lengvai apčiuopiami, o greičiau numanomi. Makrolygmens vertinimas apima grėsmių ir rizikų makrorodiklius, politinių partijų grėsmių ir pavojų suvokimą ir interpretacijas, žiniasklaidos vaidmenį formuojant informaciją apie grėsmes ir pavojus nacionaliniams saugumui, valstybės ir atskirų jos institucijų pasirengimo reaguoti į grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui planus, įgyvendintus uždavinius, vykdomas veiklas ir kt. Mikrolygmens vertinimas nukreiptas į individualų lygį, ir aiškinamasi, kaip gyventojai suvokia grėsmes nacionaliniam saugumui, kiek

yra pasirengę grėsmėms ir pavojams nacionaliniam saugumui, jeigu jos kiltų, koks tikėtinas visuomenės atsakas į kylančias grėsmes nacionaliniam saugumui, kaip visuomenė pasirengusi veikti, įvykus priešiškų šalių invazijai, ir kt.

7. Ekspertai įprastai remiasi žiniomis, grįstomis mokslinių tyrimų rezultatais. Jų turimos žinios prisideda atskleidžiant galimas grėsmes ir pavojus, jų šaltinius, ryšius su platesniu kontekstu, grėsmių ir pavojų užkardymo būdus, galimus padarinius, priemones pačioms grėsmėms ir pavojams bei jų padariniams šalinti ir kt.
8. Valstybės saugumo departamento ir Antrojo operatyvinių tarnybų departamento prie Krašto apsaugos ministerijos ekspertų pateikiamuose grėsmių ir pavojų vertinimuose pabrėžiama, kad grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui labiausiai lemia šalies geografinė ir geopolitinė padėtis.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kaip manote, ar svarbu vertinti galimas grėsmes valstybės saugumui ir gynybai? Argumentuokite.
2. Pateikite grėsmių ir pavojų nacionaliniam saugumui vertinimo rezultatų pavyzdžių. Kurie, jūsų nuomone, yra patys aktualiausi? Kodėl pasirinkote būtent juos?
3. Palyginkite Rusijos ir Kinijos keliamas grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui.
4. Pasirinkite atvejį ir parenkite grėsmių ir pavojų vertinimo proceso planą. Kokius veiksmus įtrauksite? Kokiems veikėjams kokius vaidmenis skirsite kiekviename etape?
5. Kaip manote, kodėl valstybės institucijos visuomenei viešina informaciją apie galimas grėsmes ir pavojus nacionaliniam saugumui?



V SKYRIUS

PASIRENGIMAS
EKSTREMALIOSIOMS
SITUACIJOMS,
KRIZĖMS IR
GRĖSMĖMS

Maisto ir kitų atsargų kaupimas

DR. GINTAUTAS JAKŠTYS



Temos reikšmingumas

- ➔ Net taikos metu jūs ir jūsų šeima turite būti pasiruošę bet kokiai ekstremaliajai situacijai – tai gali būti ne tik karas, bet ir stichinė nelaimė arba avarija, dėl kurios užteršiama teritorija (pavyzdžiui, Baltarusijos branduolinėje elektrinėje). Labai svarbu jau dabar pasiręsti išgyventi be išorinės pagalbos bent 72 valandas.
- ➔ Kilus ekstremaliajai situacijai, kurį laiką gali sutrikti parduotuvių, vaistinių, bankų, bankomatų veikla, tad jums reikia iš anksto kuo geriau pasiruošti išgyventi.

Kaip ir kokias maisto ar kitas atsargas kaupti

Įvertinus paskutinių karinių konfliktų ir ekstremaliųjų situacijų patirtį, reikėtų atkreipti dėmesį į keletą svarbių aspektų.

- 1 Niekada, jokiais aplinkybėmis niekam, išskyrus šeimos narius, neatskleiskite, ką, kiek ir kur turite sukauptę, kiek ir kur laikote savo maisto ir kitas atsargas, būtinas išgyventi. Atminkite, kad atsargos saugiausios iki tol, kol apie jas niekas nežino. Jeigu apie jūsų sukauptas atsargas žino svetimi, tikėtina, kad, atėjus sudėtingam laikui, atsiras žmonių, besikėsiančių į viską, ką sukauptėte. Taikos metu jūs galite tapti pašiupų objektu, bet, prasidėjus karui, piktavaliai žmonės žinos, kur eiti, kai baigsis jų atsargos.
- 2 Svarbu tinkamai rūšiuoti ir sandėliuoti atsargas. Įprastai žmonės jas linkę rūšiuoti pagal jų pobūdį, nes taip lengviau tvarkyti apskaitą ir kontroliuoti. Pavyzdžiui, sandėliuke vienoje dėžėje laikomos kruopos, kitoje – konservai, trečioje – druska, cukrus ir kita. Taip daryti nereikėtų. Visada turite įvertinti, kad dėl įvairių priežasčių galite prarasti vieną ar kelias dėžes. Pavyzdžiui, jas gali sugadinti drėgmė arba jas gali pavogti ar atimti. Jei neteksite dėžės, kurioje sandėliavote visas mėsos atsargas, išgyventi bus sunku.
- 3 Patartina į kiekvieną dėžę sudėti įvairių atsargų, jas kaupti rinkiniais, kurie būtų surinkti skirtingu laiku.

- 4 Nors šiuo metu rekomenduojama būti pasirengus savarankiškai, be pagalbos išgyventi 72 valandas, praktika rodo, kad atsargų reikia turėti sukauptus vienam mėnesiui. Per mėnesį situacija pasisuka vienokia ar kitokia linkme ir galima priimti sprendimus dėl tolesnių veiksmų.
- 5 Kaupdami atsargas, nepamirškite ir augintinių. Jie negali pasirūpinti savimi, todėl tai padaryti turite jūs.

Vanduo ir maistas yra gyvybiškai svarbūs siekiant išgyventi. Skaičiuokite vienam žmogui mažiausiai 2 litrus vandens per parą. Šio kiekio pakaks atsigerti ir pasigaminti maisto. Patogiausia vandens atsargas laikyti buteliuose po 1,5–2 litrus. Svarbu atminti, kad vandens neatstoja kokakola, gira ar kiti panašūs gaivieji gėrimai. Vandens atsargas geriau pirkti parduotuvėje, nes, išpildant specializuotose gamyklose, užtikrinamas minimalus jo sąlytis su oru, tad ilgiau išlieka nesugedęs. Tačiau, vos išgirdę apie karinę invaziją ar ekstremaliąją situaciją, pirmiausia prileiskite namie turimas talpyklas, įskaitant ir vonią, vandens. Šį vandenį naudokite pirmiausia, nes jis gali greitai sugesti.

Jeigu gyvenate kaime ar priemiestyje, visuomet prižiūrėkite ir atnaujinkite artimiausius šulinius, jie, esant reikalui, gali tapti vieninteliu vandens šaltiniu ne tik jums, bet ir visai bendruomenei. Vanduo iš apleistų, nevalomų šulinių gali sukelti ligas ar įvairius negalavimus.

KOKIUS MAISTO PRODUKTUS TURIME KAUPTI? Galima išskirti dvi pagrindines grupes: mėsa ir kruopos. Mėsa yra labiausiai mums įprastas pagrindinis baltymų šaltinis organizmui. Vienam žmogui per parą reikia dviejų porcijų po 200 g mėsos (kiaulienos, jautienos ar paukštienos). Žuvis yra mažiau vertingas produktas, o ir sandėliuoti ją sudėtingiau, tad jos reikėtų kaupti tik norint pajvairinti racioną.

Mūsų mityboje itin svarbios kruopos. Jų reikia sukaupti kuo įvairesnių: grikių, ryžių, įvairių lęšių, žirnių, perlinių kruopų, miežių, avižinių dribsnių ir makaronų (nors makaronai nėra kruopos, sandėliavimo ir vartojimo prasme jie beveik tas pats, kaip ir kruopos).

Kruopų reikėtų skaičiuoti vieną stiklinę žmogui per parą, tačiau dėl sandėliavimo patogumo ir pigumo turėkite kruopų atsargų ne mažiau kaip 2 mėnesiams. Kruopos tinka visiems žmonėms ir net daliai naminių gyvūnų.

Būtinai kaip maisto atsargas reikėtų kaupti aliejų, prieskonius, druską ir cukrų. Nereikėtų pamiršti konservuotų ar raugintų vaisių ir daržovių.

Atminkite, kritiniais atvejais, kai nėra galimybės virti, įkurti ugnį ar gauti karšto vandens, kruopas galima iš vakaro užmerkti vandenyje, o ryte pasūdžius – iškart valgyti.

Nepamirškite į atsargas įtraukti arbatos, kavos, juodojo šokolado, pieno miltelių, kondensuoto pieno, nes šie produktai ne tik pagerins gyvenimo sąlygas, bet ir suteiks energijos.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kodėl niekam, išskyrus šeimos narius, negalima atskleisti, ką, kiek ir kur turite sukauptę kaip atsargas, būtinas išgyventi?
2. Kodėl svarbu kaupti ne tik maisto, bet ir vandens atsargas?
3. Pasakykite tris, jūsų nuomone, svarbiausius patarimus norintiems kaupti maisto ir vandens atsargas.

Medicininės ir higienos priemonių atsargos

Susidarius ekstremaliajai situacijai, dėl didelio pacientų srauto pirmiausia sutrinka medicinos paslaugos, todėl svarbu sukaupti medicininių ir higienos priemonių atsargų. Kiekvienas dažniausiai žino, kokiomis ligomis serga ir kokių vaistų reikia, kad galėtų išgyventi.

Net jeigu esate visiškai sveikas, vis tiek reikia pasirūpinti dezinfekcinių priemonių (pavyzdžiui, peroksido vandenilio, jodo, spirito), tvarsliavos, turniketų ir kitų priemonių, būtinų suteikiant pirmąją pagalbą. Papildomai būtina turėti ir nuolat atnaujinti kalio jodido tablečių, reikalingų branduolinės avarijos atveju, skausmą malšinančių tablečių, vidurius laisvinančių ir viduriavimą stabdančių preparatų atsargas. Būtina žinoti, kad stresinėje situacijoje itin dažnai sutrinka žarnyno veikla. Vidurių užkietėjimas (kai žmogus tuština rečiau nei 3 kartus per savaitę) gali sukelti žarnyno infekciją, gresiančią mirtimi. Švelniai laisvina vidurius ir ryte, prieš valgį, išgertas šaukštas linų sėmenų aliejaus, puodelis kefyro ar kavos, gysločių sėklų ar linų sėklų arbatos. Lygiai taip pat pavojingas yra ir viduriavimas (tuštinimasis daugiau nei 3 kartus per dieną), nes žmogus netenka daug skysčių ir maistingųjų medžiagų, dėl to išsenka organizmas.

Ekstremaliomis sąlygomis itin svarbu laikytis higienos, todėl reikia pasirūpinti higieninių servetėlių, turėti medžiaginių rankšluosčių, keletą gabalėlių muilo, indų ploviklio, dantų pastos, dantų siūlo tarpdančiams išvalyti ir tualetinio popieriaus. Higienos priemonių kiekis priklauso nuo šeimos poreikių, bet jų turi užtekti ne mažiau kaip mėnesiui.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl turime kaupti vaistų atsargas?
2. Paaiškinkite, kodėl svarbu laikytis higienos taisyklių net susidarius ekstremaliajai situacijai.
3. Kaip manote, ar jūsų kasdienis gyvenimas pasikeistų, jei nebesilaikytumėte elementarių higienos taisyklių? Argumentuokite.

Kitos atsargos

Retai kas pagalvoja apie benzino, žibalo ar dyzelino atsargas. Jos gali būti naudojamos tiek transporto priemonei evakuojantis, tiek maisto gamybai, apšvietimui, šildymui ir netgi kaip ginklas (pavyzdžiui, Molotovo kokteiliams gaminti). Įdiekite įprotį šeimos automobilyje visuomet turėti ne mažiau kaip pusę bako degalų.

Reikia turėti ir ugnies šaltinių: žiebtuvėlių, degtukų, skeltuvą (juo reikėtų išmokti naudotis), žvakių, žibalinį lempų, žibalinį ar dujinį krosnelių, suskystintųjų dujų.

Maisto gamybai reikalinga kaitra: dujinė viryklė su dujų balionėliu, primusas su žibalu

ar benzinu. Būtinai reikia turėti universalių metalinių indų (pavyzdžiui, katiliukų), kurie tinka ir maistui gaminti, ir kaip valgymo indas. Galima naudoti ir sauso kuro tabletes, bet jų reikia daug, o labiausiai tinka tik maistui pasišildyti. Visada pravers gamyklinės ar savadarbės malkomis kūrenamos krosnelės, kurias naudojame ir iškylose. Jos tinka ir pasišildyti, ir maistui ruošti, tik reikia pasirūpinti malkų. Taip pat nepamirškite šaukštų, šakučių, peilių, šiukšlių maišų, kamščiatraukių, konservų atidarytuvų ir kitų priemonių.

Svarbu turėti bent minimalias priemones ryšiui su aplinkiniu pasauliu palaikyti. Tam reikia arba generatoriaus, kurį naudodami įkrausite išmaniuosius telefonus, arba elementaraus radijo imtuvo. Yra radijo imtuvų, veikiančių su baterijomis, bet galima įsigyti ir prožektorių ar radijo imtuvų, veikiančių su saulės baterijomis arba turinčių galimybę įkrauti mechanškai sukant rankenėlę. Radijo imtuvus leis orientuotis besikeičiančioje aplinkoje.

Jeigu nusprendėte įsirengti šeimos slėptuvę namo rūsyje, pagalvokite ir apie įrankius, reikalingus tiek gyvenant, tiek siekiant išlįsti iš griuvėsių. Gali prireikti pjūklų, kirvių, laužtuvų, kastuvų, kirtiklių, kūjų, replių, atsuktuvų ir kt. Stengiantis išlįsti iš griuvėsių vien gerų norų ir valios gali neužtekti – reikia turėti ir tinkamų įrankių.

Gyvenant slėptuvėje taip pat gali prireikti miegmaišių, kilimėlių, pledų, tinkamų miegoti ar gulėti.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kodėl reikia turėti kuro atsargų?
Kurių šioje potemėje išvardytų daiktų jau dabar yra jūsų namuose, o kurių – dar trūksta?
2. Kuo gali praversti elementarus radijo imtuvus susidarius ekstremaliajai situacijai, juk turime išmaniuosius telefonus?

Išvykimo krepšys – kas jame turi būti

Kaip minėta, svarbu pasiruošti įvairioms netikėtoms situacijoms ir būti pasirengus išvykti iš namų bet kuriuo paros metu. Kaip rodo pastarųjų metų patirtis, dažniausiai susiruošti evakuotis tenka vos per keliolika minučių, todėl svarbu iš anksto susidėti **išvykimo krepšius**, kurie padės jums išgyventi susidarius ekstremaliajai situacijai. Kiekvienas žmogus geriausiai žino asmeninius bei savo šeimos poreikius ir gali savarankiškai pasiruošti būtiniausiems daiktams, kurių prireiktų išvykus iš namų, tačiau atlikti tyrimai parodė, kad išvykimo krepšyje turi būti:

- žibintuvėlis su papildomais elementais (geriausia iš anksto įsigyti priemonių, kurioms tiktų vienos rūšies (pavyzdžiui, AA ar AAA) elementai – bus lengviau tokius elementus ne tik naudoti, bet ir kaupti; be abejo, puiku, kai žibintuvėlis gali būti įkraunamas iš išorinės nešiojamosios baterijos, naudojant rankinį švaistiklį ar saulės energijos bateriją),

- svarbūs dokumentai – gimimo ir (ar) santuokos liudijimai, asmens tapatybės kortelės, pasai, vairuotojo pažymėjimai, draudimo dokumentai, turto nuosavybės dokumentai,
- artimųjų nuotraukos (jų gali prireikti ieškant artimųjų, nuotraukos turi būti išspausdintos ant popieriaus, nes mobiliajame telefone esančių nuotraukų galite ir nepanaudoti – ne visuomet turėsite galimybę telefoną įkrauti, be to, jį gali atimti piktavaliai žmonės),
- radijo imtuvas su papildomais elementais – paprastas, gali būti ir integruotas į žibintuvėlį (jums svarbu gauti oficialių institucijų skelbiamą informaciją, jeigu sutriktų interneto ryšys),
- maisto davynys ir vandens atsargos, supilstytos į mažas talpyklas, kurių užtektų 3 paroms,
- papildomo maisto ir priemonių, jeigu yra mažų vaikų arba šeimos narių, turinčių specialiųjų poreikių, pavyzdžiui: maisto kūdikiams, specialaus maisto alergiškiems asmenims, sauskelnų, drėgnų servetėlių,
- daugiafunkcis kišeninis peilis, šakutės, šaukštai, konservų atidarytuvas ir kt.,
- pirmosios pagalbos rinkinys, pagal poreikius vartojami vaistai ir vandenilio peroksido tirpalas; jeigu nėra specialiųjų poreikių, vis tiek reikia turėti vaistų nuo skausmo, vidurius laisvinančių ar viduriavimą stabdančių vaistų,
- žaislų ir (ar) knygų vaikams (jei yra mažų vaikų, juos reikės užimti, kad sumažintumėte nerimą),
- drabužių: patogūs batai, neperšlampama ir nuo vėjo apsauganti striukė, megztiniai, šiltos kelnės,
- tualetiniai reikmenys: rankšluostis, muilas, dantų šepetėlis, dantų pasta, tualetinis popierius, higieninės servetėlės ir kt.,
- šilta antklodė ir (ar) kompaktiškas miegmaišis,
- kaukė nuo dulkių ir nuo bakterijų,
- degtukai, sudėti į vandeniui atsparią pakuotę,
- pieštukas ir popierius – jų prireiks norint palikti ar pasiųsti žinutę arba informaciją,
- grynųjų pinigų ir juvelyrinių dirbinių (išskirstykite ir saugiai paslėpkite tarp kitų daiktų; rekomenduojama kiekvienam žmogui turėti po 300 eurų kuo smulkesnėmis kupiūromis).

BENDRI PATARIMAI. Pasirūpinkite vandens atsargų (parai – ne mažiau kaip 2 litrai geriamojo vandens vienam žmogui. Tačiau kuo ilgesnį laiką praleisite slėptuvėje, tuo daugiau vandens suvartosite, tad rengiantis išgyventi, kol bus suteikta pagalba, žmogui 72 valandoms reikia turėti apie 12 litrų vandens). Laikykite vandenį, supilstytą į mažus butelius, – taip galėsite tolygiai paskirstyti svorį, jei tektų išvykti arba prireiktų skubiai persikelti į kitą vietą.

Įvertinkite, kokio svorio išvykimo krepšį ir kokią atstumą galite nešti. Rekomenduojama, kad jis svertų ne daugiau kaip 30 kilogramų. Kiekvienas išvykimo krepšys turi būti sudėtas taip, kad jame būtų būtiniausi daiktai, kurie padėtų išgyventi visiems šeimos nariams. Per evakua-

ciją praradus išvykimo krepšį, padės išgyventi kitų šeimos narių krepšiai.

Ekstremaliųjų situacijų atveju neskambinkite artimiesiems – geriau siųskite trumpąsias žinutes. Jos pasiekti adresatus turi daugiau galimybių.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Ar jūsų šeima turi pasiruošusi išvykimo krepšį? Kodėl?
2. Kaip manote, kas yra sudėtingiausia sudedant ir saugant išvykimo krepšį?
3. Kaip manote, ką reikėtų daryti, kad produktai ir įvairūs daiktai, saugomi išvykimo krepšyje, nesugestų?

Šeimos evakuacijos planas

Nesvarbu, kokio pobūdžio ekstremalioji situacija gali ištikti: epidemija, stichinė nelaimė, atominė arba cheminė avarija ar prasidėję karo veiksmai, sprendimas bus vienas iš trijų:

- slėptis, laukti ir bandyti išgyventi savo namuose,
- laukti organizuotos evakuacijos arba kol baigsis ekstremalioji situacija,
- skubiai palikti namus ir evakuotis į saugią vietą.

Esminiai pasiruošimo elementai visuomet bus tokie patys, ir nesvarbu, kokius sprendimus jūs priėmėte, besikeičianti situacija gali priversti nedelsiant evakuotis. Todėl svarbu iš anksto parengti šeimos evakuacijos planą. Jeigu reikėtų evakuotis, nebus laiko, dažnai ir galimybių, suderinti planą su šeimos nariais. Svarbu iš anksto šeimoje aptarti galimus veiksmus ir jų seką ištikus nelaimei:

- išsiaiškinti, kaip galite gauti perspėjimo pranešimus ir kaip elgsitės vienu ar kitu atveju;
- susitarti, kur visi susitiksite kilus nelaimei, ką daryti, jeigu negalite susitikti sutartoje vietoje, kiek lauksite visų sutartoje vietoje arba ką daryti, jeigu, atvykus į susitikimo vietą, paaškęja, kad iš ten visi jau išvyko;
- aptarti su šeimos nariais, kur planuojate slėptis ekstremaliųjų situacijų atveju, – kiekvienas turi žinoti, kur ta vieta yra ir kaip ten nuvykti;
- pasirinkti ir žinoti patikimą kontaktinį asmenį, kuris gyvena toliau nuo jūsų namų, ir su juo suderinti situaciją: jeigu jūsų šeima būtų išsklaidyta, jos nariai galėtų pas tą asmenį kuriam laikui prisiglausti;
- suderinti veiksmus su draugais ir artimaisiais, aptarti, su kuo kooperuositės nelaimės atveju: sutarkite, kaip ir kada susitiksate, kaip palaikysite tarpusavio ryšius;
- iš anksto sutarti, kas už ką atsakingas, kas ką paima ar pasiima, kas kuo pasirūpina.

Išvykdami iš namų, nepamirškite juos palikti saugius: išjungti dujas ir elektrą, užsukti vandens sklendes. Pasiimkite kartu naminius gyvūnus! Nepamirškite pasiimti išvykimo krepšių. Svarbu ne tik aptarti ar parengti evakuacijos planą, bet ir jį retkarčiais išbandyti su tais žmonėmis, su kuriais planuojate kartu evakuotis. Tam išnaudokite penktadienius ir savaitgalius. Pamėginkite bent kartą per metus skubiai su šeimos nariais išvykti ir kelias dienas išgyventi su turimais išvykimo krepšiais. Taip jūs ne tik įgysite patirties, bet ir pamatysite savo evakuacijos plano trūkumus, galėsite jį tobulinti.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Ar jūs su savo šeima esate aptarę šeimos evakuacijos planą susidarius ekstremaliajai situacijai?
2. Kodėl svarbu realiai išmėginti šeimos evakuacijos planą?
3. Ką darytumėte, jei, kilus ekstremaliajai situacijai, būtumėte atskirtas nuo šeimos, o plano neturėtumėte arba jo negalėtumėte įgyvendinti?



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Kiekvienas, nesvarbu, kokio amžiaus ir kur gyvename, turime būti pasiruošę ekstremaliosioms situacijoms – sugebėti išgyventi be išorinės pagalbos bent 72 valandas. Dar geriau, jei būtume pasirengę savarankiškai išgyventi vieną mėnesį.
2. Svarbu atminti, kad, kilus bet kokiai ekstremaliajai situacijai, trumpesnį ar ilgesnį laiką gali sutrikti parduotuvių, vaistinių, bankų, bankomatų veikla, tad būtina iš anksto kuo geriau pasiruošti išgyventi savarankiškai.
3. Nesvarbu, kokio pobūdžio ekstremalioji situacija gali ištikti: epidemija, stichinė nelaimė, atominė arba cheminė avarija ar prasidėję karo veiksmai, svarbu neprarasti sveikos nuovokos ir nepasiduoti panikai. Kas beatsitiktų, sprendimas visuomet bus vienas iš trijų:
 - slėptis, laukti ir bandyti išgyventi savo namuose,
 - laukti organizuotos evakuacijos arba kol baigsis ekstremalioji situacija,
 - skubiai palikti namus ir evakuotis į saugią vietą.



4. Dar taikos metu reikia išsiugdyti tam tikrus įpročius, kurie turi tapti jūsų kasdienio gyvenimo dalimi:
 - automobilyje visuomet turėti ne mažiau kaip pusę bako degalų;
 - turėti grynųjų pinigų smulkiais kupiūromis;
 - namuose laikyti nedidelę atsargą druskos, baterijų, degtukų, žvakių ir kitų pačių būtiniausių išgyvenimo priemonių.
5. Turėkite iš anksto parengtą šeimos evakuacijos planą, kurį būtinai aptarkite su šeima. Iš anksto pasiskirstykite, kas už ką atsakingas, kas ką turi padaryti ir kuo pasirūpinti. Atminkite, kad ekstremaliosios situacijos ištinka netikėtai, todėl tada jau nebus laiko, dažnai ir galimybių planą suderinti su šeimos nariais.



APIBENDRINAMIEJI

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl reikia turėti maisto, vandens ir kitų svarbių produktų atsargų?
2. Nurodykite svarbiausias penkias taisykles, kaip kaupti maisto, vandens ir kitų svarbių produktų atsargas.
3. Kokia išvykimo krepšio paskirtis ir reikšmė?
4. Paaiškinkite, kaip turėtume suformuoti išvykimo krepšį: kokie daiktai jame turi būti, kaip turi atrodyti krepšys, kur jį reikėtų laikyti.
5. Pamėginkite sudėti savo šeimos išvykimo krepšį. Pasidalykite patirtimi, kas pavyko, o kas nepavyko.
6. Pasvarstykite, kokiose situacijose išvykimo krepšys jums būtų naudingas, o kada – ne.
7. Nurodykite svarbiausius šeimos evakuacijos plano sudarymo etapus.
8. Sudarykite savo šeimos evakuacijos planą. Jį aptarkite su šeima. Papasakokite, kaip jums sekėsi susitarti dėl šio plano.

Saugus judėjimas ir evakavimasis

DR. GINTAUTAS JAKŠTYS



Temos reikšmingumas

- ➔ Gresiant karinei invazijai ar ekstremaliajai situacijai, būtina tinkamai pasiruošti galimiems pokyčiams. Susidūrus su bet kokia problema, rekomenduojama neprarasti sveikos nuovokos ir nepasiduoti panikai.
- ➔ Priimant sprendimus, svarbu išsiaiškinti realią padėtį ir nekelti chaoso – jo ir taip bus pakankamai. Pasitikėkite tik oficialiais pranešimais, atsiribokite nuo skleidžiamų gandų ir pramanų.
- ➔ Pasirenkite veiksmų planą. Dar taikos metu apgalvokite ir pasitarkite su artimaisiais, kaip elgsitės vienu ar kitu atveju: kur galima slėptis kilus pavojui, kokiomis transporto priemonėmis (automobiliu, traukiniu ar autobusu) evakuositės, jeigu negalėsite likti namuose, ką darysite, jeigu jūsų automobilis bus sugedęs, kokie yra alternatyvūs evakuaciniai keliai, kur susitiksime su kitais šeimos nariais, jeigu atsiskirtumėte vieni nuo kitų, į ką gali kreiptis jūsų šeimos nariai nelaimės atveju.
- ➔ Retkarčiais įvairiais metų laikais pabandykite su šeimos nariais išvykti į planuojamą saugią vietą ir ten praleisti keletą dienų tik su evakuacijai paruoštais daiktais.

Kaip suprasti, ar reikia evakuotis

Nepalaujamai kalbant apie galimas grėsmes ir kaip joms ruoštis, patenkame į informacinę sumaištį, todėl svarbu, gresiant ekstremaliajai situacijai, vadovautis oficialių institucijų rekomendacijomis. Jei yra galimybė, visuomet reikia evakuotis iš teritorijos, kurioje gali prasidėti kovos veiksmai ar neramumai. Atsisakyti evakuotis verta tik tuo atveju, jei nėra kitos galimybės susirasti saugią vietą arba neramumai apėmė visą regioną ar pasaulį ir evakuotis tiesiog nėra kur. Visada geriausia persikelti į vietovę, kuri yra toliau nuo pagrindinių kelių. Nuošalios

gyvenvietės, kaimai ar vienkiemiai netoli miško yra geriausios vietos išlikti kilus kariniams konfliktams ar krizėms. Susidarius ekstremaliajai situacijai, miestų gyventojams dažniau kyla **marodieriavimo**, prievartavimo ar nužudymo grėsmė. Didesniuose miestuose per suirutę dažniausiai sutrinka prekių tiekimo, vandentiekio ir kitos įprastos paslaugos. Miestuose gyvena daug žmonių, o maisto ir vandens resursai riboti, mažesnės ir galimybės patiems jais apsirūpinti. Visko pradeda trūkti, todėl žmonės linkę vieni iš kitų atimti maistą, vandenį, kitas gyvybiškai svarbias atsargas. Kaimiškose bendruomenėse yra mažiau žmonių ir daugiau resursų. Ten žmonės yra bendruomeniškesni ir linkę vieni kitiems padėti, be to, daugelis patys auginą vaisius, daržoves ar gyvulius. Be to, kaimo vietovės mažiau priklausomos nuo centralizuoto maisto, vandens ar šilumos tiekimo. Nereikėtų tikėtis, kad, išvykę į miškingą vietovę, galite išgyventi tik iš gamtos teikiamų gėrybių. Atminkite, anksčiau ar vėliau maisto atsargos baigsis, patirsite įvairių sveikatos sutrikimų ar traumų, šaltuoju metų laiku kils sunkumų ieškant augalų, tinkamų valgyti, negalėsite sumedžioti ar sugauti laukinių gyvūnų. Tad visada lengviau išgyventi nedidelėje bendruomenėje, kur stengiamasi padėti vieni kitiems.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl svarbu vadovautis oficialių institucijų rekomendacijomis, o ne gandai?
2. Kodėl didesniame mieste, susidarius ekstremaliajai situacijai, gali būti daugiau sumaišties nei mažesnėje gyvenvietėje?
3. Kaip manote, ar sunku žmonėms priimti sprendimą evakuotis ar likti savo namuose? Argumentuokite.

Automobilio paruošimas evakuacijai

Norint saugiai keliauti, kai aplink tvyro suirutė, jums reikia neišsiskiriančio automobilio – geriausiai tinka visais keturiais ratais varomas universalas. Jokiu būdu nedažykite automobilio maskuojamosiomis spalvomis, nedarykite nieko, kas atkreiptų aplinkinių dėmesį ar padarytų jūsų automobilį panašų į kariuomenės. Geras visureigis visuomet traukia nusi kaltėlių, **marodiėrių** ir okupantų karių dėmesį, o maskuojamosiomis spalvomis nudažytą automobilį priešai gali palaikyti kariniu taikiniu ir sunaikinti, net nesiaiškinę, kas juo važiuoja. Nenaudokite evakuacijai šarvuotų automobilių – juos arba atims, arba dėl svorio jie klups visur, kur tik reikės apvažiuoti kliūtį.

KIEKVIENAME AUTOMOBILYJE TURI BŪTI EVAKUACINIS KOMPLEKTAS, KURĮ SUDARO:

- tentas – gali būti naudojamas ir kaip laikinas būstas-palapinė, jeigu reikėtų apsisistoti, ir kaip maskuotė automobiliui miškingoje vietovėje;
- šildančios priemonės – degtukai, žvakės, folijos skraistės, pledas, kilimėlis, miegmaišis ir kt.;
- įrankiai: peilis (geriausia universalus su atidarytuvu, kamščiatraukiu, yla ir kt.), kirvis, kastuvėlis, pjūklas, prožektorius, virvė ir kt. Visais įrankiais turi mokėti naudotis visi šeimos nariai. Juos naudosite statydami palapinę, įkurdami stovyklavietę, įrengdami laužavietę;
- maisto atsargos – pasiruoškite automobilyje lengvai pasiekiamų maisto produktų, kurių nereikia ruošti ir galite valgyti tiesiog važiuodami. Maisto reikėtų turėti bent kelioms dienoms, nesvarbu, kiek planuojate keliauti. Gali atsitikti taip, kad kelių valandų kelionė išsitytų iki kelių dienų;
- degalai – išsiugdykite įprotį, automobilio degalų lygiui pasiekus pusės bako žymą, pripildyti jį iki pilno. Paskutinių karinių konfliktų patirtis parodė, kad su puse bako degalų galima gana toli nuvažiuoti. Prasidėjus bet kokiai ekstremaliajai situacijai, pirmiausia išsirikiuoja ilgos automobilių eilės prie degalinių. Pagalvokite apie papildomas talpyklas degalams, kurias pripildytumėte tik išgirdę apie karinę invaziją ar ekstremaliąją situaciją. Be to, atminkite, jeigu jūsų automobilis, viryklė ir šildymo krosnelė naudos tuos pačius produktus (pavyzdžiui, benziną ar dyzeliną), tai pasirūpinti kuro atsargų bus daug paprasčiau, o gyvenimas palengvės.

Dar taikos metu pasirinkite evakuacinių maršrutų planą, kuriame būtų numatytas pagrindinis ir bent du atsarginiai aplinkiniai maršrutai. Svarbu patikrinti galimybes naudotis nepagrindiniais keliais ir aplinkkeliais įvairiais metų laikais.

Evakuojantis automobiliu reikia nepamiršti, kad gali prireikti dėl įvairių priežasčių jį palikti, todėl svarbu šalia turėti sudėtus išvykimo krepšius kiekvienam šeimos nariui. Juose turi būti visko, ko reikia norint kurį laiką išgyventi savarankiškai: dokumentai, higienos priemonių, vaistų, maisto, vandens, degtukų, pinigų (smulkiomis kupiūromis apie 300 eurų asmeniui) ir kt.

Saugaus judėjimo ir evakavimosi principai

Vienas iš pagrindinių būdų apsaugoti žmones nuo galimos žūties ir grėsmingų situacijų yra evakuacija iš pavojingų zonų. Evakuacija – tai organizuota veikla, skirta perkelti gyventojus iš pavojingų zonų, kad būtų išsaugota evakuojamųjų gyvybė. Tiems, kurie nusprendė evakuotis savarankiškai, siūloma laikytis šių principų:

- Neatrodykite kariškai. Ypač prasidėjus kariniam konfliktui, joku būdu evakuodamiesi nevilkkite drabužių, primenančių kario uniformą, kad nebūtumėte palaikytas **kombatantu**. Nenaudokite kariškų ar į jas panašių kuprinių, venkite matomoje vietoje laikyti peilį ar gertuvę.
- Nesirenkite prabangiai – brangūs drabužiai ar papuošalai patrauks ne tik nusikaltėlių, bet ir kitų piktavalių žmonių bei okupantų karių dėmesį. Siekdami pasinaudoti situacija, jie ne tik jus apiplėš, bet, norėdami nuslėpti nusikaltimus, gali ir nužudyti.
- Keliaukite tik šviesiu paros metu. Tokiu laiku lengviau orientuotis vietovėje, iš anksto galima pastebėti galimas kliūtis, kontrolės punktus ar sustojimo bei poilsio vietas.
- Naudokitės kolektyvinės apsaugos statiniais, specialiai įrengtais praleidžiamaisiais ar kontrolės punktais. Juose visuomet galite sušilti, pailsėti, gauti naudingos informacijos ir papildyti geriamojo vandens atsargas.
- Jei atsitiko taip, kad jus tikrina priešo kariai, elkitės oriai, ramiai ir neagresyviai, vykdykite jų nurodymus. Atminkite, jie ir taip jūsų nekenčia, todėl nesuteikite nereikalingos dingsties jus nužudyti.
- Iš anksto numatykite daiktus priešo kariams papirkti – didžiausią paklausą per karinį konfliktą turi rūkalai ir alkoholiniai gėrimai.
- Evakuodamiesi būkite pasirengę visi kaip vienas gintis nuo plėšikų, marodierių ir sužvejusių civilių.
- Nepamirškite prie transporto priemonės pritvirtinti iš toli aiškiai matomą baltą vėliavą arba bent jau baltos medžiagos skiautę. Balta vėliava – tarptautinis taikos ženklas.
- Būkite pasiruošę bet kurią akimirką palikti automobilį ir toliau keliauti pėsčiomis. Išvykimo krepšiai turi būti visuomet šalia jūsų.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokią transporto priemonę geriausia rinktis norint evakuotis? Kodėl?
2. Nurodykite daiktus, kurie turėtų būti transporto priemonėje, naudojamoje evakuacijai. Kuo jie naudingi per evakuaciją?
3. Kokiais būdais reikėtų evakuotis, jei nebūtų galima to daryti automobiliu?



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl evakuojantis karinio konflikto metu negalima vilkėti kariško stiliaus drabužių?
2. Nurodykite tris svarbiausius daiktus, kuriuos privalo turėti civilis asmuo per evakuaciją. Paaškindite, kodėl kiekvienas iš jų reikalingas.
3. Kaip manote, ką dar būtų galima patarti besievakuojantiems civiliams asmenims?

Evakavimosi maršrutų pasirinkimas, susitikimo vietų nustatymas ir orientavimosi vietovėje pagrindai

- Iš anksto suplanuokite ne tik pagrindinį, bet ir atsarginius maršrutus taip, kad būtų galima upes kirsti per kelis tiltus. Svarbu numatyti vietas, kur galėtumėte laikinai apsistoti, pailsėti ar palaukti, kol baigsis neramumai, sulaukti pagalbos.
- Nepaisant jūsų suplanuoto maršruto, rekomenduojama vykti tais keliais, kuriuose reguliuojamas civilių judėjimas arba kuriuos nurodo evakavimą organizuojančios arba koordinuojančios institucijos. Kituose keliuose gali vykti intensyvus kariuomenės dalinių judėjimas, ten būti ne tik nesaugu, bet ir pavojinga.
- Ieškokite draugiškų kontrolės punktų. Karinių veiksmų zonose dažniausiai yra numatyti civilių gyventojų evakuacijos keliai, vadinami **humanitariais koridoriais**.
- Planuodami maršrutus, venkite kelių, einančių pro strateginius ir pramonės objektus, kuriuos pažeidus teritorija užteršiama nuodingosiomis medžiagomis.
- Venkite nežinomų ar abejotinų kelių, nes taip galite nuklysti nuo maršruto ir atsidurti pavojuje.
- Nesikliaukite vien navigacija, visuomet automobilyje turėkite popierinį žemėlapi. Jis gali padėti susiorientuoti nukrypęs nuo pagrindinio maršruto ar renkantis apvažiuoti kliūtį.
- Būtinai išbandykite atsarginius maršrutus įvairiais metų laikais: žiemą, lietingą rudenį ar ankstyvą pavasarį.
- Visame maršrute numatykite svarbiausius iš toli matomus objektus orientyrus, jie padės ne tik susivokti, kurioje vietoje esate, bet ir tarneau kaip susitikimo vieta, jeigu netikėtai šeima būtų išsklaidyta ar priversta bėgti nuo apšaudymo.



17.1 pav. | Evakuacija Ukrainoje

Ukrainos valstybės sienos apsaugos tarnybos nuotrauka / etaplus.lt

Ruošiantis galimai evakuacijai, svarbu žinoti esminius darbo su žemėlapiu principus. Tai padės net ir taikos sąlygomis. Žemėlapiai sudaryti taip, kad jų viršus nukreiptas į šiaurę, todėl, paėmus žemėlapi, pirmiausia jį reikia nustatyti pagal pasaulio kryptis. Taigi, paėmus žemėlapi, jį reikia pasukti taip, kad viršus būtų nukreiptas į šiaurę. Turint kompasą, tai padaryti nesunku – paprastai mėlynoji rodyklė rodo šiaurę. Jei nėra kompas, žemėlapi galima apytikriai nukreipti pagal saulę panaudojus mechaninį laikrodį, taip pat pagal medžių šešėlius, miškų kvartalų linijas ir kitais būdais. Galima nukreipti žemėlapi ir pagal orientyrus, pavaizduotus žemėlapyje ir matomus konkrečioje vietovėje.

Turint žemėlapi, ne mažiau svarbu nustatyti savo buvimo vietą ir judėjimo kryptį. Savo buvimo vietą galima nustatyti keliais būdais. Pats paprasčiausias ir patikimiausias – rasti vietovėje nekintantį gerai matomą orientyrą: upę, tiltą, bažnyčios bokštą, kelią, ežerą ar kt., tada, nukreipus žemėlapi viršų į šiaurę, vizualiai nubrėžti nuo gerai matomo objekto liniją iki savęs ir palyginti su žemėlapyje arčiausiai jūsų esančiais orientyrais. Tai ir bus jūsų buvimo vieta. Nepamirškite, kad judant nuolat reikia patikslinti savo buvimo vietą pagal vietovėje ir žemėlapyje esančius orientyrus. Judant keliu, kuris yra geras linijinis orientyras, tereikia nustatyti, kuriame taške esate. Tai padaryti galima pagal orientyrus kelyje: gyvenvietes, sankryžas, tiltus ir kt.

Jeigu dėl kažkokių priežasčių negalite judėti keliu arba, trumpindami atstumą, nusprendžiate judėti pagal kryptį ir azimutą, tuomet kompasu nustatomas reikalingas azimutas. Atsisotinate veidu į judėjimo kryptį, nukreipiate kompasą taip, kad strėlytė rodytų šiaurę, o kompas planšetės rodyklė – judėjimo kryptį. Tada judėjimo kryptyje surandamas kuo tolimesnis, bet gerai matomas objektas (pavyzdžiui, bokštas, kalva, lapuotis medis spygliuočių miške, akmuo lauke). Pradedama eiti link šio objekto nepaleidžiant jo iš akių, išlaikant tiesią judėjimo kryptį. Retkarčiais reikia tikrinti ir tikslinti judėjimo kryptį pagal kompasą.

Jeigu neturite kompas, žemėlapi nustatykite tik apytikriai ir toliau judėkite lygindami žemėlapi su vietovėje matomais objektais ir retkarčiais patikslindami savo judėjimo kryptį. Įveikiamą atstumą vietovėje galite išmatuoti žingsniais (du suaugusio žmogaus žingsniai apima maždaug 1 metrą) ir palyginti įveiktą atstumą su jums žinomais objektais, pavyzdžiui, kiek tai bus futbolo aikštėmis (futbolo aikštės ilgis – 100–110 m). Jeigu laukuose arba palei kelią driekiasi elektros linija, tai atstumas tarp stulpų yra maždaug 50 metrų.

Praradus orientaciją ir nebesuprantant, kuria kryptimi eiti, reikia būtinai rasti orientyrą, kuris padėtų nukreipti žemėlapi ir nustatyti buvimo vietą. Kartais užuot beviltiškai blaškėsi vietovėje, geriau grįžkite tuo pačiu keliu atgal ir bandykite iš naujo. Visuomet iš anksto reikia susitarti, kaip ieškosite grupės nario, atsilikusio nuo grupės ir praradusio orientaciją. Visi grupės nariai turi įsivaizduoti kelionės maršrutą ir vietovę. Apgyvendintoje teritorijoje pasiklydęs žmogus turi bandyti rasti grupę, bet jeigu to nepavyko greitai padaryti, reikia eiti į artimiausią gyvenvietę, pas vietos gyventojus, išnaudojant šviesų paros metą. Jokiu būdu negalima pasiduoti panikai, beprasmiskai blaškytis į skirtingas puses arba sukiotis vienoje vietoje. Būtina prisiminti vietovės žemėlapi, įvertinti, kurioje pusėje yra stambus linijinis objektas (pavyzdžiui, kaimas, geležinkelis, kelias, upė) ir judėti link jo.

Pasiklydus ir neturint kompas, pasaulio kryptis galima nustatyti pagal įvairius požymius. Žvaigždėtą naktį Šiaurinė žvaigždė yra beveik virš ašigalio. Linija nubrėžta per Didžiųjų Grįžulo Ratų žvaigždyno dvi tolimiausias žvaigždes, link Mažųjų Grįžulo Ratų žvaigždyno, rodo beveik tiesiai į Šiaurinę žvaigždę. Skruzdėlynai visuomet būna pietinėje medžio kamieno pusėje. Dar greičiau galima nustatyti šiaurę pagal saulę. Tam reikia pasukti laikrodį taip, kad mechaninio laikrodžio valandinė rodyklė rodytų į saulę. Vidurys tarp valandinės rodyklės ir 12 valandos rodo pietus, o priešingoje pusėje yra šiaurė.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl reikėtų iš anksto žinoti ne tik pagrindinį, bet ir atsarginius evakuacijos maršrutus?
2. Kuo naudingas žemėlapis norint orientuotis vietovėje?
3. Kokia yra kompasas paskirtis? Kaip jis mums gali padėti nepaklysti arba paklydus rasti reikiamą vietą?
4. Ką reikėtų daryti praradus orientaciją ir nebesuprantant, kuria kryptimi eiti?
5. Pamėginkite praktiškai pasinaudoti žemėlapiu ir kompasu. Tam puikiai tiks jūsų gyvenamoji vietovė. Naudodamiesi žemėlapiu ir kompasu, nukeliaukite nuo savo namų iki mokyklos arba atvirkščiai.

Saugus judėjimas keliais gyvenvietėse ir negyvenamosiose vietovėse

Judant pėsčiomis krašto keliais, svarbu laikytis kelių eismo taisyklių. Visuomet eikite kuo toliau nuo važiuojamosios dalies. Jeigu tektų eiti naktį, būtinai segėkite atšvaitus. Atkreiptinas dėmesys, kad tamsiu paros metu žmogus be atšvaito matomas 30–50 m atstumu, važiuojant su įjungtais tolimosios šviesos žibintais – 100 m atstumu. Žmogus su atšvaitu naktį matomas 150 m atstumu, važiuojant su įjungtais tolimosios šviesos žibintais – 300 m atstumu.

Judėdami gyvenvietėse, venkite apsistoti tuose pastatuose, kuriuose buvo įsitvirtinę kariai arba vyko mūšiai. Tokiuose namuose ir aplink juos gali būti likusių minų, nesprogusių šaudmenų ar sprogmenų. Jeigu yra bent mažiausia galimybė, venkite važiuoti per gyvenvietes, kuriose vyko mūšiai arba iš kurių pasitraukė kariai. Trumpam poilsiui reikėtų rinktis atviras vietas, toliau nuo aukštų statinių, tinkančių vietos, iš kurių galima greitai pasišalinti, o prasidėjus apšaudymui, dūžtantys stiklai nesužalos nei jūsų, nei jūsų artimųjų.

Judėdami tiek gyvenamosiomis, tiek laukinės gamtos vietovėmis, pamatę įtartą daiktą ar sprogmenį, jokių būdu jo nelieskite, nebandykite nuvilkti ar nunešti nuo kelio. Nebandykite ir patys išsiaiškinti, kas tai. Nerūkykite ir nesinaudokite mobiliuoju telefonu šalia įtartų daiktų. Pasitraukite nuo įtartino radinio už tvirtos konstrukcijos statinių. Jei yra galimybė, praneškite mūsų kariams arba policijos pareigūnams. Pažymėkite įtartino objekto vietą iš toli pastebimu, dėmesį atkreipiančiu ženklu. Jeigu, jums judant, prasidėjo apšaudymas ar pasigirdo įspėjamosios sirenos, nedelsdami bėkite į artimiausią priedangą. Rinkdamiesi priedangą, venkite apgriuvusių, stiklinių arba medinių konstrukcijų statinių, nes jie ar jų dalys gali sugriūti, išdužti ar užsidegti.

Judant užmiestyje, sustoti ar apsistoti poilsio geriausia atvirose vietovėse, toliau nuo pagrindinių kelių. Venkite apsistoti apleistuose statiniuose, įvertinkite jų tvirtumą. Atkreiptinas dėmesys, kad pastatai gali sugriūti ne tik nuo smūginės sprogimo bangos, bet ir nuo stiprių vėjo gūsių, gausaus sniego ir kt. Venkite sustoti ar įsikurti šalia aukštosios įtampos ar elektros perdavimo linijų, elektros transformatorių ir kitų objektų, kurie gali tapti okupacinės kariuomenės taikiniais.

Jei būtumėte priversti kirsti teritorijas, užterštas cheminėmis, biologinėmis ar radioaktyviosiomis medžiagomis, nusivilkite visus drabužius ir nusiaukite avalynę, kai tik pasitrauksite iš užterštos teritorijos. Sudėkite juos į atskirus sandarius maišus. Jų dėvėti jau nebegalėsite. Prieš apsivilkdami švarius drabužius, būtinai išsimaudykite duše, o jei nėra dušo – kuo sraunesnėje upėje. Naudokite daug muilo.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl reikia vengti apsistoti pastatuose, kuriuose buvo įsitvirtinę kariai arba vyko mūšiai?
2. Kaip manote, kas jums asmeniškai būtų sunkiausia evakuojantis pėsčiomis?



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Kilus ekstremaliosioms situacijoms, vadovaukitės tik oficialių institucijų rekomendacijomis. Neklauskite gandų ir patys jų neskleiskite. Jei tik yra galimybė, evakuokitės iš teritorijos, kurioje gali prasidėti kovos veiksmai ir masiniai neramumai. Taip pat reikia evakuotis iš teritorijos, kuri gali būti užteršta pavojingomis gyvybei medžiagomis ar užtvindyta.
2. Visada geriausia persikelti į vietovę, kuri yra toliau nuo pagrindinių kelių. Nuošalios gyvenvietės, kaimai ar vienkiemiai netoli miško yra geriausios vietos išlikti kilus kariniams konfliktams ar krizėms. Susidarius ekstremaliajai situacijai, miestų gyventojai dažniau susiduria su maisto ir geriamojo vandens trūkumu. Per karą miestai dažnai tampa priešiškos šalies kariuomenės taikiniu, yra sugriaujami ir netinkami gyventi.
3. Evakuojantis automobiliu reikia nepamiršti, kad dėl įvairių priežasčių gali tekti jį palikti, todėl svarbu šalia turėti paruoštus išvykimo krepšius kiekvienam šeimos nariui. Juose turi būti visko, ko reikia išgyventi.
4. Mokėkite orientuotis vietovėje su žemėlapiu ir kompasu. Būtina ne tik praktiškai išbandyti pagrindinius ir atsarginius evakuacijos maršrutus, bet ir išmokyti orientuotis vietovėje, kai neturite kompasas ar žemėlapių.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Nurodykite tris svarbiausius civilių asmenų veiksmus per bet kokio tipo evakuaciją.
2. Įvardykite atvejus, kai gali būti skelbiama evakuacija.
3. Sukurkite evakuacijos iš jūsų mokyklos planą, jei jums reikėtų: a) evakuotis iš miesto į kaimišką vietovę; b) evakuotis į saugią vietą mieste.
4. Pamėginkite į mokyklą ir iš jos keliauti naudodamiesi kompasu. Ar buvo lengva tai padaryti?
5. Užduotis dirbant poromis: sugalvokite nepažįstamą arba menkai žinomą maršrutą savo gyvenamojoje vietovėje, kurį jūsų poros draugas turėtų įveikti naudodamasis žemėlapiu ir kompasu. Lydėkite savo draugą ir jam padėkite, jei prireiktų pagalbos.
6. Kodėl civiliams asmenims yra būtina mokėti orientuotis vietovėje naudojan-tis žemėlapiu, kompasu ir kitais orientyrais?

Apsauga nuo CBRB. Gyventojų perspėjimo signalai. Veiksmų planas branduolinės elektrinės avarijos atveju

DR. ANDRIUS GARBARAS

TEMA

18

Temos reikšmingumas



- ➔ Cheminio, biologinio, radiologinio ir branduolinio (CBRB) ginklo galimo panaudojimo pavojus yra realus, dėl to būtina suprasti CBRB poveikio ypatumus ir žinoti galimas apsaugos priemones. Apsauga nuo CBRB poveikio yra svarbi tema, nes pavojingų medžiagų ir ginklų naudojimas gali kelti grėsmę žmonių sveikatai ir aplinkai.
- ➔ Lietuvos valstybė ribojasi su Rusijos Federacija ir Baltarusijos Respublika, kurios nėra NATO ir Europos Sąjungos šalys. Rusija yra viena iš pasaulio šalių, turinčių branduolinį ginklą, o Baltarusijoje, 20 km atstumu nuo Lietuvos sienos (50 km atstumu nuo Vilniaus), Astrave, veikia Baltarusijos branduolinė elektrinė. Dėl šių priežasčių būtina žinoti gyventojų perspėjimo signalus ir veiksmų planą branduolinės elektrinės avarijos atveju.
- ➔ Šioje temoje aptarsime apsaugos priemones nuo CBRB poveikio, susipažinsime su gyventojų perspėjimo signalais ir sužinosime veiksmų planą branduolinės elektrinės avarijos atveju.

Kaip mums reikėtų apsisaugoti?

APSAUGA NUO CHEMINIO GINKLO. Cheminis ginklas (pavyzdžiui, ašarinės dujos, fosgenas, ipritas, chloro dujos) buvo naudojamas Pirmojo pasaulinio karo metais. Šio tipo ginklas gali sukelti mirtinus padarinius, jis smarkiai sutrikdo sveikatą ir sukelia žmonėms dideles kančias. 1925 m. Ženėvos protokolu cheminis ginklas buvo uždraustas. Nepaisant susitarimo ne-naudoti cheminio ginklo, pasaulyje iki šiol pasitaiko konfliktų, kuriuose naudojamas šis ginklas. Pavyzdžiui, Irakas 1980 m. panaudojo cheminį ginklą prieš kurdus, 2014 m. Sirijoje cheminis ginklas buvo panaudotas prieš taikius gyventojus.

Veiksmingiausios priemonės apsaugoti nuo cheminio ginklo – dujokaukės, filtrai, odos apsaugos priemonės. Pasidomėkime, kaip ir kokiais atvejais šios priemonės gali būti naudingos.

Dujokaukės naudojamos kvėpavimo sistemos apsaugoti. Jos būna įvairių formų ir paskirties, bet atlieka bendrą funkciją – išfiltruoja pavojingas dujas ar aerozolio daleles iš žmogaus ar gyvūno įkvėpimo oro. Paprastai dujokaukę sudaro kaukė ir filtras, kuris gali būti pritvirtintas prie kaukės tiesiogiai arba per žarnelę. Kaukė gali dengti tik nosį ir burną, bet tada neapsaugos akių, o viso veido kaukės apsaugo ir akis. Įkvėpiant aplinkos oras cirkuliuoja per filtrą ir yra išvalomas, o iškvėpiant jis pašalinamas tiesiogiai į aplinką per dujokaukėje įmontuotą vienpusį vožtuvą. Šiuolaikinių dujokaukių filtrai būna pritaikyti filtruoti tam tikros klasės medžiagas ir žymimi skirtingomis spalvomis, pavyzdžiui: organinių medžiagų filtrai Europoje žymimi ruda spalva, neorganinių junginių (chloro, vandenilio cianido) filtrai – pilka, amonio filtrai – žalia, anglies monoksido – juoda, gyvsidabrio garų – raudona, radioaktyviųjų dujų (jodo, metiliodido) – oranžinė, aerozolio dalelių – balta spalva. Dujokaukių filtrai turi tam tikrą filtravimo pajėgumą, dėl to privalo būti naudojami tiksliai. Dujokaukių nereikėtų painioti su veido kaukėmis ar respiratoriais, pavyzdžiui, naudojamais medicinos įstaigose, nes jie filtruoja aerozolio daleles, bet nesulaiko kenksmingų dujų.

Pavojingos medžiagos į organizmą gali patekti ne tik per kvėpavimo takus, bet ir per odą. Pakanka ant odos užtepti nedidelį kiekį nervus paralyžiuojančios medžiagos, ir jos poveikis gali būti mirtinas. Prisiminkime Skripalių nuodijimą 2018 m. ar Šiaurės Korėjos lyderio Kim Čong Ino netikro brolio nužudymą 2017 metais. Pirmu atveju buvo naudojama nervus paralyžiuojanti medžiaga A-234, o antruoju – nuodingoji medžiaga VX. Abiem atvejais preparatų pateko tiesiogiai ant aukų odos. Įtariant, kad aplinkoje gali būti pavojingų medžiagų, reikia apsivilkti specialų apsauginį kostiumą, užsidėti dujokaukę, apsimausti pirštines.

APSAUGA NUO BIOLOGINIO GINKLO. Biologinį ginklą kare panaudoti sudėtinga, bet išlieka didelė grėsmė, kad šio tipo ginklas gali būti panaudotas rengiant teroristinius išpuolius. Virusai, bakterijos, grybai gali būti tyčia paskleidžiami siekiant susargdinti žmones ir sukelti paniką.

Dėl juodligės ar maro per trumpą laiką gali mirti daug žmonių, ir tai taptų rimtu visuomenės išbandymu. Viduramžiais, per miestų apgultį, katapultomis per sienas buvo permetama maru užkrėsta mėsa. Taip buvo siekiama susargdinti miesto gynėjus, kad jie nusilptų mažiau priešintųsi. Tokius veiksmus galima laikyti biologinio ginklo naudojimu. Šiame amžiuje taip pat būta biologinio ginklo naudojimo pavyzdžių. 2001 m. JAV senatoriams ir laikraščių redakcijoms buvo atsiųsti laišakai su juodligės užkratu. Tokios teroristinės atakos metu mirė 5 žmonės, 17 buvo susargdinti.

Šių laikų didžiausiu su virusais susijusiu išbandymu tapo COVID-19 pandemija. Naujos koronaviruso padermės protrūkis prasidėjo 2019 m. pabaigoje, o 2020 m. buvo paskelbta epidemija. Virusas sukelia karščiavimą, kosulį, pažeidžia kvėpavimo takus, padidina insulto riziką dėl komplikacijų, susijusių su kraujo krešėjimu. Skaičiuojama, kad dėl jo sukeltų komplikacijų pasaulyje mirė daugiau nei 7 mln. žmonių.

Reaguojant į situacijas, susijusias su biologiniu ginklu, rekomenduojama dėvėti asmenines apsaugos priemones: pirštines, veido kaukes ir skydelius, respiratorius, specialius apsauginius akinius, kostiumus. Reguliarus rankų plovimas su muilu ir vandeniu ar dezinfekuojančių tirpalų

naudojimas stipriai sumažina tikimybę virusui nuo rankų patekti į organizmą per akis, nosį ar burną. Norint apsaugoti patalpas nuo virusų, sporų ir bakterijų, reikia įrengti ventiliavimo sistemas, kurios išvalo iš oro aerozolio daleles. Be mechaninio valymo filtrais, galima papildomai naudoti UV spinduliuotę ar ozoną, kurie sunaikina bakterijas.

APSAUGA NUO RADIACINIO PAVOJAUS. Baltarusijos Respublikoje, Astravo regione, nuo 2020 m. veikia branduolinė elektrinė. Tai yra branduolinis objektas, kuris energiją, išsiskiriančią branduolinių reakcijų metu, naudoja elektros energijos gamybai. Normaliomis darbo sąlygomis toks branduolinis objektas į aplinką neišmeta radioaktyviųjų medžiagų, kurios galėtų kelti pavojų žmonių sveikatai. Pasaulyje 2024 m. veikė 415 branduolinių reaktorių (daugiausia Šiaurės Amerikos žemyne). Nepaisant pastangų užtikrinti sklandų branduolinių reaktorių veikimą, per pastaruosius keliasdešimt metų yra įvykę branduolinių avarių, kai į aplinką pateko radioaktyviųjų medžiagų. Didžiausios iš jų – Černobylio ir Fukušimos avarijos. 1986 m. sprogdus Černobylio branduolinės elektrinės reaktoriui, į aplinką išmestos radioaktyviosios medžiagos pasklido po Europą, nukentėjo ir Lietuvos teritorija. 2011 m. Japonijoje įvyko žemės drebėjimas, kuris sukėlė cunamį. Vanduo užliejo Fukušimos branduolinės elektrinės aušinimo įrenginius, dėl to perkaito reaktoriai ir į aplinką pateko radioaktyviųjų medžiagų. Šie pavyzdžiai rodo, kad reikia būti pasiruošus ir žinoti, kaip elgtis įvykus radiologiniam incidentui. Baltarusijos branduolinė elektrinė yra 20 km nuo Lietuvos sienos, 50 km nuo Vilniaus, kuriame gyvena beveik 600 tūkst. gyventojų. Esant nepalankioms meteorologinėms sąlygoms, radioaktyvioji tarša Vilnių galėtų pasiekti per porą valandų. Lietuvą šalia sienos su Baltarusija yra pastačiusi 14 išankstinio perspėjimo stočių, kurios visą parą registruoja jonizuojančiosios spinduliuotės foną. Šios stotys stebi tiek situaciją ore, tiek Neriės upėje, kurios vanduo naudojamas Baltarusijos branduolinės elektrinės aušinimo bokštuose.

Radioaktyviosios dalelės pavojų žmonių sveikatai gali sukelti jų įkvėpus, prarijus ar joms patekus ant odos. Alfa dalelės (helio atomo branduoliai) pavojingiausios patekusios į kvėpavimo takus ar jas prarijus su maistu. Jos jonizuoja šalia esančias ląsteles ir gali sukelti vėžio ligas. Beta dalelės (elektronai, pozitronai) gali įsiskverbti per odą ir sukelti odos vėžį, jos pavojingos akims. Gama spinduliuotė (elektromagnetinė spinduliuotė) gali prasiskverbti giliai į žmogaus organizmą ir sukelti viso kūno apšvitą.

Skiriasi apsaugos priemonės nuo minėtų spinduliuotės tipų. Alfa daleles veiksmingai stabdo bet kokios fizinės priemonės: pirštinės, akiniai, drabužiai ir pan., dėl to svarbiausia, kad jų nepatektų į kvėpavimo takus ar su maistu. Dujokaukės, respiratoriai ar bent veido kaukės stipriai sumažina tikimybę įkvėpti alfa dalelių. Vartoti rekomenduojama maistą, kuris neturėjo sąlyčio su aplinka (pavyzdžiui, konservuoti produktai, vanduo buteliuose). Apsisaugant nuo beta dalelių, panašiai kaip ir nuo alfa dalelių, reikia naudoti fizinės apsaugos priemones: akinius, pirštines, apsauginius kostiumus, lauko avalynę. Nuo gama spinduliuotės apsaugo švino plokštės (pavyzdžiui, jos naudojamos medicinos įstaigų radiologinėse procedūrose), bet dėl didesnio svorio ir riboto prieinamumo jų naudojimas radiologinio incidento atveju būtų nepraktiškas.

Įvykus radiologinei avarijai ir į orą patekus radioaktyviajam jodo izotopui, Sveikatos apsaugos ministerija gali duoti nurodymą vartoti kalio jodido tabletes. Jodo preparatai vartojami tam, kad skydliaukė įsisotintų jodo ir neabsorbuotų iš aplinkos radioaktyviojo jodo, kuris gali sukelti skydliaukės ligas. Visais atvejais reikia kuo skubiau sumažinti galimą apšvitą: pasitraukus

iš radioaktyviosios taršos zonos, nusivilkti radioaktyviosiomis medžiagomis užterštus drabužius ir nusiprausti tekančiu vandeniu su muilu.

APSAUGA NUO BRANDUOLINIO SPROGIMO. Branduolinio sprogimo metu per trumpą laiką išsiskiria didelis energijos kiekis. Branduolinį sprogimą gali sukelti atominė (vyksta branduolių dalijimasis) arba vandenilinė (vyksta lengvų branduolių jungimasis) bomba. Abiem atvejais būna akinamas blyksnis, vėliau – ugnies kamuolys, kuris, kildamas į viršų, formuoja grybo formos radioaktyvųjų debesį. Branduolinio sprogimo padarytos žalos dydis priklauso nuo užtaiso galingumo ir jo susprogdinimo pobūdžio – prie žemės ar ore. Norint suprasti, kaip apsisaugoti nuo branduolinio sprogimo, reikia žinoti, kada ir kokie procesai vyksta sprogimo metu. Branduolinis sprogimas sukelia šiuos pavojus: ryškų šviesos blyksnį, karštį, sprogimo bangą, jonizuojančiąją spinduliuotę, radioaktyvias iškritas, elektromagnetinį impulsą.

Ryškų šviesos blyksnis yra būdingas branduolinio sprogimo požymis, jis gali laikinai apakinti net esant 10 km ir didesniu atstumu. Susidaręs ugninis kamuolys gali nudeginti odą, akis, uždegti medžius ar pastatus. Sprogimo banga, sklindanti garso greičiu, griauja pastatus, žaloja žmones. Pavojingos ir stiklo šukės ar kiti sprogimo bangos išsviesti daiktai. Vykstant branduolinėms reakcijoms, susidariusi gama spinduliuotė gali apšvitinti žmones ir sukelti spindulinę ligą arba būti mirtina. Keliasdešimties kilometrų spinduliu pasklidusios radioaktyviosios iškritos kelia pavojų jų įkvėpus ar prarijus su maistu.

Įvykus branduoliniam sprogimui, reikia nosisukti nuo sprogimo epicentro ir, jei yra galimybė, pasislėpti už priedangos, atsigulti ant žemės ir palaukti, kol praeis karščio ir smūginės bangos. Vėliau reikėtų: susirasti tinkamą priedangą – slėptis galima rūsiuose, plytiniuose ar betoniniuose pastatuose, požeminėse automobilių aikštelėse, svarbu nestovėti arti langų, durų; įsijungti nacionalinį radiją ar televiziją ir išklausti informaciją bei galimus nurodymus; likti priedangoje, jei ten nepavojinga: nėra gaisro, dujų nuotėkio pavojaus, esate nesužaloti ir pan. Galima vartoti maistą ir vandenį, kurie apsaugoti nuo radioaktyviosios taršos.

Gyventojų perspėjimo signalai



Dėmesio visiems!



Katastrofinis užtvindymas



Potvynio pavojus



Uragano pavojus

Gresiant ar kilus pavojui, gyventojai turi būti informuojami apie ekstremaliąją situaciją. Jiems apie tai gali būti pranešama civilinės saugos sirenomis, taip pat siunčiant žinutes į mobiliuosius telefonus. Ten, kur sirenos nėra girdimos, gyventojus gali perspėti savivaldybių ir gelbėjimo tarnybų atstovai. Įspėjamuoju pulsuojančiu 3 minučių trukmės garsiniu signalu „**DĖMESIO VISIEMS**“ gyventojai perspėjami apie artėjančios ar susidariusios ekstremaliosios situacijos grėsmę. Šis signalas girdimas ir informavimo sistemos patikros ar pratybų metu. Gyventojai gali ir turi būti informuojami apie įvairius gamtinio pobūdžio pavojus.

KATASTROFINIS UŽTVINDYMAS – tai civilinės saugos signalas, įspėjantis apie katastrofinio užtvindymo grėsmę dėl galimos avarijos Kauno hidroelektrinėje. Šis signalas aktualus Kauno miestui ir pasroviui esantiems Šakių, Jurbarko, Šilutės miestams bei rajonams. Rekomenduojama kuo skubiau pasitraukti į saugias aukštesnes vietas ir ruošti galimam evakavimui.

POTVYNO PAVOJUS – tai civilinės saugos signalas, įspėjantis apie potvynio grėsmę upėse pakilus vandens lygiui dėl polaidžio ar intensyvių liūčių. Rekomenduojama pasirūpinti plaukimo priemonių (pavyzdžiui, valčių, plaustų), vandeniui nelaidžios aprangos (pavyzdžiui, guminių batų, apsiaustų), maisto, vandens, ruošti galimam evakavimui.

URAGANO PAVOJUS – tai civilinės saugos signalas, įspėjantis apie pavojingą hidrometeorologinį reiškinį – uraganą. Rekomenduojama nesislėpti už lengvų konstrukcijų ar didelių medžių, kuo greičiau eiti į uždaras patalpas. Uragano metu vėjo greitis gali siekti 40 m/s. Teigiama, kad dėl klimato kaitos pavojingų hidrometeorologinių reiškinių tik daugės. Tikrų uraganų, t. y. tropinių ciklonų, Lietuvoje nebūna. Šalies pajūryje kartais pasitaiko tik uraganinio stiprumo vėjo audrų, kurios tradiciškai vadinamos uraganais. Viena tokių praslinko 1967 m. spalio 17–18 dienomis. Ji buvo pavadinta Lenos vardu. Šios audros stiprumas galėjo prilygti net 2-ajai ar 3-iajai uragano kategorijai. Spalio 18 d. Klaipėdoje užfiksuotas vėjas, kurio greitis siekė iki 40 m/s (arba iki 144 km/h). Manoma, kad pavieniai vėjo gūsiai galėjo siekti net iki 55 m/s (arba iki 198 km/h). Taigi, 1967 m. audra buvo stipresnė už uraganus Anatolijų (1999 m. gruodžio 4 d., iki 40 m/s) ir Erviną (2005 m. sausio 9 d., iki 34 m/s), kurių vėjo greitis atitiko maždaug pirmosios kategorijos uraganą. 1967 m. itin audringa Bál-



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Nurodykite po du svarbiausius veiksmus, kurių turėtumėte imtis siekdami apsisaugoti nuo cheminio ir biologinio pavojų.
2. Kodėl turime kalbėti apie radiacinį pavojų ir žinoti apsisaugojimo nuo jo būdus?
3. Kokie pagrindiniai branduolinio sprogimo požymiai?
4. Nurodykite tris esminius veiksmus įvykus branduoliniam sprogimui.

tijos jūra sugriovė Palangės tiltą, paplovė kopagūbrius, pajūryje kilo potvynis. Klaipėdos laivyno kanale vanduo pakilo net iki 1,86 metro žymos – taip aukštai vanduo dar niekada nebuvo pakilęs (pagal turimus istorinius duomenis).



Cheminis pavojus

CHEMINIS PAVOJUS – tai civilinės saugos signalas, įspėjantis apie realų ar gresiantį cheminės taršos pavojų konkrečioje teritorijoje. 1989 m. Jonavos rajone esančioje didžiausioje Baltijos šalyse azoto trąšų ir kitų chemijos pramonės produktų gamykloje įvyko didžiausia Lietuvos istorijoje pramoninė ir ekologinė katastrofa. Gamykloje išsiliejus 7 500 tonų amoniako, vėliau užsidegus nitrofoskos cechui ir trąšų sandėliui, į atmosferą išsiskyrė nuodingos cheminės medžiagos – azoto oksidas ir chloro dujos. Per katastrofą žuvo 7 ir nukentėjo tūkstančiai žmonių Jonavos, Kėdainių, Ukmergės ir Širvintų rajonuose. Esant cheminiam pavojui, rekomenduojama nedelsiant pašalinti iš užterštos teritorijos, saugoti kvėpavimo takus (neturint respiratoriaus, galima prisidengti drėgnu rankšluosčiu).



Radiacinis pavojus

RADIACINIS PAVOJUS – tai civilinės saugos signalas, įspėjantis apie realų ar gresiantį radioaktyviosios taršos pavojų konkrečioje teritorijoje. Lietuvoje toks pavojus paskutinį kartą buvo paskelbtas 1986 m., kai, Ukrainoje sproguos Černobylio branduolinei elektrinei, radioaktyviųjų dalelių buvo atnešta ir iki Lietuvos teritorijos. 2011 m. Japonijoje, Fukušimoje, įvykęs branduolinis incidentas radiologinės taršos Lietuvoje nesukėlė (atstumas nuo Japonijos iki Lietuvos yra 8 000 km). Esant radiaciniam pavojui, rekomenduojama likti uždaroje patalpoje, uždaryti langus, saugoti kvėpavimo takus (naudoti kaukę ar respiratorių, kad aerozolio dalelės nepatektų į plaučius), ruošti galimam evakavimui.

ORO PAVOJUS – tai signalas, skelbiamas visiems gyventojams, kai kyla tiesioginė priešų puolimo iš oro grėsmė. Skelbiamas tik Krašto apsaugos ministerijos sprendimu. Rekomenduojama pasiimti dokumentus, maisto, vandens, vaistų ir skubėti į kolektyvinės apsaugos statinį ar priedangą. Liekant namuose, užgesinti šviesą, užtraukti užuolaidas ar žaliuzes, slėptis rūsyje.

KĄ DARYTI, JEIGU ŠALIA ĮVYKO SPROGIMAS? Reikia kristi ant žemės ir rankomis užsidengti galvą, slėptis už bet kokios priedangos – pastato, griovyje, už medžio; jei patalpoje – už stalo, sienos, spintos. Neskubėti palikti priedangos, nes skeveldros gali kristi gana ilgą laiką. Jei nenukentėjote ir nekrenta skeveldros, pasitraukite iš sprogo vietos, jei galite, suteikite pirmąją pagalbą sužeistiesiems ir padėkite jiems evakuotis į saugią vietą.

KAIP REIKĖTŲ REAGUOTI IŠGIRDUS KAUKIANT SIRENAS? Visų pirma, reikėtų įsijungti nacionalinę radiją ar televiziją ir išklausti pranešimą. Toliau būtina vykdyti nurodymus pagal tai, koks pavojus paskelbtas. Pavyzdžiui, cheminio pavojaus atveju reikėtų kuo greičiau išeiti iš taršos zonos, o oro pavojaus atveju – skubėti į priedangą.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Įsivaizduokite, kad einate gatve, staiga pasigirsta civilinės saugos sirena. Kokie būtų trys pirmieji jūsų veiksmai?
2. Ar esate girdėję civilinės saugos sireną? Gal žinote, kur įrengta artimiausia nuo jūsų gyvenamosios vietos? Jei ne, pasidomėkite.
3. Paaiškinkite, kam reikalingi vaizdiniai įspėjamieji signalai.

Veiksmų planas branduolinės avarijos atveju

Lietuvoje nuo 1984 m. iki 2009 m. veikė viena galingiausių pasaulyje branduolinių elektrinių. Per visą eksploatacijos laikotarpį elektrinė veikė sklandžiai, be avarijų. Šiuo metu Ignalinos atominė elektrinė elektros nebegamina, vyksta eksploatacijos nutraukimo darbai, kurie, planuojama, bus baigti 2038 metais.

Artimiausias nuo Lietuvos didelis branduolinis objektas yra Baltarusijos branduolinė elektrinė Astrave, kuri pradėjo veikti 2020 metais. Šiuo metu elektrinėje sumontuoti du VVER tipo reaktoriai, kurių bendra galia yra 2 400 MW. Ši branduolinė elektrinė yra šalia Lietuvos pasienio, 50 km atstumu nuo Vilniaus. Avarijos atveju, pučiant nepalankiam vėjui, radioaktyviosios medžiagos galėtų būti atneštos į Lietuvos teritoriją ir kelti grėsmę gyventojų sveikatai.

Tai įdomu!



Radiacinės saugos centras yra institucija, kuri nuolat stebi radiacinį foną Lietuvoje. Normalus gamtinis jonizuojančiosios spinduliuotės lygis Lietuvoje svyruoja iki 300 nSv/h.

Įvykus branduolinei avarijai, radioaktyviosios medžiagos pernešamos gana greitai, todėl būtina imtis apsaugos nuo radioaktyviosios taršos priemonių ir vadovautis atsakingų institucijų nurodymais.

Likus namuose, reikia uždaryti duris, langus, išjungti ventiliaciją – taip sumažinamas pavojus įkvėpti radioaktyviųjų dalelių ir išvengiama tiesioginės radioaktyviosios taršos. Rekomen-

duojama vartoti nuo išorės poveikio apsaugotus maisto produktus, pavyzdžiui: vandenį iš butelių, konservuotą maistą. Jokių būdų negerti ir nevalgyti produktų, į kuriuos galėjo patekti radioaktyviųjų medžiagų.

Branduolinės avarijos atveju į aplinką gali patekti trumpos **pusėjimo trukmės** jodo izotopas ^{131}I . Cheminių elementų izotopai chemiškai elgiasi vienodai, dėl to ore esantis radioaktyvusis jodas gali pradėti kauptis skyd liaukėje. Įvykus branduolinei avarijai, norint išvengti radioaktyviojo jodo kaupimosi skyd liaukėje, būtina išgerti jodo tablečių, tada skyd liaukė įsisotina nepavojingo jodo ir nekaupia radioaktyviojo jodo. Žinoma, be specialaus pranešimo jodo tablečių vartoti nereikia.

Įtarus, kad ant drabužių ar batų pateko radioaktyviosios taršos, reikėtų viską nusivilkti ir nusiprausti tekančiu vandeniu su muilu. Tada apsivilkti neužterštus drabužius, apsiauti neužterštą avalynę. Užterštus drabužius būtina sudėti į sandarius maišus.



18.1 pav. | Priedangos žymėjimo ženklas

Šaltinis: Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimas Nr. 1317

PRIEDANGOS ŽYMIMOS ŠIUO SPECIALIUOJU ŽENKLU:

Priedangos skirtos trumpam laikui pasislėpti oro pavojaus metu nuo tiesioginio ar netiesioginio apšaudymo, skeveldrų, nuolaužų, atsitiktinių kulkų, sprogimo sukeltų smūgio bangų. Paprastai jose gali tilpti iki 150 žmonių. Priedangų žemėlapij galima rasti puslapyje *lt72.lt*. Išgirdus civilinės saugos signalą „Oro pavojus“, rekomenduojama kuo skubiau slėptis specialiu ženklu pažymėtoje priedangoje. Neturint laiko nuvykti iki priedangos, oro pavojaus metu galima slėptis duobėje, griovyje, požeminėje pėsčiųjų perėjoje, tunelyje, rūsyje ir pan.



18.2 pav. | Kolektyvinės apsaugos statinių žymėjimo ženklas

Šaltinis: Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimas Nr. 1317

KOLEKTYVINĖS APSAUGOS STATINIAI ŽYMIMI ŠIUO SPECIALIUOJU ŽENKLU:

Kolektyvinės apsaugos statiniai skirti laikinam prieglobsčiui saugantis nuo žalingo aplinkos poveikio bei evakuotų gyventojų apsaugai ekstremaliųjų situacijų ar karo metu. Įprastai tai yra civiliniame gyvenime naudojami pastatai, pavyzdžiui: mokyklos, kultūros ir sporto centrai. Kolektyvinės apsaugos statiniai nėra skirti apsisaugoti nuo bombardavimo, tai daugiau laikina susirinkimo vieta, kur gyventojai gali gauti vandens ar reikiamą pagalbą, o vėliau – būti evakuoti į saugesnę vietą.

Priedangos ar kolektyvinės apsaugos statiniai nėra slėptuvės. Slėptuvės yra skirtos valstybės ar strateginių objektų vadovybėms, kad šios galėtų užtikrinti valstybės valdymą, o prireikus – gynybą. Slėptuvėse būna įrengtos autonominės elektros, vėdinimo, vandentiekio sistemos.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kuris Lietuvos regionas patenka į didžiausios grėsmės zoną branduolinės elektrinės avarijos atveju? Kodėl?
2. Nurodykite pagrindinius savo veiksmus, jei, gyvendami Šalčininkuose, išgirstate, kad Baltarusijos branduolinėje elektrinėje įvyko avarija.

Informacijos paieška ir apsauga kilius grėsmei

Šiuolaikiniame pasaulyje kasdien naudojamės mobiliaisiais telefonais, turime spartųjį internetą. Tai mums leidžia greitai keistis informacija. Tačiau gali nutikti, kad dėl techninės avarijos ar karo veiksmų neveiks mobilieji telefonai, internetas, nebus elektros. Kaip tokiais atvejais gauti svarbią informaciją ar nurodymus? Radijo ryšys FM dažnių ruože veikia iki 100 km, o ilgųjų bangų ruože – dar toliau, todėl patariama turėti radijo imtuvus, veikiančius su baterijomis (žinoma, reikia iš anksto apsirūpinti ir tinkamomis baterijomis). Gali atsitikti taip, kad lokaliai elektros nebus, bet radijo signalus bus galima siųsti iš tolimesnės vietos, kur elektros sutrikimų nėra. Nors ir kainuoja brangiai, palydoviniai telefonai ir palydovinis internetas (pavyzdžiui, „Starlink“), turint reikiamą įrangą, gali užtikrinti ryšį ir duomenų perdavimą. Taip pat informaciją galima perduoti užrašant ją ant popieriaus, naudojantis pasiuntinių paštu. Individualios ryšio stotelės (angl. *Walkie Talkie*) tinka bendrauti kelių kilometrų spinduliu, bet reikia turėti omenyje, kad jų baterijos gali greitai išsikrauti.

Kur slėptis iškilus grėsmei? Iškilus grėsmei, geriausia slėptis iš anksto paruošiose vietose. Tai gali būti priedangos ir kolektyvinės apsaugos statiniai. Slėptis galima ir namuose – rūsiuose, požeminiuose garažuose, tuneliuose. Svarbu rūsyje ar namie turėti pasiruošus maisto atsargų, vandens. Geriau, jei iš rūsio veda du išėjimai: vieną užblokavus, bus galima išeiti per kitą.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokiais būdais mus pasiektų informacija, jei neveiktų įprastas mobilusis ryšys ir internetas?
2. Paaiškinkite, kas yra kolektyvinės apsaugos statinys ir kokia jo funkcija.
3. Kokie objektai yra priskiriami kolektyvinių apsaugos statinių kategorijai? Nustatykite arčiausiai jūsų namų esantį kolektyvinės apsaugos statinį ir apskaičiuokite, per kiek laiko jį pasiektumėte.
4. Kokia yra priedangos paskirtis? Kokiais atvejais ji padėtų žmonėms?

Apibendriname

Neabejoju, jau supratote, kad už civilinę saugą atsakingos institucijos ir pareigūnai laiko veltui neleidžia, nuolat modeliuoja įvairius galimus nelaimių scenarijus ir rengiasi padėti kiekvienam gyventojui. Tačiau vis tiek negalime pamiršti, kad pirmiausia kiekvienas pats turime rūpintis savo saugumu.



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Cheminis, biologinis, radiologinis ir branduolinis (CBRB) incidentai yra realūs, dėl to reikia jiems ruoštis ir žinoti, kaip elgtis jiems įvykus.
2. Nuo cheminio ir biologinio ginklo keliamo pavojaus apsaugo dujokaukės, chalatai, pirštinės, specialios odos apsaugos priemonės.
3. Įvykus radiologiniam incidentui (pavyzdžiui, avarijai branduolinėje elektrinėje), reikėtų saugoti kvėpavimo takus nuo aerozolio dalelių, vartoti konservuotą maistą ir vandenį buteliuose, grįžus iš lauko, persirengti radioaktyviosios taršos nepaveiktais drabužiais.
4. Branduolinio sprogimo metu nežiūrėti į sprogimo pusę, slėptis priedangoje, kol praeis karščio ir smūginės bangos.
5. Esant ekstremaliajai situacijai, įsijungti nacionalinę radiją ar televiziją ir išklausti pranešimą. Pagal tai, koks pavojus paskelbtas, reikėtų vykdyti atitinkamus nurodymus.
6. Priedangos skirtos trumpam laikui pasislėpti nuo oro pavojaus, tiesioginio ir netiesioginio apšaudymo, atsitiktinių kulku.
7. Kolektyvinės apsaugos statiniai skirti laikinam prieglobsčiui nuo žalingo aplinkos poveikio, laukiant vėlesnio evakavimo.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Nurodykite ne mažiau kaip tris gyventojų perspėjimo, susidarius ekstremaliajai situacijai, būdus. Kuris iš jų, jūsų nuomone, pasiekia daugiausiai žmonių? Kodėl?
2. Parenkite atmintinę, kaip elgtis civiliams gyventojams išgirdus perspėjimo signalus.
3. Kokiais įspėjamaisiais ženklais gyventojai yra perspėjami dėl katastrofinio užtvindymo, potvynio pavojaus, uragano pavojaus, cheminio pavojaus, radiacinio pavojaus ir oro pavojaus?
4. Kuo skiriasi priedanga ir kolektyvinės apsaugos statinys? Kokiais ženklais žymimi šie objektai?
5. Kur slėptumėtės per bombardavimą, jei būtumėte:
 - a) kaimiškoje vietovėje,
 - b) mieste, bet 3 km spinduliu nėra įrengtos arba jums prieinamos priedangos ar kolektyvinės apsaugos statinio?

Išgyvenimo gyvenvietėse ir negyvenamosiose vietovėse principai. Bendravimo su draugiškais ir nedraugiškais asmenimis principai

DR. GINTAUTAS JAKŠTYS



Temos reikšmingumas



Jeigu jūs nesate pareigūnas, karys ar ginkluotųjų pajėgų rezervininkas, kurie elgiasi pagal iš anksto žinomą planą, privalote vykdyti Lietuvos Respublikos vadovybės nurodymus, o jų nesant, apsvarstyti, kaip galėtumėte išgyventi savarankiškai, be išorinės pagalbos.



Svarbiausias patarimas – nepanikuokite ir nepraraskite sveikos nuovokos. Susidūrus su bet kokia problema, rekomenduojama laikytis šios veiksmų sekos: IŠSIAIŠKINK-PLANUOK-VYKDYK. Atminkite, chaoso ir taip pakaks, nereikėtų jo kelti dar daugiau blaškantis ir panikuojant.

Ką būtinai reikia padaryti išaušus dienai X

Karas gali būti įvairialypis. Jeigu jūsų gyvenamojoje vietovėje jau prasidėjo kovos veiksmai, tai bandymas skubiai pasitraukti iš kovų rajono gali jums kainuoti gyvybę. Vos sužinote apie prasidėjusią invaziją ar ekstremaliąją padėtį, atlikite šiuos rekomenduojamus veiksmus:



Pripildykite vandens vonią ir visus kitus namie esančius didesnės talpos indus. Pastutinių karinių konfliktų patirtis rodo, kad pirmiausia sutrinka vandens tiekimas, dėl to žmonės, ypač miestuose, kenčia nuo dehidratacijos. Net jeigu ir evakuositės iš savo gyvenamosios vietovės, vandens atsargas palikite – jos pravers miesto gynėjams.



Pripildykite automobilio baką ir kitas turimas talpyklas degalų. Degalai yra vienas iš paklausiausių resursų ir evakuojantis, ir liekant gyvenamojoje vietoje. Jie gali būti naudojami ne tik automobiliuose, bet ir maistui gaminti (viryklėms), šildytis (krosnelėms), ginklams gaminti (padegamiesiems Molotovo kokteilams).



Padidinkite maisto ir grynųjų pinigų atsargas. Nesvarbu, kiek turite sukaupę atsargų, rekomenduojama jas papildyti, nes neįmanoma apskaičiuoti, kiek užtruks konfliktas ar ekstremalioji situacija. Susidarius ekstremaliajai situacijai, sutrinka elektroninio atsiskaitymo sistemos, todėl grynieji pinigai tampa labai svarbūs. Nuolat smulkios kupiūromis rekomenduojama turėti apie 300 eurų kiekvienam šeimos nariui, nesvarbu, kokio amžiaus.



Papildykite vaistų atsargas. Atminkite, vaistai turi gana ribotą galiojimo laiką. Kaupiti medicinos priemones, vadovaujantis principu „gal pravers“, yra ne tik netikslinga, bet ir pavojinga, todėl papildykite tik reikalingų vaistų.



Kuo greičiau suburkite šeimą. Iš anksto aptarkite, kurie šeimos nariai pasirūpins kitais šeimos nariais ir kaip palaikysite ryšį arba perduosite informaciją, jeigu neveiks mobilusis ryšys.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



Kodėl, kilus kariniam konfliktui, nepaisant didžiulio nerimo, negalima panikuoti?



Kodėl per karą reikia turėti grynųjų pinigų?



Kaip manote, ką reikėtų daryti, kad, kilus karui, greitai galėtumėte pasirūpinti savo šeima?

Kaip paruošti gyvenamąjį būstą karo veiksams

Jūs turite būti pasiruošę gyventi savo mieste, kai jis tampa susirėmimų vieta, kai draugiškos pajėgos kovoja su žvalgybos ar diversantų grupėmis arba kai jūsų gyvenamoji vietovė atakuojama raketomis, dronais ar lauko artilerija. Paskutiniai kariniai konfliktai parodė, kad sparnuotosios ir balistinės raketos, taip pat dronai gali smogti į taikinius, esančius už kelių šimtų ar net tūkstančio kilometrų. Taigi svarbu tinkamai paruošti gyvenamąjį būstą ir toliau jame gyventi. Ką ir kaip turėtume daryti?

Namuose svarbu įrengti uždaras zonas, neturinčias langų. Jose galėtumėte leisti laiką, kai vyksta mūšiai ar susišaudymai. Sutvirtinkite duris, langus uždenkite juoda polietileno plėvele, šviesai nelaidžia medžiaga arba faneros lakštais. Atminkite, šviesa jūsų lange gali pritraukti marodierių ar kriminalinių nusikaltėlių dėmesį. Nei pats, nei kiti šeimos nariai nesmalsaukite žvalgydamiesi pro langą, kur čia vyksta susišaudymas. Toks smalsumas dažnai baigiasi mirtimi. Rikošetuojančios kulkos ar minosvaidžių skeveldros gali nukauti ar sužeisti žmones, esančius kelių kilometrų atstumu nuo mūšio epicentro.

Jeigu jūsų gyvenamoji vietovė atsidūrė kovos veiksmų epicentre, o jūs nespėjote ar negalėjote pasitraukti, reikėtų būti įsirengus slėptuvę. Idealu, jeigu galite naudotis kolektyvine specialiai įrengta slėptuve, bet greičiausiai visiems vietos ten neužteks, tad reikės slėptuve pasirūpinti patiems. Tokią slėptuvę savo šeimai galite įrengti ūkinio pastato pusrūsyje, gyvenamojo namo rūsyje ar daugiabučio rūsio sandėliuke. Galima įsirengti ir žeminę artimiausiame miške. Svarbu, kad ten būtų gulimų vietų tiek, kiek yra žmonių, ir sukaupta maisto bei vandens atsargų. Jeigu atsitiko taip, kad jūsų gyvenamąją vietovę okupavo priešo kariai, stenkitės nepasiduoti panikai ir nevilčiai, nedarykite skubotų ir neapgalvotų veiksmų.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Parenkite trumpą atmintinę, susidedančią iš trijų punktų (daugiausia 100 žodžių), ką ir kaip turėtume daryti siekdami paruošti gyvenamąjį būstą apsisaugoti per karą.
2. Pasvarstykite, ar jūsų dabartinį gyvenamąjį būstą lengvai pritaikytumėte apsisaugoti prasidėjus karui.
3. Ar jūsų dabartiniame gyvenamajame name yra įrengta slėptuvė? Jei yra, apžiūrėkite ją.

Patarimai, padėsiantys išgyventi per karą

Prasidėjus bet kokiam apšaudymui, atminti, kad bėgdamas būsite nukautas arba sužeistas, todėl tuoj pat griūkite ant žemės ir dairkitės artimiausios priedangos. Geriausiai apsisaugoti galite griovyje (1–2 m gylio), rūsiuose, požeminėse perėjose ar požeminėse automobilių stovėjimo aikštelėse, po sprogimų likusiose duobėse, didelio skersmens (3–4 m) vamzdžiuose, pavyzdžiui, vandens pralaidose po keliais, požeminėse daržovių saugyklose, kanalizacijos tuneliuose (tik ne dujų). Blogiausiu atveju gulkitės ant gatvės ir prisipauskite prie šaligatvio bortelio, kuris šiek tiek pridengs nuo smūgio bangos. Ieškodami priedangos, stenkitės slėptis toliau nuo pastatų, kurie gali griūti arba lengvai užsiliepsnoti. Gulėdami ant žemės, rankomis prisidengkite galvą ir prasižiokite – tai padės išvengti **kontūzijų**. Norėdami bent kiek suvaldyti nerimą ir nukreipti savo dėmesį, bandykite skaičiuoti sprogimus.

Jeigu esate patalpoje ir išgirdote oro pavojaus signalą – niekada jo neignorokite. Jei galite, pirmiausia pasistenkite palikti gyvenamąsias patalpas ir nusileisti į rūšį arba pusrūsį. Jeigu patalpų palikti negalite, slėpkitės bute esančiose uždaroose patalpose be langų, laikykitės kuo toliau nuo langų, arčiau laikančiųjų sienų, pasirūpinkite, kad langai būtų uždengti faneros plokštėmis ir užstumti spintomis ar kuo kitu, kas papildomai sugers smūgio bangą. Per oro antskrydžius, raketų atakas, artilerijos apšaudymą ir gatvių mūšius stenkitės kuo mažiau judėti, geriausia sėdėti ant čiužinio, patiesto prie tvirtos sienos ant grindų. Jei namuose yra mažamečių vaikų, laikykite juos apkabinę.

Jeigu apšaudymas jus užklupo gatvėje, nereikėtų panikuoti ir bandyti greitai parbėgti namo, nes jus arba nukaus, arba žūsate nuo skeveldrų. Griūkite ant žemės ir šliauždami pasiekite artimiausią, kad ir menkiausią priedangą. Gulėkite už jos tol, kol baigsis apšaudymas. Jeigu vyksite asmeniniu arba viešuoju transportu, sustokite, išlipkite, gulkitės ant žemės ir judėkite iki artimiausios priedangos. Mažamečius vaikus laikykite tvirtai už rankos ar drabužių arba apkabinkite taip, kad, apimti panikos, jie nepradėtų bėgti, kur akys mato.

Pasibaigus apšaudymui, neskubėkite išeiti iš slėptuvės, dar kurį laiką pagulėkite nejudėdami. Tik visiškai įsitikinę, kad apšaudymas baigėsi, galite išlįsti iš slėptuvės arba atsikelti nuo žemės. Eidami atidžiai žiūrėkite po kojomis, kad neužliptumėte ant aštrių daiktų ar nesprogusių kasetinių sviedinių, kuriuos pastaruosiuose karuose naudoja Rūsijos Federacijos kariuomenė. Jokiu būdu neimkite, nestumkite nežinomo objekto, nespirkite į jį. Tvirtai šalia savęs laikykite mažus vaikus ir prižiūrėkite, kad jie nieko neliestų. Nesiartinkite prie nesprogusių šaudmenų, padėkite sužeistiesiems.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Ko jokių būdu nerekomenduojama daryti civiliams, patekusiems į susišaudymo zoną arba esantiems netoli jos? Kodėl?
2. Kodėl, pasibaigus apšaudymui, nereikia skubėti išeiti iš slėptuvės?

Pasitraukimas iš okupacinės arba aktyvių kovos veiksmų zonos

Gyvenimas okupuotoje teritorijoje, kaip parodė Rūsijos invazija į Ukrainą, – tai nuolatinė įtampa, gyventojų prievartavimas, kankinimas, žalojimas, netgi **genocidas**. Įsitvirtinus okupaciniam režimui, okupantai visomis priemonėmis bandys jus priversti tapti **kolaborantu**. Jeigu nesutiksite ar priešinsitės, sulauksite represijų, kankinimų. Tad laikykitės kuo toliau nuo okupantų karių ir priešiškų ginkluotų asmenų, atvirai jų nefotografuokite, neprovokuokite agresyviais veiksmais. Venkite bereikalingo judėjimo – net išėję į lauką išnešti šiukšlių, galite būti nužudyti arba pagrobti ir nukankinti. Atminti, okupantai ir taip jūsų nekenčia ir nori nužudyti, nesuteikite jiems dingsties tai padaryti. Okupuotoje teritorijoje jūs neturite jokių teisių, todėl svarbu tai suprasti ir įsisąmoninti nuo pat pirmos okupacijos dienos. Jeigu į jūsų butą įsiveržė ginkluoti okupantų kariai ir ėmė savintis jūsų turtą ar pareiškė, kad nuo šiolei čia gyvens, geriausia, ką galite padaryti, tai ramiai išeiti. Džiaukitės, jeigu jie leis išeiti. Visi bandymai diskutuoti ir aiškinti, kad jus gina Ženėvos konvencija ir kad čia jūsų privati nuosavybė, kurią gina tarptautinė teisė ir Lietuvos Respublikos Konstitucija, yra ne tik bergždi, bet ir pavojingi. Okupantai yra pikti ir įsiutę, todėl jie nenorės palikti liudininkų, ir labiausiai tikėtina, kad jus nušaus. Tas pats gali atsitikti su jūsų automobiliu: jeigu važiuojant okupantų kariai į jus nepaleido serijos šuvių, o tiesiog sustab-

dė, nereikėtų stebėtis, kad automobilis bus atimtas kartu su viskuo, kas yra jame. Okupantams visiškai nerūpės, kad keliaujate su mažais vaikais.

Jeigu atsidūrėte aktyvių karo veiksmų zonoje, turite trauktis. Jei nuspręsite ten likti, tik kareivių gera valia ir neįtikėtina sėkmė padės jums išgyventi. Atminkite, per mūsų miestuose ir aplink juos abi pusės naudoja žvalgų ir **diversantų** grupes. Bet kuris priešiškos kariuomenės žvalgas ar diversantas, kurį tyčia ar netyčia sutiksite, jus nužudys. Taip, tik kiek kitais žodžiais rašoma visuose sovietiniuose ir Rusijos Federacijos kariuomenėje naudojamuose karybos vadovėliuose.

- Liudininkas, nesvarbu, ar jis civilis, moteris ar vaikas, gali išduoti diversinę grupę ir sužlugdyti jų operaciją. Sunaikinami ir visi karo ar kriminalinių nusikaltimų liudininkai, nepaisant jų amžiaus, lyties ar įsitikinimų. Tokių pavyzdžių matome šiandien per Rusijos invaziją į Ukrainą. Todėl jeigu sutikote karius, kurie stengiasi likti nepastebėti, nepasiduokite pagundai prieiti arčiau jų apžiūrėti. Baigsis tragiškai, vos jie supras, kad yra demaskuoti. Jei jie juda pro šalį, stenkitės išlaukti, kol praeis, jei įtariate, kad jus pastebėjo, tiesiog bėkite – tik tai jums gali išgelbėti gyvybę. Tikėtina, kad jie nenorės kelti papildomo triukšmo ir taip išduoti savo pozicijų.
- Eikite tik šviesiu paros metu, nepasiduokite pagundai judėti naktį, kai jūsų „niekas nemato“. Naktį civilių nuo priešų karių atskirti beveik neįmanoma, todėl tiek priešų, tiek draugiškų pajėgų kariai pirmiausia paleis į jus ugnį, o tik po to aiškinsis, kas jūs ir kodėl čiaėjote. Nesitikėkite iš karo veiksmų zonos pasitraukti labai greitai, jus gali sulaikyti arba gali tekti ilgai laukti, kol pasitaikys proga rasti praleidžiamąjį punktą. Pasirinkite saugią nakvynės vietą. Nekurkite laužo, net jei ir šalta. Jokiu būdu nerūkykite cigarečių – jų kvapas ir žaižaravimas patrauks nereikalingą dėmesį.
- Neatrodykite kariškai ar prabangiai. Atminkite, bet kokie drabužiai, panašūs į kario uniformą, bus laikomi kariškais. Jokių maskuojamųjų spalvų drabužių, jokių specialių pirštinių, gertuvių ar aulinių batų! Jei esate civilis, tai ir atrodykite kaip civilis ir demonstruokite tai visomis įmanomomis priemonėmis. Savo kuprinę apvyniokite balta paklode. Artėdami prie priešų karių, iš tolo pakelkite rankas ir laikykite baltą drobę (baltą vėliavą). Karo veiksmų zonoje visi, kas atrodo kaip karys, ir laikomas kariu. Atminkite, prieš šaudamas niekas jūsų neklaus, ką čia veikiate ir kur einate.
- Eikite keliu ir ieškokite kontrolės punkto. Dažniausiai iš apsupto miesto bėgantys civiliai išleidžiami per sukurtus humanitarinius koridorius arba praleidžiamuosius punktus. Visur kitur jūs, tikėtina, susidursite su priešų kariais, kuriems duotas įsakymas ginti savo pozicijas, todėl jie paleis ugnį be jokio įspėjimo. Kontrolės punktuose galima tikėtis, kad priešų kariai elgsis kiek humaniškiau. Jie dažniausiai leidžia civiliams pasitraukti. Nereikėtų stebėtis, jei priešų kariai atliks kratą ir iš jūsų atims viską, ką nešėtės vertingo. Atminkite, jūs jiems – priešiškos valstybės gyventojas. Net jei manote, kad papuošalus ir kitus brangius daiktus paslėpėte labai gerai, būtent juos okupantų kariai ras pirmiausia.
- Traukdamiesi visuomet būkite pasirengę gintis nuo kriminalinių nusikaltėlių, marodierių ir sužvėrėjusių civilių.

Pasitraukę iš aktyvių kovos veiksmų zonos, turėsite priimti sprendimą, ką daryti toliau. Jei gu nesate karo prievolinkas, valstybės tarnautojas ar **civilinio mobilizacinio personalo** rezervininkas, bandykite pasiekti artimiausios draugiškos valstybės sieną. Tačiau jeigu jūsų valstybė iš visų pusių apsupta, ir nedraugiškų valstybių tarnybos trukdo piliečiams išvykti, be dokumentų ir pinigų pasitraukti į užsienį taps neįmanoma. Taigi turėsite likti savo šalyje ir dėtis prie šalies gynėjų arba rasti saugesnę vietą ir stengtis išgyventi.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kokie pavojai kyla civiliams prieš okupuotoje teritorijoje?
2. Pateikite tris patarimus civiliam žmogui, kaip jam apsaugoti nuo priešų kariuomenės veiksmų okupuotoje teritorijoje.
3. Neabejotinai esate girdėję apie žiaurius Rusijos kariuomenės veiksmus okupuotoje Ukrainos teritorijoje. Kaip manote, kodėl jie taip elgiasi? Argumentuokite.

Veiksmingi savitarpio pagalbos būdai

Savitarpio pagalba, kilus ekstremaliajai situacijai, gali stipriai padidinti jūsų ir jūsų artimųjų galimybes išgyventi. Žmogus yra sociali būtybė, todėl ir išgyventi ekstremaliomis sąlygomis labiau sekasi tiems, kurie buriasi į grupes. Pagrindinis tokių žmonių grupių privalumas yra tas, kad jie vieni kitiems gali padėti spręsti kylančias bendras problemas, dalytis turima patirtimi, palaikyti vienas kitą moraliai. Gyvendami grupėmis, žmonės lengviau apsigina nuo marodierių, kriminalinių nusikaltėlių ar piktavalių žmonių. Svarbu, kad, laikydamiesi kartu, žmonės suvokia, jog yra ne vieni, ilgainiui įgyja problemų sprendimo įgūdžių. Kuo įvairesni žmonės grupėje, tuo labiau jie gali vieni kitiems padėti. Svarbu dar taikos metu įgyti žinių ir įgūdžių, kurie bus naudingi ne tik kasdieniame gyvenime, bet ir ekstremaliosiose situacijose. Tokiose situacijose naudingos medicinos žinios ir įgūdžiai. Tai nereiškia, kad visi turime studijuoti mediciną, bet bent jau periodiškai atnaujinkime ir pasikartokime pirmosios pagalbos žinias ir įgūdžius. Mokėkime sustabdyti kraujavimą, sutvarstyti sužeistą žmogų arba atlikti gaivinimo veiksmus. Ne mažiau svarbu turėti bendrųjų staliaus, stikliaus ir šaltkalvio įgūdžių. Bent jau mokėti naudotis pjūkle, kirviu ir plaktuku. Reikalinga suprasti ir apie elektros instaliaciją – tai padės išvengti skaudžių nelaimių ir taikos metu, ir kilus krizėms. Svarbu šiek tiek išmanyti liaudies mediciną, turėti išgyvenimo gamtoje įgūdžių. Pavyzdžiui, tinka žinoti, kad česnakas padeda apsaugoti nuo bakterijų ir yra natūralus antibiotikas, kovojantis ir su virusais, ir su bakterijomis, apsaugantis nuo kirmėlių bei parazitų. Svogūnas – dar vienas galingas natūralus antibiotikas, stiprinantis imuninę sistemą, jo sultys gydo vabzdžių įkandimų sukeltus uždegimus.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaiškinkite, kodėl reikalinga savitarpio pagalba kilus ekstremaliosioms situacijoms.
2. Kodėl kiekvienas turėtų mokėti teikti pirmąją pagalbą?

Kaip išgyventi kilus ekstremaliajai situacijai

Gali tekti kurį laiką verstis be elektros, centralizuoto vandens tiekimo, patiems apsirūpinti maistu, pastoge, kitais gyvybiškai svarbiais daiktais. Žmogus be vandens gali išgyventi ne ilgiau nei 3–4 paras, o be maisto – apie 3 savaites (Mahatma Gandis badavo 21 dieną).

VANDUO. Vienas iš svarbiausių elementų, lemiančių galimybę išgyventi, yra vanduo. Per parą žmogaus organizmui reikia maždaug 2 litrų skysčių. Taigi vandens poreikis visada svarbesnis nei maisto. Turint žemėlapi, nesunku organizuoti vandens paieškas. Visuomet žemėlapyje atkreipkite dėmesį į netoli jūsų esančius vandens telkinius: šulinius, upelius, šaltinius, ežerus. Jei esate gyvenamojoje vietovėje, pasiruoškite priemonės lietaus arba tirpstančio sniego vandeniui surinkti ir jį naudoti maistui ruošti ar asmeninei higienai. Negerkite jūros vandens ir nevalgykite sniego ar ledo. Ištirpintame sniege ar lede trūksta organizmui būtinų druskų. Jei ketinate tirpinti sniegą ir gerti tokį vandenį, reikėtų jį pavirinti įdėjus pušies spyglių. Tai leis patenkinti druskų ir C vitamino poreikį.

JEI TRŪKSTA VANDENS, SVARBŪS KELI ASPEKTAI:

- nepraraskite daug skysčių, todėl stenkitės kuo mažiau prakaituoti, venkite greitų judesių;
- kuo ilgiau būkite šešėlyje, venkite saulės kaitros, nenusirenkite, kai karšta, nenusiimkite galvos apdangalo;
- vandens papildykite anksčiau, nei jis pasibaigs jūsų gertuvėje, esant bent mažiausiai galimybei, pirmiausia papildykite vandens atsargas;
- vandenį gerkite kuo dažniau, bet mažais kiekiais ir mažais gurkšniais, kuo ilgiau užlaikydami burnoje;
- jokių būdu, net ir labai ištroškę, negerkite jūros vandens;
- jei kurį laiką neturėjote vandens, jo gavę, nepulkite gerti paskubomis, be saiko. Suvaldykite troškulį ir iš pradžių gerkite mažais gurkšniais, nes staiga dideliui vandens patekus į išsekusį organizmą, gali kilti traukuliai ir vėmimas. Taip netenkama ne tik dar daugiau skysčių, bet ir maisto.

MAISTAS. Maisto trūkumas veikia mūsų gebėjimą blaiviai mąstyti ir adekvačiai elgtis. Maitinimasis karštų ar šaltų orų sąlygomis iš esmės niekuo nesiskiria. Per dieną reikia būtinai pavalgyti bent kartą, daugiausia du kartus. Kuo mažiau judate, tuo organizmas mažiau išnaudoja energijos ir reikia mažiau maisto. Ieškodami vandens, prie ežero galite rasti nendrių, kurių šerdis valgoma ir virta, ir žalia.

JEI TRŪKSTA MAISTO, LABAI SVARBU:

- taupyti kiekvieną maisto gabalėlį ir maisto atsargas paskirstyti kuo ilgesniam laikui;
- ieškoti savo aplinkoje valgomų augalų ir pirmiausia jais malšinti alkį;
- išnaudoti visas galimybes pamedžioti ar pažvejoti. Nors mūsų krašto vandenyse yra daug žuvies, norint jos pasigauti, reikia pasiruošimo, tinkamų priemonių ir kantrybės. Dar sudėtingesnė yra medžioklė. Geriausia medžioti spąstais mažesnius gyvūnus. Galima maitintis ir laukinių paukščių kiaušiniais – jie yra puikus maistinių medžiagų šaltinis. Kiaušinius galima vartoti ir žalius, ir termiškai apdorotus;
- atminti, kad lengviausiai prieinamas maistas yra augalai. Dažniausiai valgomi augalų lapai, ūgliai, šerdis ir žievė, taip pat vaisiai, uogos, riešutai ir sėklos, sultys ir saki;
- nevalgyti nežinomų augalų ir jų dalių, ypač augalų, iš kurių sunkiasi spalvotos arba panašios į pieną sultys, lapų ir kitų dalių.

ASMENS HIGIENA. Nepaisant vandens trūkumo, svarbu rūpintis higiena. Esant galimybei, visuomet išnaudokite progą išsiskalbti drabužius, išsimaudyti ar nusiprausti. Švarūs drabužiai geriau palaiko šilumą ir padeda kontroliuoti kūno temperatūrą. Jeigu sušlapote, raskite būdą, kaip išsidžiovinti drabužius ir avalynę. Ypač atsargiai reikia džiovinti avalynę, nes kaitri ugnis gali sukietinti avalynės odą taip, kad nebebus įmanoma jos avėti. Avalynę reikia džiovinti iš lėto ir labai atsargiai. Sustoję ilgesnio poilsio, persirenkite sausais drabužiais, o šlapius įsidėkite į guolį taip, kad savo kūno temperatūra juos galėtumėte išdžiovinti. Ypač saugokite kojas, nes sudrėkusi avalynė greitai jas nutrina, o tada judėjimas tampa nepakeliamu kančia.

LAIKINO BŪSTO AR NAKVYNĖS VIETOS ĮRENGIMAS. Dažnai, kilus ekstremaliajai situacijai, tenka ilgesniam ar trumpesniam laikui įsirengti poilsio vietą, įvertinus galimus orų pokyčius įvairiais metų laikais. Paprasčiausias būdas susiręsti pastogę ar priedangą nuo lietaus ar svilinančio karščio – tai pasinaudoti turimomis palapinsiaustėmis ar polietileno ar brezentu gabalais. Tarp dviejų medžių kamienų, maždaug juosmens aukštyje, reikia ištempti virvę, per ją per mesti brezentu gabalą ar palapinsiaustę ir šonus pritvirtinti prie grunto taip, kad išeitų dvišlaitė palapinė kiaurais galais. Jos vieną ar abu galus uždengę kuprine, polietileno plėvele ar brezentu, o ant žemės, viduje, pasikloję kelioninį kilimėlį, turėsite gana patogų būstą.

KĄ DARYTI, JEI NETURITE PRIEMONIŲ LAIKINO BŪSTO STATYBAI? Jį galima pasistatyti sulenkiant į vidurį ratu išsidėsčiusių arba šalia augančių jaunų medelių viršūnes. Tada tarp jų iš šonų įpinkite plonesnių šakų, kartelių arba virvių (jeigu turite). Galiausiai būstą nuo apačios iki viršaus uždenkite tankiu eglišakių ir samanų sluoksniu.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl reikia mokėti pasistatyti laikiną būstą?
2. Sudarykite trumpą atmintinę, skirtą civiliams, kaip reikėtų išgyventi kilus ekstremaliajai situacijai.



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Ne visuomet galima skubiai pasitraukti iš karinių veiksmų ar stichinių nelaimių rajono. Vos sužinoję apie prasidėjusią invaziją ar ekstremaliąją situaciją, nedelsdami atlikite šiuos veiksmus: vonią ir kitas namie esančias didesnes talpyklas pripildykite vandens, pripilkite automobilio baką degalų, papildykite grynųjų pinigų, maisto ir būtinų vaistų atsargas, suburkite šeimą. Išvykdami iš namų, vandens neišpilkite – jo gali prireikti kariams, ginantiems jūsų gyvenvietę.
2. Jeigu jūsų gyvenamoji vietovė atsidūrė kovos veiksmų epicentre, o jūs nespėjote ar dėl įvairių priežasčių negalėjote pasitraukti, galite pasinaudoti kolektyvine specialiai įrengta slėptuve, tačiau visiems vietos ten neužteks, tad greičiausiai reikės slėptuve pasirūpinti patiems. Tokią slėptuvę savo šeimai galite įrengti ūkinio pastato pusrūsyje, gyvenamojo namo rūsyje ar daugiabučio namo rūsio sandėliuke.
3. Prasidėjus bet kokiam apšaudymui, atminkite, kad bėgdamas būsite nukautas arba sužeistas. Tad geriausia tuoj pat kristi ant žemės ir ieškoti artimiausios priedangos. Dažniausiai žūsta tie, kurie nori pamatyti ir pasižvalgyti, kur čia kas šaudo. Smalsumas gali pražudyti.
4. Ekstremaliomis sąlygomis labiau sekasi išgyventi tiems, kurie buriasi į grupes. Pagrindinis tokių grupių privalumas yra tas, kad žmonės vieni kitiems gali padėti spręsti kylančias bendras problemas, dalytis turima patirtimi, palaikyti vienas kitą moraliai.
5. Gali atsitikti, kad per ekstremaliąsias situacijas kurį laiką teks verstis be elektros, centralizuoto vandens tiekimo, patiems apsirūpinti maistu, pastoge ir kitais gyvybiškai svarbiais daiktais. Svarbu atminti, kad žmogus be vandens gali išgyventi ne ilgiau nei 3–4 paras, o be maisto – apie 3 savaites.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Išvardykite ne mažiau kaip po tris išgyvenimo gyvenvietėje ir negyvenamojoje vietovėje principus.
2. Nurodykite ne mažiau kaip tris veiksmingus savitarpio pagalbos būdus. Kuris iš jų, jūsų manymu, yra veiksmingiausias? Argumentuokite.
3. Darbas grupėmis. Parenkite atmintinę pagal pasirinktą temą: a) kaip išgyventi be elektros, b) kaip išgyventi be vandens, c) kaip išgyventi be šilumos tiekimo, d) kaip apsirūpinti maistu ir vandeniu, kilus ekstremaliajai situacijai, e) kaip palaikyti asmeninę higieną, kilus ekstremaliajai situacijai.
4. Kartu su mokytoju, laikydamiesi visų saugaus elgesio taisyklių, pamėginkite įvairiais būdais įkurti ugnį. Aptarkite, kuris būdas buvo lengviausias, o kuris – sunkiausias.
5. Pamėginkite įrengti laikiną nakvynės vietą, kuri apsaugotų jus nuo kritulių, saulės ir pavojingų gyvūnų. Papasakokite, kaip sekėsi.
6. Parenkite atmintinę, kaip reikėtų bendrauti kilus ekstremaliajai situacijai, prasidėjus karui ar okupacijai.

Sužeidimo ir kitų sveikatos sutrikimų pavojingumo nustatymo principai

ANDRIUS PRANSKŪNAS
ASTA KRIKŠČIONAITIENĖ
DINAS VAITKAITIS



Temos reikšmingumas



Ūminė liga ar sužeidimas gali užklupti bet kur: namie, gatvėje ar darbovietėje, bet ką: artimą žmogų, praeivį ar net patį, ir bet kada. Įvykus nelaimei, jūs galite būti pirmasis arba vienintelis, galintis suteikti pagalbą. Kritinė situacija reikalauja neatidėliotinių veiksmų, nes sugaištas laikas gali būti lemiamas gelbstint nukentėjusio žmogaus gyvybę. Žinios, kaip atpažinti pavojingą būklę ir suteikti pirmąją pagalbą, bei įgūdžių lavinimas padės sumažinti įtampą, valdyti situaciją ir išgelbėti gyvybę. Moralinės nuostatos ir Lietuvos Respublikos įstatymai įpareigoja teikti **pirmąją pagalbą**.



Teikiant pirmąją pagalbą, yra svarbios pirmosios 10 minučių. Tai vadinamosios „auksinės minutės“. Paprastai per tiek laiko ar greičiau miestiečiai atvyksta greitosios medicinos pagalbos specialistai. Laikas ir skubūs veiksmai teikiant pirmąją pagalbą yra labai svarbūs. Jei, ištikus staigiai mirčiai, pradinis gaivinimas pradėdamas praėjus ne daugiau kaip 4 minutėms, yra didelė tikimybė atkurti žmogaus širdies veiklą ir kvėpavimą. Kartais medikai negali atvykti per 10 minučių. Taip gali atsitikti ištikus nelaimei atokiose vietovėse, esant karo padėčiai ir panašiai. Jūsų pasirengimas ir tinkamas pirmosios pagalbos metodų taikymas padės išgelbėti nukentėjusio žmogaus gyvybę.



Svarbus yra pirmosios pagalbos veiksmų nuoseklumas. Jų sekai atsiminti naudojama santrumpa P–P–P:

PIRMOJI „P“ – patikrink, ar aplinka saugi tau, aplinkiniams ir nukentėjusiam žmogui, patikrink nukentėjusiojo būklę.

ANTROJI „P“ – paskambink numeriu 112 ir kviesk greitąją medicinos pagalbą, kitas tarnybas.

TREČIOJI „P“ – padėk nukentėjusiam žmogui, koreguok gyvybei ar sveikatai pavojingą būklę. Padėk tol, kol atvyks medikai.

Sveikatai ir gyvybei pavojingos būklės

Ūminė liga ar sužeidimas gali sukelti pavojingą žmogaus sveikatai ar gyvybei būklę, kai privaloma suteikti pirmąją pagalbą. Ūminė liga – tai blogėjanti žmogaus fizinė būklė, kai reikia neatidėliotinių gydymo veiksmų ir priemonių, pavyzdžiui: miokardo infarktas, alerginė reakcija, insultas. **Sužeidimas** – dėl išorinio poveikio atsiradęs žmogaus kūno struktūros ar funkcijos sutrikimas, pavyzdžiui, išorinis kraujavimas iš šautinės žaizdos šlaunyje.

Pavojingos būklės skirstomos į pavojingas gyvybei ir pavojingas sveikatai. Žmogaus gyvybei pavojinga būklė (**kritinė būklė**) – būklė, kai sutrinka kvėpavimo, kraujotakos, galvos smegenų veikla, kai reikia gaivinti ir imtis kitų pagalbos priemonių, stengiantis išsaugoti žmogaus gyvybę. Esant kritinei būklei, sutrinka organizmo gebėjimas prisotinti kraują deguonies arba deguonies prisotintą kraują pernešti į visus organus. Esant sveikatai pavojingai būklei, nesutrinka organizmo gebėjimas prisotinti kraują deguonies arba deguonies prisotintą kraują pernešti į visus organus, tačiau išlieka pagalbos poreikis, nes sveikatai pavojinga būklė gali pasikeisti į kritinę būklę.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kas yra ūminė liga? Pateikite ne mažiau kaip du jos pavyzdžius.
2. Kas yra sužeidimas? Kodėl sužeidimai yra pavojingi gyvybei?
3. Kas nutinka žmogui, patiriančiam kritinę būklę?

Pirmosios pagalbos apibrėžimas, tikslai ir uždaviniai

Pirmoji pagalba – tikslingi veiksmai, kuriais, naudojant turimas medicinos ir kitokias priemones bei medžiagas, išsaugoma nukentėjusio ar staiga susirgusio žmogaus gyvybė, sustabdomi sveikatai žalingi veiksniai.

PIRMOSIOS PAGALBOS TIKSLAI:

- 1 išsaugoti gyvybę,
- 2 neleisti žmogaus būklei blogėti ir apsaugoti nuo naujų sužeidimų,
- 3 užtikrinti gijimą.

GYVYBĖS IŠSAUGOJIMAS

Svarbiausias tikslas, teikiant pirmąją pagalbą, yra išsaugoti nukentėjusio ar staiga susirgusio žmogaus gyvybę. Todėl svarbu atpažinti pavojingą būklę, iškviesti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112, atpažinti, kada žmogus netenka pagrindinių gyvybinių funkcijų: praranda sąmonę, sutrinka kvėpavimas ir kraujotaka, ir jas nedelsiant atkurti, kol atvyks medikai.

Jei nukentėjęs žmogus sąmoningas (pavyzdžiui, paklaustas, kas atsitiko, suprantamai, rišliais sakiniais paaiškina situaciją), tai rodo, kad yra bent iš dalies atviri kvėpavimo takai, oras patenka į plaučius, kvėpavimas pakankamas ir smegenys gauna deguonies. Tačiau tai dar nereiškia, kad viskas yra gerai. Įvertinti būklę ir tinkamai suteikti pirmąją pagalbą padeda išsiaiškinimas, kuo skundžiasi nukentėjęs žmogus, tikslingas bendravimas ir viso kūno apžiūra, ar yra išorinio kraujavimo požymių, žaizdų, lūžių.

Stiprus išorinis kraujavimas nedelsiant stabdomas tiesiogiai užspaudžiant žaizdą arba naudojant turniketą, jei kraujuoja iš galūnės.

Nukentėjusįjį, kuris yra nesąmoningas ir nekvėpuoja, būtina kuo greičiau pradėti gaivinti, prieš tai iškvietus greitąją medicinos pagalbą ir paprašius aplinkinių atnešti arčiausiai esantį **automatinį išorinį defibriliatorių**. Nesąmoningas traumos nepatyręs žmogus dažniausiai miršta sustojus širdžiai. Taip paprastai įvyksta dėl skilvelių virpėjimo. Tada svarbu kuo skubiau atlikti širdies **defibriliaciją** (elektros šoką), kad būtų atkurta normali širdies veikla. Traumą patyręs žmogus miršta dažniausiai ne nuo širdies pažeidimo, bet dėl kitų priežasčių: dėl kraujavimo, švėtimkūniui užkimšus kvėpavimo takus ir pan.

ŽMOGAUS BŪKLĖS STEBĖJIMAS IR APSAUGOJIMAS

Prisiminkite, kad nukentėjusio žmogaus būklė bet kada gali pasikeisti, todėl svarbu nuolat stebėti jo pagrindines gyvybines funkcijas: sąmonę (bendrauti su nukentėjusiuoju, jei jis sąmoningas), kvėpavimą (stebėti kvėpavimo dažnį ir gilumą), kraujotaką (čiuopti pulsą, apžiūrėti visą kūną, ar nekraujuoja), ir prireikus atlikti veiksmus pagal minėtą santrumpą P–P–P. Be to, prieš pradėdamas

teikti pagalbą ir jau teikdamas ją, pagalbos teikėjas turi greitai įvertinti situaciją ir galimą pavojų sau, nukentėjusiam žmogui ir aplinkiniams: eismo judėjimą, krintančias nuolaužas, sklindančius dūmus, ugnį, dujas bei kita, ir imtis visų įmanomų atsargumo priemonių.

GIJIMO UŽTIKRINIMAS

Įsitikinus, kad pagrindinės nukentėjusio žmogaus gyvybinės funkcijos (sąmonė, kvėpavimas, kraujotaka) neišnykusios ir jis nekraujuoja, apžiūrimas visas jo kūnas, apklausiami ir jis, ir liudininkai. Svarbu sužinoti, kuo nukentėjusysis skundžiasi, ar yra alergiškas, kokius vaistus vartoja, kokiomis ligomis serga ar yra sirgęs, kada paskutinį kartą valgė, kokios yra įvykio aplinkybės, jei nukentėjo moteris ar ji nesilaukia. Nukentėjęs žmogus apžiūrimas ir apčiuopinėjamas nuo galvos iki kojų. Sutvarstomos žaizdos, **imobilizuojamos** galbūt lūžusios kūno vietos. Toliau stebimos gyvybinės funkcijos. Nukentėjusiajam suteikiama patogiausia padėtis. Ją dažniausiai jis pasirenka pats. Jis apklojamas, kad nesušaltų. Gerti ir valgyti be medikų leidimo negalima.

Pirmosios pagalbos teikėjas yra viena iš svarbiausių būtiniosios medicinos pagalbos teikimo grandžių. Jis pirmasis turi atpažinti pavojingą būklę ir greitai priimti tinkamus sprendimus. Pirmosios pagalbos teikėjo veiksmai kartais lemia, ar nukentėjęs žmogus išgyvens.

Taigi, pirmosios pagalbos teikėjo uždaviniai:

- 1 atpažinti pavojingą būklę,
- 2 greitai įvertinti situaciją ir imtis veiksmų,
- 3 iškviesti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112 ar kitu numeriu,
- 4 teikti pirmąją pagalbą, kol atvyks medikai.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kas yra pirmoji pagalba? Kodėl reikia apie ją kalbėti ir mokytis ją teikti?
2. Kuo skiriasi pirmosios pagalbos teikimas sąmoningam žmogui ir žmogui be sąmonės?
3. Kodėl svarbu nuolat stebėti pagrindines gyvybines žmogaus funkcijas?
4. Kodėl pirmosios pagalbos teikėjas yra viena iš svarbiausių būtiniosios medicinos pagalbos teikimo grandžių?

Pirmosios pagalbos higiena

Infekcines ligas gali sukelti bakterijos ir virusai. Žmogaus atsparumas infekcijai priklauso nuo imuninės sistemos. Sergant bakterine infekcine liga, gydytojai skiria antibiotikų, o virusų antibiotikai neveikia.

Teikiant pirmąją pagalbą, kyla pavojus užsikrėsti infekcinėmis ligomis, ypač plintančiomis krauju ar biologiniais skysčiais (pvz., hepatitu B, hepatitu C, ŽIV), rečiau – oro lašeliu būdu kosint, čiaudint, kalbant (pvz., tuberkulioze). Tiesiogiai ligos sukėlėjas pernešamas, kai vieno žmogaus užkrėsto kraujo ar biologinių skysčių patenka ant kito žmogaus užkratui atviros kūno vietos, pavyzdžiui, žaizdelės. Netiesiogiai pernešama, kai žmogaus užkratui atvira kūno vieta liečiasi su užkrėstu krauju ar biologiniais skysčiais užterštais daiktais.

Prieš teikdami pagalbą, jei įmanoma, nusiplaukite rankas muilu ir vandeniu, trindami ir tarpupirščius bei panages. Naudokite užtvaras tarp jūsų ir nukentėjusiojo kūno skysčių. Jei turite, užsimaukite pirštines arba apsivyniokite rankas plastikiniu maišeliu, jei neturite, paprašykite nukentėjusio žmogaus pačiam užspausti kraujuojančią žaizdą arba prilaikyti tvarstį.

Teikdami pagalbą ir atlikdami dirbtinį kvėpavimą, naudokite apsauginę plėvelę arba kaukę, tvarstydami – švartą tvarsliaivą. Kiekvienam nukentėjusiam žmogui naudokite atskiras higienos priemones. Venkite kosėti, kalbėti, kvėpuoti į žaizdą, liestis prie kito žmogaus biologinių skysčių. Suteikę pagalbą, tvarsliaivą, higienos priemones ir kitus naudotus daiktus sudėkite į vieną plastikinį maišelį, tada – į dar vieną. Suteikę pagalbą, nusiplaukite rankas muilu ir vandeniu.

Bet kokioje pavojingoje situacijoje pirmiausia turite pasirūpinti savo saugumu. Jei aplinka yra nesaugi, prie nukentėjusiojo nesiartinkite, pagalbos neteikite. Jeigu jam gresia pavojus, perkeltkite jį į saugią aplinką, bet tik tada, jei galite tai padaryti saugiai.

Nukentėjusio žmogaus būklės patikra

Įvertinę aplinką ir įsitikinę, kad ji saugi, pirmiausia patikrinkite, ar nukentėjusio žmogaus gyvybei negresia pavojus. Apžiūra siekiant nustatyti gyvybei pavojingą būklę vadinama **pirminė apžiūra**.

GYVYBEI PAVOJINGOS BŪKLĖS POŽYMIAI:

- sąmonės išnykimas arba blogėjimas,
- kvėpavimo išnykimas arba dusulys,
- kraujotakos požymių išnykimas arba blogėjimas,
- sunkus kraujavimas,
- krūtinės skausmas.

PATIKRINKITE SĄMONĘ.

Įsitikinę, kad aplinka yra saugi, įvertinkite nukentėjusio žmogaus sąmonę. Atsargiai patapšnokite per pečius ir garsiai paklauskite: „Ar gerai jaučiatės?“ arba „Kas atsitiko?“ (žr. 20.1 pav.). Tikrindami sąmonę, pirmiausia įsitikinkite, ar nukentėjęs žmogus yra sąmoningas. Sąmonės išnykimas rodo, kad būklė pavojinga gyvybei.



20.1 pav. | Sąmonės patikra

VEIKSMAI, JEI NUKENTĖJĘS ŽMOGUS YRA NESĄMONINGAS.

Jei nukentėjusysis, patapšnojus per pečius ir pakalbinus, neatsiliepia, neatsimerkia ir nejuda, vadinasi, jis yra nesąmoningas. Tokiu atveju iš karto įvertinkite, ar yra kvėpavimas ir kraujotaka, apžvelkite, ar nėra sunkaus išorinio kraujavimo. Paprastai, jei nėra normalaus kvėpavimo, nėra ir kraujotakos. Vertinant kraujotaką, vienu metu čiuopti širdies pulsą ir vertinti kvėpavimą gali tik patyrę medikai. Ne medikai vertina tik kvėpavimą. Jei nukentėjusysis nesąmoningas ir kvėpavimas sutrikęs, kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112 ar kitu numeriu. Jei šalia yra daugiau žmonių, vieno paprašykite iškviesti greitąją medicinos pagalbą, o pats tuo metu teikite pagalbą nukentėjusiam žmogui. Jei šalia jo esate vienas, pirmiausia kvieskite greitąją medicinos pagalbą, o po to teikite pagalbą šiais atvejais:



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

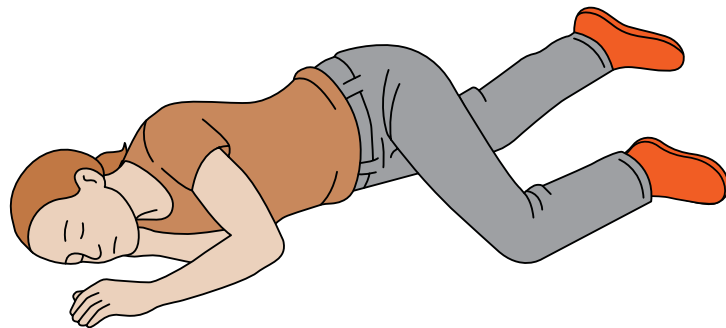
1. Nurodykite tris ligas, kuriomis kyla pavojus užsikrėsti teikiant pirmąją pagalbą.
2. Kokius būtinus veiksmus privalome padaryti prieš teikdami pagalbą, kad neužsikrėstume ligomis?
3. Kodėl bet kokioje pavojingoje situacijoje pirmiausia reikia pasirūpinti savo saugumu?

- nesąmoningas nukentėjęs žmogus yra vyresnis kaip 12 metų,
- nesąmoningas kūdikis ar vaikas serga širdies liga arba įtariama, kad ja serga,
- matėte, kaip kūdikis ar vaikas staiga neteko sąmonės.

ATVEJAI, KAI PIRMIAUSIA REIKIA PRADĖTI TEIKTI PAGALBĄ, TIK PO TO KVIESTI GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ:

- kūdikis arba vaikas rastas be sąmonės (sąmonės netekties akimirkos jūs nematėte),
- žmogus užspringo,
- nukentėjusiam žmogui yra sunkus išorinis kraujavimas,
- žmogų ištiko **anafilaksija** ir jis turi adrenalino švirkštą.

Jei nukentėjęs žmogus nesąmoningas, bet normaliai kvėpuoja, paguldykite jį stabilia šonine padėtimi, kad neužkristų liežuvisio šaknis ar neužspringtų vėmalais. Pasukite jį ant šono, atremkite viršuje esančią koją į pagrindą, o viršutinę ranką pakiškite po veidu, taip palaikysite pakeltą apatinį žandikaulį (žr. 20.2 pav.).



20.2 pav. | Stabili šoninė padėtis

Įtarus, kad sužalotas stuburas, geriausia nukentėjusio žmogaus nejudinti ir neleisti jam judėti. Gali būti įtariama, kad sužalotas stuburas, jei nukentėjusysis pateko į eismo įvykį, ypač kaip pėsčiasis, dviratininkas ar motociklininkas, krito iš aukštai, nėrė į vandenį, po traumos skundžiasi, kad aptirpęs kūnas, nusilpusios galūnės.

Taigi, prisiminkite veiksmų seką P–P–P. Jei, patikrinę sąmonę, nustatote, kad nukentėjusysis nekalba ir nejuda, patikrinkite:

- ar atviri kvėpavimo takai,
- ar kvėpuoja,
- ar yra kraujotakos požymių,
- ar kraujuoja.

Kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112 ar kitu numeriu ir, kol laukiate, teikite pirmąją pagalbą.

Sunkus kraujavimas dar vadinamas gyvybei pavojingu kraujavimu. Greitai apžiūrėkite, ar nėra išorinio kraujavimo. Išorinis kraujavimas vadinamas sunkiu arba gyvybei pavojingu, kai kraujas iš žaizdos teka srove arba sunku jį sustabdyti. Apžiūrėkite nukentėjusiojo kūną nuo galvos iki kojų: patikrinkite, ar kraujuoja, ar nėra krauju permirkusių drabužių arba kraujo klano. Nedidelis kraujo kiekis,

patekęs ant lygaus paviršiaus arba susimaišęs su vandeniu, atrodo didesnis. Kraujavimą būtina stabdyti kuo greičiau. Naudokite apsaugos nuo krauju plintančių ligų priemones.

VEIKSMAI, JEI NUKENTĖJĘS ŽMOGUS YRA SĄMONINGAS. Jei nukentėjęs žmogus yra sąmoningas, pirmiausia prisistatykite, pasakykite, kad norite padėti. Greitai apžvelkite, ar jis nepatiria sunkaus išorinio kraujavimo. Tada paklauskite, kas atsitiko, kurią vietą skauda, ar jo (jos) nepykina, ar gali giliai įkvėpti. Atlikite pirminę apžiūrą, vadovaudamiesi ABC principu, ir nustatykite, ar būklė pavojinga gyvybei: ar yra dusulys, padažnėjęs kvėpavimas, ar nepablogėjusi kraujotaka, dar kartą apžiūrėkite, ar nėra sunkaus kraujavimo.

■ A (ANGL. AIRWAY) – KVĖPAVIMO TAKAI

Prasmingi ir rišliūs nukentėjusiojo atsakymai rodytų, kad kvėpavimo takai yra bent iš dalies atviri, o kvėpavimas, kraujotaka ir sąmoningumas pakankami. Tai padės nustatyti sužeidimo arba ligos priežastį. Atsakymai į klausimus, ar nepykina ir kurioje vietoje skauda, padės sužinoti galimą sužalojimo vietą. Atsakymas į klausimą, ar gali giliai įkvėpti, padės nustatyti, ar sužalota krūtinė.

Bet kokie pašaliniai neįprasti garsai, girdimi įkvėpiant ar iškvėpiant, gali rodyti kvėpavimo takų (A) problemą, kada reikalinga skubi pagalba. Pavyzdžiui, ištikus anafilaksijai, dėl tinstančių ir susiaurėjusių kvėpavimo takų nukentėjusiajam sunku įkvėpti, o įkvėpiant girdimas gaidžio giedojimą primenantis garsas.

■ B (ANGL. BREATHING) – KVĖPAVIMAS

Suskaičiuokite kvėpavimo dažnį. Uždėkite savo plaštaką ant nukentėjusiojo krūtinės, stebėkite ir skaičiuokite kvėpavimo judesius. Įkvėpimo metu krūtinės ląsta pakyla, o iškvėpimo – nusileidžia. Sveikas suaugęs žmogus kvėpuoja apie 12–20 kartų per minutę, vaikas – 15–30 kartų per minutę, naujagimis – 30–50 kartų per minutę.

Kvėpavimo dažnio pokytis (jis retas arba padažnėjęs) ar akivaizdžiai sunkesnis kvėpavimas, kai atrodo, kad nukentėjusysis kvėpuodamas atlieka sunkų darbą, yra svarbūs požymiai, rodantys kvėpavimo (B) problemą, kuri gali būti pavojinga gyvybei.

■ C (ANGL. CIRCULATION) – KRAUJOTAKA

Sąmoningo nukentėjusio žmogaus širdies pulsą reikia čiuopti uždėjus tris pirštus ant riešo (ten eina stipininė arterija), o nesąmoningo – kaklo griovelyje, kur yra miego arterija. Suskaičiuokite pulso dažnį per 15 sekundžių ir padauginkite iš 4, kad gautumėte dažnį per minutę. Suaugusio žmogaus normalus širdies pulsas yra 60–90 kartų per minutę, vaiko – 80–150 kartų per minutę, naujagimio – 120–160 kartų per minutę. Normalus pulsas yra reguliarus (ritmiškas) ir riešo srityje gerai jaučiamas. Čiuopiant pulsą riešo srityje, nukentėjęs žmogus turi sėdėti arba gulėti. Užčiuopiamas stipininės arterijos pulsas rodo, kad sistolinis kraujo spaudimas yra ne mažesnis kaip 90 mmHg. Dažnas ar retas pulsas, silpnas ar visai neužčiuopiamas riešo srityje, nereguliarus pulsas gali rodyti gyvybei pavojingą kraujotakos sutrikimą, pavyzdžiui, pablogėjusią širdies veiklą dėl miokardo infarkto ar šoką.

PATIKRINK	ĮSITIKINKITE, KAD APLINKA YRA SAUGI. Jei aplinka nesaugi nukentėjusiam žmogui ar jums, perkelti nukentėjusį į saugią aplinką, jei galite tai saugiai padaryti. Užsimaukite pirštines ir (ar) naudokite kitas barjerines priemones.	
	Patikrinkite nukentėjusio žmogaus sąmonę tapšnodami per pečius ir garsiai klausdami: „Ar gerai jaučiatės?“	
	SĄMONINGAS NUKENTĖJĘS ŽMOGUS	NESĄMONINGAS NUKENTĖJĘS ŽMOGUS
	Patikrinkite: „Kas atsitiko?“ PATIKRINKITE KVĖPAVIMĄ IR KRAUJOTAKĄ, AR NĖRA SUNKAUS IŠORINIO KRAUJAVIMO, AR NESKAUDA KRŪTINĖS. ■ Jei yra sunkus išorinis kraujavimas, anafilaksinė reakcija ar užspringimas, o esate vienas, pirmiausia nedelsdami pradėkite teikti pagalbą (stabdykite išorinį kraujavimą, padėkite susileisti adrenalino automatinio švirkšto ar suteikite pagalbą užspringusiam nukentėjusiajam), tada kvieskite greitąją medicinos pagalbą.	Šaukite pagalbą. PATIKRINKITE KVĖPAVIMĄ, TAIP PAT AR NĖRA SUNKAUS IŠORINIO KRAUJAVIMO. ■ Jei nukentėjęs žmogus nekvėpuoja arba kvėpavimas agoninis, kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112, pradėkite gaivinimą ir naudokite automatinį išorinį defibriliatorių. ■ Jei yra sunkus išorinis kraujavimas, nedelsdami jį stabdykite.
PASKAMINK	KVIESKITE GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ NUMERIU 112 AR KITU NUMERIU, JEI: - yra dusulys ir padažnėjęs kvėpavimas, - yra pablogėjusios kraujotakos požymių, - yra sunkus kraujavimas, - skauda krūtinę, - būklė pavojinga sveikatai.	KVIESKITE GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ NUMERIU 112 AR KITU NUMERIU. ■ Liepkite pagalbininkui skambinti numeriu 112, atnešti vaistinėle bei automatinį išorinį defibriliatorių. ■ Jei esate vienas ir turite mobiliąjį telefoną, skambinkite numeriu 112 ir telefone įjunkite garsiakalbio režimą. Jei galite, naudokite vaistinėle ir automatinį išorinį defibriliatorių.
	TOLIAU TEIKITE PAGALBĄ.	TOLIAU TEIKITE PAGALBĄ. ■ Jei nukentėjęs žmogus normaliai kvėpuoja ir nėra kraujavimo bei trauminių sužalojimų, ypač stuburo ar dubens, paverskite į stabilią šoninę padėtį. ■ Jei nukentėjęs žmogus nesąmoningas ir nekvėpuoja, iškvietę pagalbą numeriu 112, atlikite krūtinės masažus ir įpūtimus santykiu 30:2, jei įmanoma, naudokite automatinį išorinį defibriliatorių.
LIKITE PRIE NUKENTĖJUSIOJO, KOL ATVYKS MEDIKAI. STEBĖKITE IR UŽTIKRINKITE GYVYBINES FUNKCIJAS.		

Teikdami pirmąją pagalbą sąmoningam nukentėjusiajam, kol atvyks medikai, vadovaukitės šiomis rekomendacijomis:

- stebėkite sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką pagal savo kompetenciją,
- padėkite nukentėjusiajam rasti patogiausią padėtį, bet jei sužalotas stuburas, žmogaus nejudinkite ir neleiskite jam judėti,
- saugokite, kad neperšaltų ar neperkaistų,
- nuraminkite nukentėjusį patikindami, kad jam padėsite ir greitoji medicinos pagalba jau iškviesta (jei reikia),
- teikite pagalbą nustatytų ypatingų sužalojimų atveju.

Jeigu būklė pavojinga gyvybei ar yra tikimybė, kad ji gali blogėti, skambinkite numeriu 112 ar kitu numeriu ir laukite, kol atvyks greitoji medicinos pagalba. Neleiskite nukentėjusiam žmogui pačiam vykti į ligoninę. Dėl sužeidimo ar ligos gali suprastėti jo judesiai, apsvaigti galva ar net nualpti. Taip nukentėjusysis gali kelti pavojų pėstiesiems ir vairuotojams.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kaip reikia patikrinti, ar žmogus yra sąmoningas?
2. Kokie svarbiausi veiksmai, jei nukentėjęs žmogus yra nesąmoningas?
3. Kokia yra stabili šoninė padėtis? Kada ir kodėl ji reikalinga?
4. Kodėl reikia nustatyti ir stebėti nukentėjusio žmogaus kvėpavimo dažnį ir pulsą?
5. Kodėl, padėdami nukentėjusiajam žmogui, turime skambinti numeriu 112?

Gyvybei pavojinga būklė. Sustojusi širdis ir pradinis gaivinimas

Žmogaus, ištikto mirties (kai nėra gyvybės požymių), smegenų ir kitų gyvybinių organų ląstelės išgyvena labai trumpai, t. y. tol, kol išiekvojamos deguonies atsargos. Taigi, gaivinimas itin reikalingas, nes taip smegenys aprūpinamos deguonimi, kol atvyksta medikai ir suteikia tinkamą medicinos pagalbą.

Gyvybės grandinė (žr. 20.3 pav.) apima būtinuosius sėkmingo gaivinimo veiksmus: ankstyvas gyvybei pavojingos būklės atpažinimas ir greitosios medicinos pagalbos iškvietimas; pradinis gaivinimas, atliekamas tuo metu šalia esančių žmonių; ankstyvoji defibriliacija, pažangi medicinos pagalba, teikiama greitosios medicinos pagalbos personalo. Jei laikomasi gyvybės grandinės veiksmų sekos, nukentėjusio žmogaus tikimybė išgyventi, sustojus širdžiai, yra didesnė. Daugiausiai gyvybių galima išgelbėti stiprinant pirmąsias tris gyvybės palaikymo grandinės grandis, kuriose svarbus kiekvienas visuomenės narys.



20.3 pav. | Gyvybės grandinė

ANKSTYVAS GYVYBEI PAVOJINGOS BŪKLĖS ATPAŽINIMAS IR PAGALBOS KVIETIMAS.

Svarbu atpažinti krūtinės skausmą, susijusį su širdies ligomis, arba suprasti, kada žmogui sustojo širdis, ir skubiai kviesti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112. Atpažinti krūtinės skausmą, susijusį su širdimi, itin svarbu, nes gana dažni atvejai, kai širdis sustoja dėl ūminio miokardo infarkto, t. y. net 21–33 proc. žmonių per pirmąją valandą nuo simptomų pradžios. Jei spėjama iškviesti greitąją medicinos pagalbą, kol žmogus dar nepraradęs sąmonės, pagalba atvyksta anksčiau ir tikimybė išgelbėti didesnė. Kviečiant greitąją medicinos pagalbą telefonu, dispečeris instruktuoja, ką reikia daryti, ir taip padeda teikti tinkamą pagalbą. Dispečeris paprašo įvertinti sąmonę bei kvėpavimą ir nurodo, kaip atlikti krūtinės paspaudimus ar defibriliaciją, jei to reikia. Tuo pačiu metu jis siunčia greitosios medicinos pagalbos komandą į įvykio vietą. Be to, jis gali aktyvuoti arčiausiai nelaimės vietos esančius pirmosios pagalbos teikėjus, kurie priklauso pirmosios pagalbos teikėjų tinklui. Pirmosios pagalbos teikėjas į mobilųjį telefoną gauna pranešimą, kad netoliese vyksta gaivinimas, reikia padėti gaivinti arba atnešti automatinį defibriliatorių. Tam, kad būtų patogiau klausyti ir vykdyti dispečerio nurodymus, mobiliame telefone įjunkite garsiakalbio režimą. Tada telefoną padėkite šalia taip, kad girdėtumėte dispečerį ir galėtumėte vykdyti jo nurodymus.

ANKSTYVAS PRADINIS GAIVINIMAS. Įvykio liudininkų skubiai pradėtas pradinis gaivinimas 2–4 kartus padidina galimybę išgyventi sustojus širdžiai dėl skilvelių virpėjimo. Pradėti gaivinti taikant tik krūtinės paspaudimus yra geriau, nei visai negaivinti. Jei suteikiantis pagalbą žmogus nemoka atlikti pradinio gaivinimo, laukiant, kol atvyks profesionali pagalba, skubiosios pagalbos dispečeris turėtų paskatinti daryti tik krūtinės paspaudimus.

ANKSTYVA DEFIBRILIACIJA. Sustojus širdžiai, per pirmąsias 3–5 min. atlikta defibriliacija kartu su pradiniu gaivimu iki 50–70 proc. padidina galimybę išgyventi. Netaiant defibriliacijos, mirties rizika kas minutę didėja 10–12 procentų.

PAŽANGI MEDICINOS PAGALBA. Už ligoninės ribų ją teikia greitosios medicinos pagalbos medikai. Paprastai vidutinis laikas nuo greitosios medicinos pagalbos iškviatimo

iki atvykimo mieste yra 5–8 min., o iki pirmojo defibriliacijos impulso – 8–11 minučių. Kaimo vietovėse šis laikas gali būti daug ilgesnis, todėl nukentėjusiojo išgyvenimas priklauso nuo šalia esančių žmonių, kurie pradeda pradinį gaivinimą ir atlieka defibriliaciją automatinio išorinio defibriliatoriumi.

➔ Širdies sustojimas.

Kai širdis nebeplaka, smegenys ir kiti organai nebeaprūpinami krauju ir deguonimi. Staiga dėl širdies ligų sustojusi širdis yra pagrindinė suaugusiųjų mirties priežastis. Skendimas, uždusimas, apsinuodijimas vaistais ar narkotinėmis medžiagomis gali sutrikdyti kvėpavimą, todėl dėl deguonies trūkumo sustoja ir širdis – tai antrinis širdies sustojimas. Kitos galimos priežastys: sunki krūtinės trauma, didelio kraujo kiekio netekimas, elektros srovės sukelti pažeidimai, insultas ir kiti smegenų pažeidimai.

Dažniausiai, sustojus širdžiai, pradinis širdies ritmas yra skilvelių virpėjimas, t. y. chaotiška atskirų širdies raumens skaidulų elektrinė veikla, todėl širdis negali susitraukti ir išstumti kraujo. Sustojus širdžiai dėl skilvelių virpėjimo, būtinas skubus pradinis gaivinimas (krūtinės paspaudimai bei įpūtimai) ir ankstyva defibriliacija. Dėl kitų priežasčių širdis dažniausiai sustoja išnykus kvėpavimui (pvz., skendimo, užspringimo atvejais). Šiais atvejais įpūtimai ir krūtinės paspaudimai yra svarbūs nuo pirmosios gaivinimo minutės.

SUSTOJUSIOS ŠIRDIES POŽYMAI. Nukentėjęs žmogus būna nesąmoningas ir nekvėpuoja arba pastebimas agoninis kvėpčiojimas. Sustojus širdžiai, iškart gali būti pastebimi trumpalaikiai į traukulius panašūs judesiai. Įvertinkite sąmonę ir kvėpavimą, kai traukuliai baigsis: jei nukentėjusysis nesąmoningas ir nekvėpuoja, pradėkite gaivinti.

AGONINIS KVĖPČIOJIMAS – tai pavieniai reti ir gilūs įkvėpimai (žiopčiojimas), pastebimi pirmosiomis minutėmis sustojus širdžiai iki 40 proc. atvejų. Agoninis kvėpčiojimas yra mirties požymis, reiškiantis, kad nedelsiant reikia pradėti gaivinti.

Pulso čiupimas yra nepatikimas būdas norint nustatyti sutrikusios kraujotakos požymius, todėl pirmosios pagalbos teikėjams jis nerekomenduojamas.

PRADINIS GAIVINIMAS

Gaivinant reikia laikytis minėtos veiksmų sekos pagal santrumpą **P–P–P** (Patikrink–Paskambink–Padėk).

1 Patikrink.

Patikrinkite aplinkos saugumą, nukentėjusiojo sąmonę, kvėpavimą, greitai apžvelkite, ar nėra sunkaus kraujavimo.

- Įsitikinkite, kad jūs, kiti liudininkai ir nukentėjusysis esate saugūs. Įvertinkite, ar nukentėjęs žmogus yra sąmoningas. Švelniai papurtykite už pečių ir garsiai paklauskite: „Ar viskas gerai?“
- Jei nukentėjusysis reaguoja ir nėra pavojaus, nekeiskite jo padėties, o pabandykite išsiaiškinti, kas atsitiko, ir, jei įmanoma, suteikite pagalbą. Reguliariai vertinkite būklę.
- Jei nukentėjusysis nesąmoningas, garsiai šaukitės pagalbos (taip greičiau pasikviesite padėti arčiau esančius žmones).
- Atverkite kvėpavimo takus viena ranka atlošdami galvą, o kita – pakeldami žandikaulį už smakro.

- Priglauskite ausį prie burnos bei nosies ir klausykite, ar nukentėjusysis kvėpuoja, kartu stebėkite krūtinės ląstą, ar ji kilnojasi. Skruostu stenkitės pajusti oro srovę. Taip kvėpavimą tikrinkite ne ilgiau kaip 10 sekundžių.

2 Paskambink.

Jei nukentėjęs žmogus nesąmoningas ir nekvėpuoja ar kvėpavimas yra agoninis, skambinkite numeriu 112 ir kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

- Kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112 pats arba paprašykite šalia esančio žmogaus.
- Neišjunkite telefono, kol nenurodys greitosios medicinos pagalbos dispečeris. Tam, kad būtų patogiau klausyti ir vykdyti dispečerio nurodymus, mobiliajame telefone įjunkite garsiakalbio režimą. Tada telefoną padėkite šalia taip, kad girdėtumėte dispečerio nurodymus ir galėtumėte juos vykdyti.
- Prašykite šalia esančių žmonių kuo greičiau atnešti arčiausiai esantį automatinį išorinį defibriliatorių. Kur yra artimiausias, gali pasakyti greitosios medicinos pagalbos dispečeris.

3 Padėk.

Jei nukentėjęs žmogus be sąmonės ir normaliai nekvėpuoja, iškvietę greitąją medicinos pagalbą, pradėkite gaivinti.

- Paguldykite nukentėjusį ant tvirto pagrindo (žemės ar grindų).
- Atlikite 30 krūtinės ląstos paspaudimų.
- Jei esate apmokytas ir yra saugu tai daryti, po 30 krūtinės paspaudimų atlikite 2 įpūtimus.
- Kartokite krūtinės paspaudimus ir įpūtimus.
- Kai atnešamas automatinis išorinis defibriliatorius, kuo skubiau įjunkite aparatą ir vykdykite jo nurodymus.
- Jei yra du gaivintojai, mokantys gaivinti, vienas kviečia pagalbą, o kitas atlieka gaivinimą. Dėl nuovargio gali blogėti gaivinimo kokybė, todėl rekomenduojama gelbėtojams keistis kas 2 min. (po 5 krūtinės paspaudimų ir įpūtimų ciklą). Pasikeitimas neturėtų užtrukti ilgiau kaip 5 sekundes.

Krūtinės ląstos paspaudimai

- 1 Paguldykite nukentėjusį žmogų ant nugaros.
- 2 Atsiklaupkite šalia nukentėjusiojo, iš šono. Gaivintojo keliai turi būti šalia gulintio žmogaus. Rankos per alkūnes turi būti ištiestos, pečių juosta – tiesiai virš plaštakų (žr. 20.4 pav.).
- 3 Apnuoginkite nukentėjusiojo krūtinės ląstą, kad galėtumėte tinkamoje vietoje uždėti rankas.
- 4 Vienos savo rankos delno pagrindą dėkite ant nukentėjusiojo krūtinės centro, ant krūtinkaulio, o kitą ranką – ant pirmosios, sunerdami pirštus.
- 5 Spauskite krūtinės ląstą giliai ir greitai žemyn – suaugusiems mažiausiai 5 cm, bet ne daugiau

kaip 6 cm. Spaudinėkite krūtinę mažiausiai 100 kartų per minutę dažniu, bet ne daugiau kaip 120 kartų per minutę.

- 6 Po kiekvieno paspaudimo leiskite krūtinės ląstai grįžti į pradinę padėtį – krūtinei atsipalaiduojant po paspaudimo į ją nesiremkite. Paspaudimas ir atsipalaidavimas turėtų trukti maždaug tiek pat laiko.



20.4 pav. | Rankų ir gaivintojo padėtis atliekant krūtinės ląstos paspaudimus

Tai įdomu!



Ar žinojote, kad muzika gali padėti išgelbėti gyvybę? Kai kurių dainų ritmas yra toks pat, koku reikia atlikti krūtinės ląstos paspaudimus, t. y. 100–120 kartų per minutę. Pavyzdžiui, „The Bee Gees“ dainos „Stayin’ Alive“ ritmas atitinka 103 kartų per minutę paspaudimų dažnį. Atliekant krūtinės ląstos paspaudimus, sunku išlaikyti tinkamą tempą, todėl, prisimindami dainą, lengviau jį išlaikysite.

Įpūtimai burna į burną

Gelbėtojas per maždaug 1 sekundę turėtų įpūsti tokį oro kiekį, kad šiek tiek pakiltų nukentėjusiojo krūtinės ląsta. Reikia vengti per dažnų ar per stiprių įpūtimų.

- 1 Vieną savo delną padėkite ant nukentėjusiojo kaktos, atloškite galvą, o smiliumi ir nykščiu užspauskite šnerves.
- 2 Kitos rankos pirštais pakelkite smakrą.

- 3 Glaudžiai apžiokite nukentėjusio žmogaus burną ir įpūskite 2 kartus, stebėdami krūtinės ląstą, ar ji pakyla įpučiant.
- 4 Tarp įpūtimų leiskite orui išeiti iš plaučių.
- 5 Įpūtimai turi būti negilūs, vienodi ir trukti 1 sekundę.
- 6 Kaskart įpūsdami stebėkite, ar kilnojasi krūtinės ląsta. Jei pirmo įpūtimo metu ji nepakyla, apžiūrėkite, ar burnoje nėra svetimkūnių, darkart bandykite atlošti galvą ir pakelti apatinį žandikaulį, sandariai apžiokite nukentėjusio burną. Tada atlikite antrą įpūtimą. Nebandykite atlikti iš karto daugiau nei 2 įpūtimų, nedelsdami tęskite krūtinės ląstos paspaudimus.

Įpūtimus būtina atlikti ne per stipriai, kad oro nepatektų į skrandį. Pučiant per greitai ar ne visiškai atvėrus kvėpavimo takus, skrandis prisipildo oro, išsitempia skrandžio sienelė, nukentėjęs žmogus gali pradėti vemti ir užspringti. Tokiu atveju pasukite nukentėjusio galvą į šoną, išvalykite burną ir tęskite gaivinimą.

Dažnai nežinoma, ar nukentėjęs žmogus neserga kokia infekcine liga, todėl, prieš atverdami kvėpavimo takus, uždėkite apsaugos priemonę. Jos yra dviejų rūšių: veido skydai ir veido kaukės. Veido skydas – permatoma plastikinė ar silikoninė plėvelė, sumažinanti gaivintojo sąlytį su gaivinamuoju, tačiau neapsauganti gaivintojo iš plėvelės šonų. Veido kaukė turi vienpusį vožtuvą, kuris neleidžia įkvėpti nukentėjusiojo iškvėpto oro. Uždėję veido kaukę ar skydą, įpūsdami oro patikrinkite, ar krūtinės ląsta kilnojasi sulig kiekvienu įpūtimu. Jei taip nėra, darkart apžiūrėkite ir atverkite kvėpavimo takus.

Pirmosios pagalbos teikėjas neprivalo daryti įpūtimų burna į burną, jei neturi apsaugos priemonės.

Defibriliacija automatinio išorinio defibriliatoriumi

Automatinis išorinis defibriliatorius – kompiuterinis prietaisas, kuris analizuoja širdies ritmą, atpažįsta sutrikusį ritmą ir atlieka defibriliaciją. Defibriliatoriaus elektrodai prilipdomi prie nuogos nukentėjusio žmogaus krūtinės ir sujungiami su prietaisu. Elektrodai atlieka dvi funkcijas:

- nuskaito širdies elektros impulsus ir perduoda juos į defibriliatoriaus kompiuterį,
- iš defibriliatoriaus leidžia žmogui defibriliacijos išlydį.

Automatinis išorinis defibriliatorius yra gana pigus, jo priežiūra nesudėtinga. Nesunku išmokti juo naudotis. Tai veiksmingas ir paprastai naudojamas prietaisas, todėl jį vis dažniau galima rasti pirmosios pagalbos rinkiniuose, darbo vietose, lėktuvuose, oro uostuose, prekybos centruose, gyvenamuosiuose namuose. Automatinio išorinio defibriliatoriaus vieta žymima tarptautiniu ženklu (žr. 20.5 pav.).



20.5 pav. | Tarptautinis automatinio išorinio defibriliatoriaus žymėjimas

Automatinio išorinio defibriliatoriaus naudojimas

Jei nukentėjęs žmogus nesąmoningas ir nekvėpuoja arba stebimas agoninis kvėpčiojimas, kuo greičiau naudokite defibriliatorių. Jį padėkite šalia nukentėjusiojo galvos toje pusėje, kurioje yra gaivintojas. Defibriliatorių atnešęs gaivintojas paprastai perima krūtinės paspaudimus, o juos anksčiau atlikęs žmogus parengia defibriliatorių.

SU DEFIBRILIATORIUMI DIRBSIANTIS ŽMOGUS ATLIEKA ŠIUOS VEIKSMUS:

- 1 Įjungia aparatą.
- 2 Prijungia defibriliatorių prie nukentėjusio žmogaus. Elektrodus prilipdo jam prie nuogos krūtinės (elektrodų padėtis paprastai būna pavaizduota ant nelipnaus elektrodų paviršiaus). Pirmasis dedamas dešinėje krūtinės pusėje, virš spenelio, žemiau raktikaulio. Kitas elektrodas prilipdomas kairėje pusėje, į šoną nuo kairiojo spenelio (žr. 20.6 pav.). Viršutinis jo kraštas sutampa su dešiniojo elektrodo apatinio krašto aukščiu. Defibriliatorių prijungia prie laidų.
- 3 Analizuoja ritmą. Patikrina, ar niekas nesiliečia prie nukentėjusio žmogaus. Paspaudžia analizavimo mygtuką, jei to prašo aparatas.
- 4 Jei aparatas praneša, kad reikia atlikti defibriliaciją, gaivintojas darkart patikrina ir garsiai įspėja, kad niekas nesiliestų prie nukentėjusio žmogaus, paspaudžia defibriliatoriaus mygtuką. Jei pranešama, kad defibriliuoti nereikia, gaivintojas toliau atlieka paspaudimus ir įpūtimus. Defibriliatoriaus elektrodų nuimti nereikia, kol atvyks greitoji medicinos pagalba. Prijungtas defibriliatorius analizuoja ritmą kas 2 minutes.



20.6 pav. | Defibriliatoriaus prijungimas prie nukentėjusio žmogaus



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokie požymiai rodo, kad žmogui sustojo širdis?
2. Kaip atliekami krūtinės ląstos paspaudimai?
3. Kaip manote, kodėl vietose, kur susiburia daugiau žmonių, būtina turėti lengvai pasiekiamą automatinį išorinį defibriliatorių?

➔ Užspringimas. Kaip padėti?

Dažniausiai užspringstama valgant, kai maistas ar svetimkūnis, esantis burnoje, patenka ne į stemplę, o į kvėpavimo takus ir trukdo orui patekti į plaučius. Suaugusieji dažniausiai užspringsta valgydami mėsą, o vaikai – įvairiais maisto produktais ir svetimkūniais. Pavyzdžiui, mažas vaikas gali užspringti valgydamas smulkius maisto produktus (pvz., riešutus, sėklas), apvalios formos kietesnius produktus (pvz., vynuoges, saldinius), lipnų maistą (pvz., žemės riešutų sviestą). Visiškai užspringęs žmogus negali kvėpuoti, greitai praranda sąmonę ir jam sustoja širdis, todėl labai svarbu veikti skubiai.

POŽYMAI IR PAGALBOS PRINCIPAI. Užspringusį žmogų apima panika, sumišimas, veido išraiška gali būti panaši į nustebimą. Užspringusieji neretai rankomis griebiasi už kaklo, gali pradėti kosėti. Kai toks žmogus bando kvėpuoti, galima girdėti aukštus gergždžiančius garsus arba negirdėti jokio garso. Galimi du užspringimo variantai: visiškas ir dalinis. Dalinio užspringimo atveju svetimkūnis susiaurina kvėpavimo takus, bet jų visiškai neužkemša, visiško užspringimo metu viršutiniai kvėpavimo takai yra aklinai užkemšami. Jei kvėpavimo takai visiškai užblokuoti, žmogus negalės stipriai kosėti, kalbėti ar verksti. Žmogaus oda iš pradžių gali parausti, bet greitai ji tampa blyški, melsva, nes organizmui trūksta deguonies. Taigi, visišką užspringimą įtersite, jei kas nors staiga, ypač valgant, nebegali kosėti ir kalbėti, rodo aiškų užspringimo ženklą (žr. 20.7 pav.).

Pagalba užspringusiam žmogui priklauso nuo situacijos: koks jo amžius, ūgis, ar sąmoningas, ar gali stipriai kosėti.

Jei užspringęs suaugęs žmogus neprarado sąmonės, pirmiausia įvertinkite jo kosulio stiprumą ir paklauskite: „Ar užspringote?“ Jei užspringo vaikas, ypač kūdikis, patikrinkite, ar jis garsiai verkia, ar skleidžia kitokius garsus.



20.7 pav. | Užspringimo ženklas



20.8 pav. | Smūgiai į tarpumentę

➔ **Dalinis užspringimas.** Užspringęs žmogus išlieka sąmoningas, garsiai ir stipriai kosėja, gali kalbėti ar verksti.

PAGALBA

1. Skatinkite užspringusįjį toliau kosėti. Kosulys – geriausias svetimkūnio pašalinimo iš kvėpavimo takų būdas.
2. Netrankykite į tarpumentę ir nedarykite pilvo stūmių (**Heimlich'o stūmių**).
3. Stebėkite užspringusį žmogų, nepalikite jo vieno, kol būklė taps normali, ir jis galės vėl normaliai kalbėti.
4. Nepagerėjus būklei, kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

➔ Visiškas užspringimas

Jei užspringęs žmogus skleidžia aukštus garsus arba silpnai be garso kosi, negali kalbėti ar verksti, vadinasi, kvėpavimo takai yra visiškai užkimšti. Sąmoningas užspringusysis gali linktelėti galvą paklausus, ar užspringo, rodyti žinomą užspringimo ženklą (žr. 20.7 pav.).

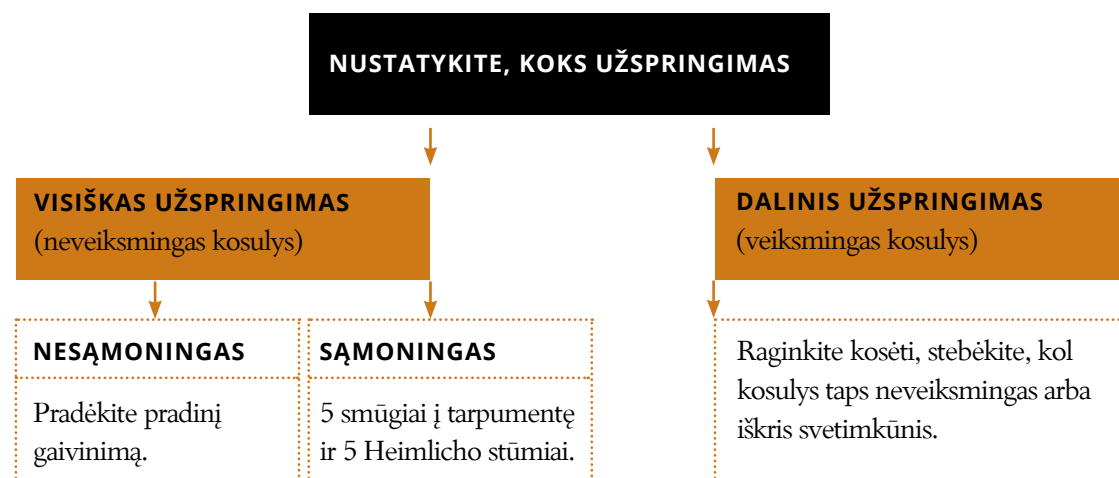
PAGALBA

1. Suduokite į tarpumentę 5 kartus (žr. 20.8 pav.). Atsistokite iš šono ir šiek tiek už užspringusiojo. Prieš vaiką reikės atsiklaupti. Vieną ranką uždėkite ant užspringusio žmogaus krūtinės, kad suteiktumėte jam atramą. Palenkite jį į priekį per juosmenį, kad viršutinė kūno dalis būtų lygiagreti žemei. Kitos rankos delno pakyla stipriai trinkelėkite tarp menčių.
2. Jei užspringęs žmogus vis tiek lieka užspringęs, atlikite penkis Heimlich'o stūmus (žr. 20.9 pav.). Atsistokite už jo ir abiem rankomis apglėbkite viršutinę jo pilvo dalį. Jei užspringo vaikas, reikės priklaupti, kad būtų galima jį apglėbti per juosmenį. Palenkite užspringusįjį į priekį. Savo vienos rankos kumštį pridėkite jam tarp bambos ir krūtinkaulio. Kita ranka suimkite savo kumštį ir staigiai trinkelėkite atgal ir aukštin.

- 3 Pakaitomis atlikite 5 smūgius į tarpumentę ir 5 Heimlich'o stūmus, kol žmogus išspjaus svetimkūnį arba neteks sąmonės. Tyrimai rodo, kad 50 proc. atvejų prireikia taikyti ir smūgius į tarpumentę, ir Heimlich'o stūmus.
- 4 Kai užspringusysis netenka sąmonės, kvieskite greitąją medicinos pagalbą ir pradėkite pradinį gaivinimą. Atlikite 30 krūtinės paspaudimų ir 2 įpūtimus, šiuos veiksmus kartokite. Prieš įpūsdami, pražiodykite užspringusį žmogų ir apžiūrėkite burnos ertmę. Jei joje pastebėsite svetimkūnį, atsargiai jį išimkite.



20.9 pav. | Heimlich'o stūmiai



PAVOJAI

- 1 Užspringęs žmogus gali panikuoti, blaškytis, neleisti teikti pagalbos. Tokiu atveju nebandykite jam padėti jėga, tiesiog stebėkite. Kai užspringusysis neteks sąmonės, pradėkite pradinį gaivinimą.
- 2 Aklai kišant pirštus į burną siekiant pašalinti aiškiai nematomą kietą medžiagą, galima dar labiau užkimšti kvėpavimo takus arba sužaloti minkštuosius audinius. Šalinkite iš burnos svetimkūnį tik tada, kai jis aiškiai matyti ir kai užspringęs žmogus yra be sąmonės.

KODĖL NEGALIMA TRANKYTI TARPUMENTĖS IR ATLIKTI HEIMLICH'O STŪMIŲ ESANT DALINIAM UŽSPRINGIMUI?

- 1 Atliekant šiuos veiksmus, išstumiamas oro likutis, kuris lieka iškvėpus, todėl visiško užspringimo atveju šio oro likučio plaučiuose gali nepakakti veiksmingam Heimlich'o stūmiiui.
- 2 Tarpumentės trankymas ir Heimlich'o stūmiai gali trukdyti veiksmingai kosėti.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokie požymiai rodo, kad žmogus užspringo?
2. Kokiais būdais gaivinamas užspringęs žmogus? Kuris iš šių būdų, jūsų nuomone, yra lengviausias, o kuris – sudėtingiausias? Argumentuokite.
3. Kokių kyla pavojų siekiant padėti užspringusiam žmogui?

➔ Sunkus gyvybei pavojingas išorinis kraujavimas

Išorinis kraujavimas stabdomas spaudžiant kraujavimo šaltinį, kol kraujavimas sustoja. Jei kraujavimas nesustoja arba yra sunkaus išorinio kraujavimo požymių, naudojamas turniketas arba hemostatinis tvarstis, kuris tiesiogiai spaudžiamas rankomis.

Rankos pirštais arba delnu (jei turite galimybę, užsimovę pirštines) spauskite kraujuojančią vietą. Galite paprašyti, kad nukentėjęs žmogus pats užspautų kraujuojančią žaizdą, kol užsimausite pirštines ir atsinešite vaistinėlę. Uždenkite žaizdą specialiu tvarščiu ar švari audiniu ir stipriai prispauskite ranka (užsimovę pirštines). Toks kraujavimo stabdymo būdas vadinamas **tiesioginiu užspaudimu** (žr. 20.10 pav.). Kai kraujavimas sustoja, kad žaizda ir toliau būtų spaudžiama, sutvarstykite ją (žr. 20.11 pav.). Toks tvarstis vadinamas **spaudžiamuoju tvarščiu**, nes palaiko spaudimą kraujavimo židinyje. Jei kraujas persisunkė per tvarstį, nenuimkite krauju permirkusių, o uždėkite daugiau tvarščių, panaudokite turniketą arba hemostatinį tvarstį.



20.10 pav. | Tiesioginis užspaudimas



20.11 pav. | Spaudžiamasis tvarstis

Kartais, taikant tiesioginį užspaudimą, kraujavimas nesustoja. Toks kraujavimas vadinamas **sunkiū išoriniū kraujāvimu** arba **gyvybei pavojingu kraujāvimu**. Nesustojęs kraujavimas yra pagrindinė mirties priežastis iki 35 proc. nukentėjusių nuo traumos. Nukraujuoti iki mirties galima vos per 5 min., todėl suvaldyti gyvybei pavojingą kraujavimą yra svarbus pirmosios pagalbos uždavinys.

GYVYBEI PAVOJINGO KRAUJAVIMO POŽYMAI:

- greitai tekantis arba iš žaizdos trykštantis kraujas,
- nepavyksta sustabdyti kraujavimo taikant tiesioginį užspaudimą,
- tvarsčiai greitai permirksta krauju,
- drabužiai permirkę krauju,
- kojos ar rankos amputacija,
- kraujo klanas ant grindų,
- kraujuojantis žmogus sumišęs arba nesąmoningas.

Esant gyvybei pavojingam kraujavimui, naudojamas **turnikėtas** (žr. 20.12 pav.) arba specialus hemostatinis tvarstis.

TURNIKETO NAUDOJIMAS

- Apjuoskite turniketu sužeistą galūnę 5 cm virš žaizdos, bet ne ant sąnario. Jei 5 cm virš kraujavimo vietos yra ties sąnariu, turniketas turi būti dedamas virš sąnario.
- Laisvąjį turniketo galą praverkite per vidinę sagties kilpelę. Užveržkite turniketą stipriai traukdami už laisvojo galo ir fiksuokite jį lipuku prie apjuostos turniketo dalies. Tarp turniketo ir galūnės turi būti kuo mažesnis tarpas.
- Sukite turniketo rankenėlę (lazdelę), kol kraujavimas sustos ir nebeužčiuopsite pulso galūnėje.
- Fiksuokite lazdelę už laikiklio.
- Užrašykite laiką, kada buvo uždėtas turniketas, ir dar žodžiu šią informaciją perduokite atvykusiems medikams.
- Jei uždėjote turniketą, jo nenuimkite, kol nukentėjusį žmogų perims medikai.



20.12 pav. | Turniketo naudojimas

PIRMOSIOS PAGALBOS VEIKSMAI STABDANT IŠORINĮ KRAUJAVIMĄ:

- 1 Paprašykite kraujavimo stabdymo priemonių rinkinio, jei yra daugiau pagalbininkų.
- 2 Įvertinkite, ar įvykio vieta saugi.
- 3 Galite paprašyti, kad nukentėjęs žmogus pats užspaustų kraujuojančią žaizdą.
- 4 Jei turite galimybę, užsimaukite pirštines.
- 5 Jei įmanoma, patogiai paguldykite ar pasodinkite nukentėjusįjį, neleiskite jam judėti.
- 6 Nurenkite žmogų arba praplėskite drabužius virš žaizdos, kad matytumėte kraujuojančią vietą.
- 7 Kraujuojančią vietą užspauskite tvarsčiu arba rankomis. Jei neturite pirmosios pagalbos priemonių, ant žaizdos dėkite bet koki švarų drabužį ir stipriai spauskite abiem rankomis.
- 8 Jei kraujavimas sustojo, žaizdą sutvarstykite paprastu arba elastiniu tvarsčiu.
- 9 Jei kraujas sunkiasi pro pirmą tvarstį, jo nenuimkite, o uždėkite jį daugiau ant jau esančių, uždėkite antrą spaudžiamąjį tvarstį, jei reikia, papildomai spauskite rankomis.
- 10 Jei yra gyvybei pavojingo kraujavimo požymių (žr. 20.13 pav.), paprašykite aplinkinių žmonių iškviesti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112 arba, jei esate vienas, pirmiausia stabdykite sunkų išorinį kraujavimą, tik po to skambinkite pagalbos numeriu.
- 11 Jei stipriai kraujuoja žaizda rankoje ar kojoje, iš karto uždėkite turniketą.
- 12 Jei sąlygų iš karto panaudoti turniketą nėra arba kraujavimo šaltinis – ne galūnėje (pvz., kakle, kirkšnyje, petyje ir pan.), hemostatinį tvarstį, paprastus tvarsčius arba švarų drabužį kiškite į žaizdą, jei ji plati bei gili, ir stipriai spauskite abiem rankomis, kol sustos kraujavimas ir atvyks greitoji medicinos pagalba.



20.13 pav. | Gyvybei pavojingo kraujavimo stabdymo žingsniai

- 13 Atlikite veiksmus, mažinančius šoką.
- 14 Atidžiai stebėkite nukentėjusio žmogaus būklę, ar nėra požymių, rodančių jos blogėjimą: pagreitėjusio ar sulėtėjusio kvėpavimo, pakitusios odos spalvos, nerimastingumo.
- 15 Prižiūrėkite, kad nukentėjęs žmogus neperšaltų ar neperkaistų.
- 16 Nuraminkite nukentėjusįjį.
- 17 Suteikę pagalbą, kuo greičiau gerai nusiplaukite rankas.

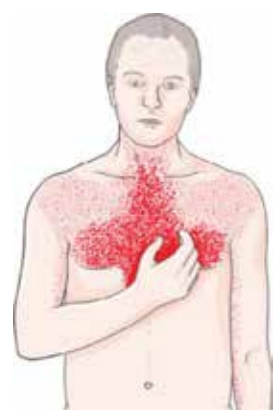


KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokiais būdais yra stabdomas sunkus išorinis kraujavimas?
2. Paaiškinkite, kaip taisyklingai reikėtų naudoti turniketą. Išmėginkite praktiškai.
3. Kodėl, suteikus pagalbą stabdant sunkų išorinį kraujavimą, būtina tuoj pat gerai nusiplauti rankas?

➔ Miokardo infarktas

Miokardo infarktas yra nepraeinantis tam tikros širdies raumens (miokardo) dalies pažeidimas, sukeltas deguonies trūkumo joje. Dažniausiai miokardo infarktas ištinka trombai užkimšus širdies vainikinę arteriją.



20.14 pav. | Krūtinės skausmas ar diskomfortas

KAIP ATPAŽINTI MIOKARDO INFARKTĄ?

- Užsitęsęs ilgiau nei 5 min. ar dažnai pasikartojantis spaudžiantis, plėšiantis, deginantis skausmas krūtinėje, plintantis į kaklą, apatinį žandikaulį, vieną ar abi rankas, pečius (žr. 20.14 pav.).
- Oro trūkumas, oro gaudymas („oro troškulys“).

- Pykinimas, vėmimas.
- Silpnumas, galvos svaigimas, alpuls.
- Išbalusi (pelenų spalvos) oda, pamėlusios lūpos.
- Stiprus prakaitavimas.
- Baimė.

PAGALBA

Miokardo infarktas gydomas tik ligoninėje. Svarbiausia atpažinti jo simptomus ir pradėti iškart aktyviai teikti pirmąją pagalbą. Jei manote, kad nukentėjusį žmogų ištiko miokardo infarktas, nedelsdami pradėkite veikti. Prisiminkite pagalbos veiksmų seką P–P–P (Patikrink–Paskambink–Padėk).

- 1 Įtarę, kad žmogų ištiko miokardo infarktas, skambinkite arba paprašykite, kad kas paskambintų numeriu 112.
- 2 Padėkite nukentėjusiam žmogui atsisėsti, atlaisvinkite spaudžiančius drabužius, nuraminkite jį. Tai padės jam lengviau kvėpuoti ir širdis bus geriau aprūpinama deguonimi.
- 3 Duokite aspirino. Prieš jo duodant, reikėtų paklausti, ar nukentėjęs žmogus nėra alergiškas aspirinui, ar jam gydytojas anksčiau nebuvo uždraudęs jo vartoti. Jei žmogus atsako neigdamas, duokite aspirino. 150–300 mg tabletę rekomenduojama sukramtyti, užgerti nedideliu kiekiu vandens. Svarbu, kad būtų duodama tik aspirino, o ne kitų skausmą malšinančių vaistų.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokie yra miokardo infarkto požymiai?
2. Kokią pagalbą reikia suteikti žmogui, kurį ištiko miokardo infarktas?
3. Kodėl miokardo infarktas gydomas tik ligoninėje?

➔ Šokas

Norint, kad organizmas gautų pakankamai kraujo, reikia trijų komponentų:

- 1 normalios širdies veiklos,
 - 2 pakankamo deguonies prisotinto kraujo kiekio,
 - 3 sveikų kraujagyslių.
- Pažeidus nors vieną iš minėtų komponentų, organai negauna pakankamai deguonies prisotinto kraujo. Taigi **šokas** yra gyvybei pavojinga būklė, kai dėl nepakankamos kraujotakos į organus patenka

per mažai deguonies prisotinto kraujo. Jei gyvybiniai organai: širdis, smegenys, plaučiai, negauna jo pakankamai, jų veikla ima blogėti. Patyrus sužeidimą ar ūminę ligą pirmiausia reaguoja širdis. Ji ima susitraukinėti dažniau ir stipriau, norėdama aprūpinti organus deguonies prisotinto kraujo. Padidėja širdies susitraukimų dažnis, todėl dažnėja ir kvėpavimas. Šiuos pokyčius jūs galite nustatyti apžiūrėję nukentėjusįjį.

ATSIŽVELGIANT Į PRIEŽASTĮ, ŠOKAS GALI BŪTI:

- sukeltas širdies ligų,
- dėl nepakankamo kraujo tūrio nukraujavus arba netekus daug skysčių viduriuojant, karščiuojant ir kt.,
- dėl susidariusios kliūtis kraujui nutekėti iš širdies, pavyzdžiui, krešulio plaučių kraujagyslėse,
- dėl kraujotakos persiskirstymo, sukulto sunkios infekcijos, alerginės reakcijos, nervų sistemos pažeidimo.

KAIP ATPAŽINTI ŠOKĄ?

Ne visada galėsite nustatyti šoko priežastį, bet atminti, kad šokas yra gyvybei pavojinga būklė.

Šokui būdingi požymiai:

- neramumas arba vangumas,
- pakitusi sąmonė,
- padažnėjęs kvėpavimas,
- pilkšva, šalta, prakaituota oda; paspaudus ir atleidus piršto nagą ar ausies kaušėlį, buvusi spalva greitai negrįžta,
- padažnėjęs pulsas,
- troškulys,
- pykinimas ir vėmimas.

PAGALBA, JEI ĮTARIATE ŠOKĄ:

- paguldykite sąmoningą nukentėjusį žmogų patogiai ant antklodės, kad jam nebūtų šalta,
- nuraminkite jį,
- tinkamiausia kūno padėtis ištikus šokui – gulimoji horizontali padėtis (aukštiekninka). Pakėlus ir laikant nukentėjusio žmogaus kojas 30–60 laipsnių kampu (apie 15–30 cm aukščiau širdies) (žr. 20.15 pav.), gyvybei svarbių organų aprūpinimas krauju pagerėja tik trumpam, t. y. iki 7 minučių; kojas tinka laikyti pakeltas, kol laukiama greitosios medicinos pagalbos,
- kojų nekelkite, jei pacientas dūsta; jis patyrė traumą (jam pažeista galva, kaklas, stuburas, kojos); keliant kojas, jaučia skausmą,
- atiškite arba nukirpkite drabužius, aptempiančius kaklą, krūtinę ir juosmenį, kad šios kūno vietos būtų laisvos,
- apklokite nukentėjusįjį,
- jei nukentėjęs žmogus vemia ar jam teka seilės, pasukite galvą į šoną taip, kad neuždustų; jei įtariate ar nustatote, kad stuburas pažeistas, pasukite nukentėjusįjį visu kūnu, kad galva, kaklas ir nugara būtų vienoje linijoje,
- neduokite gerti ir valgyti,
- stebėkite ir užrašykite informaciją apie gyvybines funkcijas: sąmonę, pulsą ir kvėpavimą. Pulsą matuokite ties riešu. Jei nukentėjęs žmogus praranda sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir patikrinkite kvėpavimą. Jei reikia, būkite pasirengę atlikti krūtinės ląstos spaudimus ir įpūtimus.



20.15 pav. | Pasyvus kojų pakėlimas

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kodėl žmogų gali ištikti šokas?
2. Kokie yra šoko simptomai?
3. Kaip galima padėti žmogui, ištiktam šoko?

Anafilaksija

Anafilaksija – tai sunki, gyvybei pavojinga, ūmiai besivystanti alerginė organizmo reakcija, kurios metu pažeidžiamos kvėpavimo, kraujotakos, odos ar virškinimo sistema. Laiku nesuteikus tinkamos pagalbos, žmogų gali ištikti mirtis dėl kvėpavimo ar kraujotakos nepakankamumo – anafilaksinio šoko.

Anafilaksijos priežastys yra įvairios: tam tikri vaistai, vabzdžių nuodai, maistas, lateksas, vakcinos, šaltis, fizinis krūvis. Suaugę žmonės dažniausiai yra alergiški vabzdžių įkandimams (Europoje dažniausiai popiervapsvės (*Hymenoptera*) įkandimams), o vaikai – maisto produktams (pvz., kiaušiniams, žemės riešutams, karvės pienai, sezamo sėkloms, kaulavaisiams, žuviai ir jūros gėrybėms).

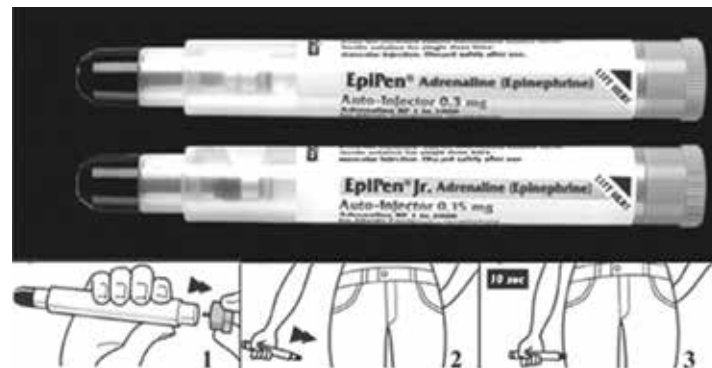
Anafilaksinės reakcijos metu išsiskyrusios aktyvios medžiagos (pvz., histaminas) išplečia kraujagysles, padidina jų pralaidumą ir sukelia gleivinių paburkimą, todėl patinsta ir bronchai, ir burnos organai: liežuvio šaknis, antgerklis, balso klostės. Dėl atsiradusių pokyčių galimas ir viršutinių, ir apatinių kvėpavimo takų nepraeinamumas, todėl išsivysto didelis kvėpavimo nepakankamumas, nuo kurio žmogus gali mirti. Taip pat gali atsirasti aiškiai matomas dilgėlinis viso kūno bėrimas, sumažėja kraujo spaudimas, gali sutrikti virškinimas, atsirasti pilvo skausmų. Pirmieji požymiai dažniausiai kyla praėjus kelioms

sekundėms ar minutėms po sąlyčio su alergenais (pvz., įgėlus vabzdžiui).

Anafilaksija nustatoma atsižvelgiant į staigą po aiškaus alergeno poveikio pasireiškusius gyvybei pavojingą kvėpavimo ar kraujotakos sutrikimą bei viso kūno odos bėrimą, gleivinių paburkimą ir virškinimo trakto tam tikrus simptomus. Suteikus tinkamą pagalbą, būklė greitai gerėja.

PAGALBA

- 1 Nepanikuokite, nuraminkite nukentėjusį žmogų.
 - 2 Apsaugokite nuo pakartotinio sąlyčio su alergenais. Nukentėjusįjį, kuriam alerginę reakciją sukėlė ore esantis alergenai (pvz., dezinfekcijos medžiagos, dūmai), išveskite į gryną orą. Tačiau jei alerginė reakcija prasidėjo po vabzdžio įkandimo, veskite jį į patalpą, kad apsaugotumėte nuo pakartotinio įkandimo.
 - 3 Padėkite rasti ir suvartoti vaisto, nutraukiančio gyvybei pavojingą alerginę reakciją, t. y. specialiai paruošto adrenalino (pvz., „EpiPen“ automatinis švirkštas (žr. 20.16 pav.), paraginkite ir padėkite jį suvartoti, jei nukentėjusysis yra sutrikęs. Poveikis turėtų pasireikšti po 5 minučių. Jei per 5–15 min. simptomai nesumažėjo, o greitoji medicinos pagalba dar neatvyko, galima suleisti antrą adrenalino dozę.
 - 4 Nukentėjusiam žmogui leiskite susirasti patogią padėtį: šoko atveju tinkama horizontali padėtis pakėlus kojas, sunkaus dusulio atveju – sėdima nuleidus kojas.
 - 5 Jei esate vienas, pirmiausia padėkite nukentėjusiajam pasinaudoti adrenalino automatinio švirkštu, tik po to skubiai kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112. Greitąją medicinos pagalbą reikia kviešti visada, jei dėl alerginės reakcijos sutrinka kvėpavimas ar kraujotaka, pastebimas ryškus gleivinių patinimas.
- Automatinis adrenalino švirkštas – tai priemonė, kurią dažniausiai turi nukentėjusieji, jei jie ir anksčiau buvo patyrę anafilaksinį šoką. Tai specialus naudoti paruoštas švirkštas, kuriame yra viena adrenalino dozė. Pastebėjus alerginei reakcijai būdingą viso kūno odos dilgėlinį bėrimą ir atsiradus kvėpavimo bei kraujotakos nepakankamumo požymių, adrenalino dozę reikėtų suleisti į šlaunies arba žasto raumenis.



20.16 pav. | Automatiniai adrenalino švirkštai, skirti suaugusiajam ir vaikui

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS



1. Kas sukelia anafilaksiją?
2. Kokie yra anafilaksijos simptomai?
3. Kaip galima padėti anafilaksijos ištiktam žmogui?

➔ Insultas

Insultas – tai ūminis galvos smegenų kraujotakos sutrikimas, dėl kurio pažaidos vietoje žūsta smegenų ląstelės – neuronai. Užsikimšus smegenis maitinančiai kraujagyslei, įvyksta **išeminis insultas** (87 proc. visų insulto atvejų), o plyšus kraujagyslei ir išsiliejus kraujui į galvos smegenis ar jų dangalus – **hemoraginis insultas** (13 proc. atvejų).

Išeminio insulto atveju galima skirti krešulius tirpdančių vaistų arba atverti užsikimšusią kraujagyslę mechanškai, taip atkuriant galvos smegenų kraujotaką, tačiau šios procedūros atliekamos tik ligoninėje ir tik per pirmąsias valandas nuo simptomų pradžios. Ištikus hemoraginiam insultui gali prireikti neurochirurginės operacijos.

Insulto požymiai priklauso nuo pažeidimo dydžio ir srities. Kartais ligoniai miršta, tačiau dažnai pokyčiai būna laikini, t. y. smegenų funkcijos gali atsinaujinti ar bent pagerėti nedelsiant suteikus pagalbą.

KAIP ATPAŽINTI INSULTĄ?

- Staigus veido, rankos ar kojos nejautrumas ar nusilpimas, ypač vienoje kūno pusėje (neįmanoma pakelti rankos).
- Staigus kalbos, jos supratimo ar orientacijos sutrikimas (paprastai negali pasakyti savo vardo, pavardės, adreso ir amžiaus).
- Staigus regėjimo viena ar abiem akimis sutrikimas.
- Staigus eisenos, pusiausvyros, koordinacijos sutrikimas, galvos svaigimas.
- Staigus ir stiprus galvos skausmas dėl neaiškios priežasties.

Angliškai insulto požymiai vadinami FAST (angl. *Face, Arm, Speech, Time*). Pirmosios pagalbos teikėjui santrumpa FAST padeda atsiminti insultui būdingus požymius, kuo anksčiau įtarti insultą, išsiaiškinti požymių atsiradimo laiką ir kuo greičiau kviešti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112.

PAGALBA

- Jei nukentėjęs žmogus sąmoningas, padėkite jam atsigulti, šiek tiek pakelkite galvą ir pečius, pakišdami minkštą daiktą, pavyzdžiui, pagalvę.
- Pasukite galvą į pažeistą pusę, uždėkite rankšluostį ant tos pusės peties, kad sugertų seiles.

- Nuraminkite.
- Prisiminkite ir užsirašykite laiką, kada atsirado simptomų.
- Skambinkite numeriu 112 ir kvieskite greitąją medicinos pagalbą.
- Atlaisvinkite drabužius, kad būtų lengviau kvėpuoti.
- Stebėkite gyvybines funkcijas: sąmonę, kvėpavimą ir pulsą, kol atvyks medikai.

PAVOJAI

- Neduokite nukentėjusiam žmogui gerti ir valgyti, nes, ištikus insultui, gali būti sunku ryti, todėl žmogus gali užspringti.
- Jokių būdu neduokite kraują skystinančių vaistų, pavyzdžiui, aspirino.
- Nevežkite insulto ištikto žmogaus į ligoninę patys, būtinai kvieskite greitąją medicinos pagalbą. Specializuotas insulto gydymas: trombo tirpdyimas vaistais, vadinamoji trombolizė arba mechaninė trombektomija, taikomas tik specializuotuose insulto gydymo centruose. Greitosios medicinos pagalbos medikai iš anksto informuoja ligoninę apie vežamą pacientą, taip laikas iki pagalbos sutrumpėja.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kas yra insultas?
2. Kokie yra insulto simptomai?
3. Ką turėtume daryti įtarę, kad žmogus ištiko insultas?

Trauminiai sužeidimai

Griaučių ir minkštųjų audinių sužalojimai gali būti pavojingi gyvybei. Teikdami pagalbą, vadovaukitės veiksmų seka P–P–P (Patikrink–Paskambink–Padėk). Atpažinti tokius sužeidimus padeda šie požymiai:

- pažeistos vietos skausmas,
- deformacija,
- patinimas,
- mėlynė,
- sutrikęs sužalotos struktūros judėjimas,
- galūnės neįprastas judrumas,
- sužeidimo vietoje jaučiamas ar girdimas traškėjimas,

- iš žaizdos kyšantys kaulo fragmentai,
- pakitusi pažeistos galūnės kraujotaka ir jutimai.

Jei įtariate griaučių ir minkštųjų audinių sužeidimą, suteikite nukentėjusiam žmogui patogią padėtį, imobilizuokite galūnę ir šaldykite. Jei galima, pakelkite sužalotą vietą. Nepalikite nukentėjusio žmogaus be priežiūros. Kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

Neatidėliotina pagalba sužeidimo atvejais sumažina skausmą, padeda išvengti tolesnio pažeidimo ir ilgo neįgalumo. Imobilizuodami sužalotą galūnę, laikykitės pagrindinių principų:

- 1 Stenkitės išlaikyti sužalotą galūnę tokios padėties, kokios radote.
- 2 Jei yra kraujavimas, plačiai uždenkite žaizdą tvarščiu ar medžiaga be pūkelių, spaudžiamuoju tvarščiu ar kitomis priemonėmis stabdykite kraujavimą, tačiau nepabloginkite kraujotakos.
- 3 Stebėkite, ar sužalota galūnė šilta, rausva, ar jutimai prieš **imobilizaciją** ir po jos yra normalūs.
- 4 Įtvarą dėkite taip, kad imobilizuoti sąnariai arba kaulai aukščiau ir žemiau sužalojimo vietos nejudėtų.
- 5 Jeigu naudojate kietuosius įtvarus, nepamirškite padėti pakloto, pakelkite imobilizuotą galūnę, jeigu tai nesukelia nukentėjusiam žmogui nepatogumo.

Jeigu sunku nustatyti, koks galūnės sužalojimas: išnirimas, panirimas, patempimas ar lūžis, pagalbą teikite lyg lūžio atveju. Šlaunikaulio lūžis yra gyvybei pavojingas sužalojimas, kurį nedelsiant turi pradėti gydyti medikai.

KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokie trauminiai sužeidimai gali nutikti žmogui?
2. Koku principu vadovaujantis reikia teikti pagalbą žmogui, patyrusiam trauminį sužeidimą? Kodėl būtent tokiu principu?

Apsinuodijimas

Tam tikras kiekis nuodų, patekęs į organizmą, gali sukelti trumpalaikį arba nuolatinį audinių pažeidimą ar sveikatos sutrikimą. Nuodų poveikis organizmui priklauso nuo daugelio dalykų: nuodų rūšies, kiekio, patekimo būdo, apsinuodijusio žmogaus amžiaus, svorio, gretutinių ligų ir kt. Apsinuodijimas gali pasireikšti per kelias sekundes, valandas ar po kelių dienų. Kai kurie nuodai gali organizme kauptis lėtai ir po daugelio metų sukelti vėžines ar kitas ligas. Apsinuodijama atsitiktinai (pavyzdžiui, kai apsirikus pavartojama įvai-

rių medžiagų) arba tyčia (pavyzdžiui, savižudybės ar kriminaliniu tikslu, piktnaudžiaujant alkoholiu ar narkotikais). Lietuvoje apie 50 proc. sunkaus apsinuodijimo atvejų susiję su alkoholio vartojimu. Svarbu žinoti, kaip nuodas į organizmą pateko, nes nuo to priklauso pirmoji pagalba ir iš dalies tolesnis apsinuodijusio žmogaus gydymas. Galima apsinuodyti pro burną (nuryjant), per odą, įkvėpiant, per akis, injekciniu būdu (įkandus ar įgėlus).

Pagalbos veiksmai atliekami vadovaujantis santrumpa P–P–P (Patikrink–Paskambink–Padėk). Nebandykite sukelti vėmimo, nebent tai daryti rekomenduotų specialistas. Jei apsinuodijusio žmogaus būklė yra pavojinga gyvybei, kvieskite pagalbą numeriu 112, vertinkite ir palaikykite gyvybines funkcijas. Jei būklė nepavojinga gyvybei, konsultuokitės su Apsinuodijimų informacijos biuru (tel. +370 5 236 20 52), kuris dirba visą parą. Jei apsinuodijęs žmogus yra nesąmoningas, bet kvėpuoja, paguldykite jį į stabilią padėtį ant kairiojo šono. Kai žmogus nesąmoningas ir nekvėpuoja, kvieskite pagalbą numeriu 112 ir nedelsdami pradėkite gaivinti. Jei nežinote, kaip gaivinti, klauskite greitosios medicinos pagalbos dispečerio ir bandykite tai daryti. Nepalikite nesąmoningo apsinuodijusio žmogaus be priežiūros. Sąmoningo apsinuodijusio žmogaus paklauskite, ko, kiek, kada ir kaip jis vartojo. Išsaugokite šalia nukentėjusio žmogaus rastas tuščias pakuotes ar galbūt apsinuodijimą sukėlusios medžiagos pavyzdį. Duokite aktyvintųjų anglių tablečių, jei rekomendavo Apsinuodijimų informacijos biuras.

PAGALBA

Artėjant į įvykio vietą, pirmiausia reikia nuspręsti, ar aplinka yra saugi. Stebėkite, ar nėra atviros liepsnos, dūmų, kvapų, kybančių elektros laidų, išpėjamųjų signalų apie cheminę ir radiacinę taršą. Jeigu aplinka pasirodys nesaugi, nedelsdami skambinkite numeriu 112, informuokite apie situaciją ir laukite, kol atvyks atitinkamos tarnybos (jeigu jums gresia tiesioginis pavojus, nesiartinkite prie nukentėjusio žmogaus, neikite į gaisro židinį).

TERMINIO NUDEGIMO ATVEJAI nusprendę, kad aplinka saugi, suraskite nukentėjusį žmogų ir nutraukite žalojantį poveikį, jeigu jis yra. Skubiai išveskite ar išneškite nukentėjusį iš karščio poveikio zonos. Jeigu dega drabužiai, užgesinkite juos. Skubiai įvertinkite nukentėjusio žmogaus būklę, didelį dėmesį skirdami kvėpavimui. Apžiūrėkite, ar neapdegęs veidas ir kaklas. Įtarę, kad kvėpavimo takai nudegę, nedelsdami skambinkite numeriu 112 ir kvieskite greitąją medicinos pagalbą, tada toliau stebėkite kvėpavimą. Jei nukentėjusysis nesąmoningas, tikrinkite, ar kvėpuoja, palaikykite atvirus kvėpavimo takus, jei nekvėpuoja – kvieskite pagalbą numeriu 112, pradėkite gaivinti. Jei nukentėjusysis sąmoningas, kalbėkite su juo, klauskite, kaip viskas atsitiko. Užkimimas, dusulys, bet koks sunkus kvėpavimas, suodžiai ant lūpų arba seilėse, nudegęs veidas ir kaklas yra kvėpavimo takų nudegimo požymiai, rodantys, kad kyla didelė grėsmė kvėpavimo takams, nes dėl greito jų tinimo gali tapti nepraeinami. Vėsinkite nudegusią vietą. Net pašalinus karščio šaltinį, minkštųjų audinių nudegimas didėja dar kelias minutes, todėl svarbu kuo anksčiau nudegimo vietą pradėti vėsinti dideliu kiekiu kambario temperatūros (18–20 °C) ar kiek šaltesniu švariu vandeniu, geriausia silpna tekančio vandens srove mažiausiai 20 minučių. Jei nėra vėsaus ar šalto vandens srovės, galima uždėti vėsius ar šaltus švaraus vandens kompresus ir juos nuolat drėkinti. Ledo kompresai netinka. Vėsinama ne trumpiau kaip 20 min., iki tol, kol nukentėjęs žmogus, nustojęs vėsinti, pradeda nejauti skausmo. Dar vėsindami numaukite apyrankes, žiedus, nuimkite kitus papuošalus, nusekite laikrodį ir kitus daiktus, kurie, audiniams pradėjus tinti, galėtų spausti nudegusią vietą. Po to aptvarstykite visą nudegimo plotą, įskaitant ir apanglėjusius drabužius aplink žaizdą, švariais sausais tvarsčiais, trikampėmis medvilninėmis skarelėmis ar kitokia švaria medžiaga.

CHEMINIO ODOS NUDEGIMO ATVEJAI, jeigu įmanoma, pasistenkite išsiaiškinti, kokia cheminė medžiaga sukėlė sužalojimą. Būtinai naudokitės guminėmis ar lateksinėmis pirštinėmis. Jei galite padaryti tai saugiai, išveskite ar išneškite nukentėjusį žmogų iš cheminėmis medžiagomis užterštos aplinkos. Sausas chemines medžiagas nuo odos pasistenkite pašalinti sausuoju būdu, t. y. jas nugrandykite ar nutrinkite sausu medžiagos gabalėliu ar kartono lapu. Svarbu iš pradžių sausai pašalinti kuo didesnę cheminės medžiagos kiekį, nes paveikta vandens ji gali odą pažeisti labiau nei sausa. Toliau pažeistą vietą plaukite dideliu kambario temperatūros (18–20 °C) vandens kiekiu (geriausia silpna tekančio vandens srove) mažiausiai 15 min., kol nukentėjęs žmogus nejaus skausmo arba atvyks greitoji medicinos pagalba. Plaunant vandeniu reikia stengtis, kad jo kuo mažiau tekėtų per nepaveiktas cheminės medžiagos kūno vietas. Nepakankamai išplauta cheminė medžiaga gali pažeisti sveiką kūno dalį. Cheminei medžiagai patekus į akis, skubiai plaukite tekančiu vandeniu 10–20 min. iš vidinio akies kampo, stengdamiesi, kad vanduo ištektų pro išorinį akies kampą. Vertinkite nukentėjusiojo būklę. Nedelsdami kvieskite greitąją medicinos pagalbą. Aptvarstykite visą nudegimo plotą švariais tvarsčiais. Suteikite nukentėjusiam žmogui patogią padėtį: paguldykite, pasodinkite, apklokite jį. Kol atvyks pagalba, stebėkite jo būklę.



KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Nurodykite priežastį, kuri Lietuvoje lemia apie 50 proc. visų apsinuodijimo atvejų. Kaip manote kodėl?
2. Kokie galimi veiksmai teikiant pagalbą apsinuodijusiam žmogui?

Nudegimas

Nudegimas – tai odos ir poodinių audinių suirimas, sukeltas išorės veiksnių. Nudegimą gali sukelti tiesioginis sąlytis su ugnimi ar įkaitusiais daiktais, sausas karštis, trintis, karšti skysčiai ir garai, korozinės medžiagos (rūgštys, šarmai), elektros srovė, radiacija. Karštų skysčių ar garų sukeltas nudegimas vadinamas nuplikymu. Nuo nudegimo sunkumo priklauso, ar kviesti greitąją medicinos pagalbą, ar ne. Dažniausiai nuspręsti nelengva, nes labai sunku tiksliai įvertinti nudegimo dydį tuoj pat po nudegimo. Skambinti numeriu 112 ir kviesti greitąją medicinos pagalbą reikia šiais atvejais: nudegimą patyrusio žmogaus sutrikęs kvėpavimas; nudegę daugiau nei viena kūno dalis arba nudegimas apėmęs gana didelę kūno dalį; įtariama, kad nudegę kvėpavimo takai; nudegusi galva, kaklas, plaštakos, pėdos ar lytiniai organai; apdegę jaunesni kaip 5 metų ar vyresni kaip 60 metų žmonės; nudegimai patirti dėl cheminių medžiagų, elektros energijos ar sprogimų; kyla bent menkiausia abejonė dėl nudegimo.

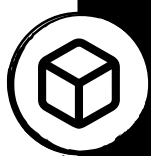


KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Kokiais atvejais reikia skambinti numeriu 112 ir kviesti greitąją medicinos pagalbą žmogui nusideginus?
2. Ko negalima daryti teikiant pagalbą nudegimą patyrusiam žmogui?
3. Kokie yra būtini veiksmai teikiant pagalbą nudegimą patyrusiam žmogui?

Apibendriname

Susirgti ūmine liga ar susižeisti gali bet kas ir bet kada. Būtiniosios medicinos pagalbos sistema negalėtų tinkamai veikti be pirmosios pagalbos teikėjų. Išmokę atpažinti pavojingą būklę, įvertinti situaciją ir pradėti neatidėliotinus veiksmus, iškviestą greitąją medicinos pagalbą ir teikdami pirmąją pagalbą, kol atvyks medikai, jūs gelbstite žmonių gyvybes. Pagalbos veiksmų eigą nusako santrumpa P–P–P (Patikrink–Paskambink–Padėk). Įsitikinę, kad aplinka saugi, nustatykite, ar nukentėjusio žmogaus būklė pavojinga gyvybei. Jei yra nors vienas iš šių požymių: žmogus be sąmonės, smarkiai kraujuoja, nekvėpuoja arba dūsta, nėra kraujotakos požymių arba ji susilpnėjusi, skauda krūtinę, nedelsdami numeriu 112 kvieskite greitąją medicinos pagalbą ir teikite pirmąją pagalbą.



Apibendrinimas

NAGRINĖDAMI ŠIĄ TEMĄ, MES SUPRATOME:

1. Pirmosios pagalbos tikslai: išsaugoti gyvybę, neleisti nukentėjusio žmogaus būklei blogėti, apsaugoti jį nuo naujų sužeidimų, užtikrinti gijimą.
2. Pagalbos veiksmai atliekami vadovaujantis santrumpa P–P–P (Patikrink–Paskambink–Padėk).
3. Pirmiausia nustatykite, ar nėra gyvybei pavojingos būklės, ir palaikykite pagrindines nukentėjusiojo gyvybines funkcijas, kol atvyks medikai.
4. Gyvybei pavojinga būklė yra sąmonės ar kvėpavimo išnykimas arba dusulys, kraujotakos požymių išnykimas, sunkus kraujavimas, krūtinės skausmas.



5. Jei yra sunkus išorinis kraujavimas, anafilaksinė reakcija ar užspringimas, o esate su nukentėjusiuoju vienas, pirmiausia nedelsdami pradėkite teikti pagalbą (stabdykite išorinį kraujavimą, padėkite susileisti vaistų automatinio švirkšto ar teikite pagalbą užspringusiajam), tada kvieskite greitąją medicinos pagalbą. Kitais atvejais pirmiausia kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112, tada pradėkite teikti pagalbą.
6. Gaivinimo metu kartojami 30 krūtinės paspaudimų ir 2 įpūtimų ciklai, naudojamas automatinis išorinis defibriliatorius.
7. Visiško užspringimo atveju žmogus skleidžia aukštus garsus arba silpnai ar be garso kosi, negali kalbėti ar verkti. Žmogus gali linktelėti galvą paklausus, ar užspringo, rodyti žinomą užspringimo ženklą. Tuomet atliekami smūgiai į tarpumentę ir Heimlich'o stūmiai.
8. Gyvybei pavojingas kraujavimas stabdomas tiesioginiu spaudimu, taip pat naudojant turniketą ar hemostatinius tvarsčius.
9. Miokardo infarkto atveju skiriamas aspirinas.
10. Rekomenduojama kūno padėtis šoko metu – horizontali, ant nugaros (aukštiekninka) arba pakėlus laikyti nukentėjusio žmogaus kojas 30–60 laipsnių kampu.
11. Ištikus anafilaksijai, padėkite žmogui rasti automatinį švirkštą ir susileisti specialiai paruošto adrenalino.
12. Įtarus insultą, svarbu kuo greičiau kviesti greitąją medicinos pagalbą numeriu 112, įvertinti ir palaikyti gyvybinius požymius.
13. Jei apsinuodijusio žmogaus būklė yra pavojinga gyvybei, kvieskite greitąją medicinos pagalbą, vertinkite ir palaikykite gyvybines funkcijas. Jei būklė nepavojinga gyvybei, konsultuokitės su Apsinuodijimų informacijos biuru tel. +370 5 236 20 52 (jis dirba visą parą).
14. Jei nėra gyvybei pavojingos būklės, bet įtariate griaučių ir minkštųjų audinių sužeidimą, suteikite nukentėjusiam žmogui patogią padėtį, imobilizuokite galūnę ir pažeistą vietą šaldykite. Jei galima, pakelkite sužalotą vietą. Nepalikite nukentėjusio žmogaus be priežiūros. Kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

15. Terminio nudegimo atvejais nudegusią vietą reikia vėsinti dideliu kiekiu kambario temperatūros ar kiek šaltesniu švriu vandeniu, geriausia silpna tekančio vandens srove mažiausiai 20 minučių. Aptvarstykite visą nudegusį kūno plotą. Jei reikia, kvieskite greitąją medicinos pagalbą numeriu 112.



APIBENDRINAMIEJI KLAUSIMAI IR UŽDUOTYS

1. Paaškindite, kas yra gyvybei pavojinga būklė.
2. Kaip nustatyti gyvybei pavojingą būklę?
3. Išvardykite pirmosios pagalbos tikslus.
4. Kokius pagalbos veiksmus nusako santrumpa P–P–P?
5. Kodėl, teikiant pirmąją pagalbą, kyla pavojus užsikrėsti infekcinėmis ligomis?
6. Kuriais atvejais pirmiausia teiksite pagalbą, po to skambinsite greitajai medicinos pagalbai?
7. Paaškindite, kas yra gyvybės grandinė.
8. Ar jums jau yra tekę teikti pirmąją pagalbą? Jei taip, pasidalykite savo patirtimi, kas jums pavyko, o kas nepasisekė.
9. Kaip manote, kodėl kiekvienas žmogus turėtų mokėti teikti pirmąją pagalbą?
10. Pasvarstykite, kas jums būtų sunkiausia patekus į situaciją, kai žmogui yra būtina pirmoji pagalba.

Žodynelis



ANAFILĀKSIJA – gyvybei pavojinga, ūmiai besivystanti sunki alerginė reakcija, pažeidžianti organizmo sistemas.

AUTOMĀTINIS IŠORINIS DEFIBRILIATORIUS – tai kompiuterinis prietaisas, kuris analizuoja širdies ritmą, atpažįsta sutrikimą ir išskiriamu elektros impulsu atkuria normalų širdies darbą.



„BREXIT“ – Didžiosios Britanijos pasitraukimo iš Europos Sąjungos procesas.



CBRB – cheminė, biologinė, radiologinė ir branduolinė sauga.

CIVILINIS MOBILIZACINIS PERSONĀLAS – Lietuvos Respublikos piliečiai, kurių veikla yra būtina siekiant užtikrinti mobilizacijos planuose numatytų priemonių ir veiksmų vykdymą, jie užtikrina valstybei gyvybiškai svarbias funkcijas.



DEFIBRILIACIJA – gydymo metodas, kuriuo šalinamas širdies skilvelių arba prieširdžių virpėjimas, širdį paveikiant trumpu elektros impulsu arba vaistais.

DIVERSĀNTAS – specialiai apmokytas ir parengtas specialiosios paskirties dalinių karys,

galintis vykdyti įvairias operacijas ir dažniausiai veikiantis prieš užnugaryje.



GENOCIDAS – tautinės, rasinės ar religinės grupės naikinimas.

GYVYBĖS GRANDINĖ – tai veiksmai, kuriuos eilės tvarka turi atlikti kiekvienas, esantis šalia sąmonės netekusio žmogaus.

GRĖSMĖ – gresianti nemaloni padėtis ar pavojus, pavyzdžiui, karo grėsmė.



HEIMLICO STŪMIS – amerikiečių chirurgo Henrio Heimlich aprašytas užspringusiųjų gelbėjimo metodas.

HUMANITĀRINIS KORIDORIUS – laikinai demilitaruota zona, skirta pabėgėliams saugiai palikti karo zoną ir humanitarinėms labdaros organizacijoms bei jų darbuotojams patekti į ginkluoto konflikto paveiktas teritorijas.



IMOBILIZACIJA – ramybės būsenos sudarymas (neleidžiant judėti) sužalotai arba nesveikai kūno daliai. Imobilizacija mažina skausmą, padeda išvengti skausmo sukulto šoko esant žaizdai ar atviram lūžiui, trukdo plisti mikrobams.

INSULTAS – galvos smegenų pažeidimas, kurį sukelia staiga nutrūkusi tam tikros smegenų dalies kraujotaka arba kraujo išsiliejimas į smegenis. **Išeminis insultas** patiriamas užsikimšus smegenis maitinančiai kraujagyslei.

Hemoraginis insultas patiriamas plyšus kraujagyslei ir išsiliejus kraujui į galvos smegenis ar jų dangalus.

INVAZIJA – kariniai veiksmai, kuriuos vykdo vienas objektas įsiverždamas į kito objekto teritoriją.

IŠVYKIMO KREPŠYS – įvairių daiktų rinkinys, reikalingas asmeniui kilus įvairioms ekstremaliosioms situacijoms tam, kad jis be didesnės pagalbos galėtų išgyventi ne trumpiau kaip 72 valandas.



KIBERNĖTINĖ ERDVĖ – aplinka, kurią sudaro kompiuteriai ir kita ryšių bei informacinių technologijų įranga ir juose sukuriamą ir (arba) jais perduodama elektroninė informacija.

KIETŪJŲ GALIA – prievartinė diplomatija, kišimasis į kitos valstybės vidaus reikalus grasinant panaudoti ar naudojant atgrasymą, šantažą, karines ir ekonomines sankcijas.

KOLABORANTAS – asmuo, bendradarbiaujantis su priešu ar okupacine valdžia, teikiantis jiems informaciją ir vykdamas nurodymus.

KOMBATANTAS – asmuo, veikiantis kariaujančios valstybės ginkluotųjų pajėgų sudėtyje, dalyvaujantis karo veiksmuose, išskyrus karo žurnalistus, juristus, medicinos, religinių ir kt. aptarnaujančių personalą. Kombatantais laikomi ir neokupuotos teritorijos civiliniai gyventojai, jeigu jie apsiginkluoja priartėjus priešo kariuomenei, taip pat pasipriešinimo judėjimų nariai ir partizanai.

KONTŪZIJA – stiprus viso organizmo sutrenkimas, sukeltas sprogo bangos, grunto ar sniego griūtės ir pan. arba dalies minkštųjų audinių sumušimas paprastai kietu buku daiktu nepažeidžiant odos vientisumo.

KRITINĖ BŪKLĖ – žmogaus gyvybei pavojinga būklė, kuri gali pasireikšti tam tikro lygio kvėpavimo, kraujotakos, galvos smegenų

veiklos ar kitų organizmo funkcijų sutrikimu ir kuriai ištikus reikia imtis gaivinimo ir kitų pirmosios pagalbos priemonių, stengiantis išsaugoti žmogaus gyvybę.



MARODIĖRIUS – civilis arba kareivis, grobiantis karo lauke nukautųjų arba sužeistųjų daiktus, plėšiantis civilius gyventojus.

MELAGIENA (angl. *Fake News*) – naujienos, kuriomis paprastai siekiama sugriauti fizinio ar juridinio asmens reputaciją, kartais siekiama iš to pasipelnėti.

MIGRANTŲ KRIZĖ – dažniausiai nelegalūs migrantų srautai iš Afrikos ir Azijos, mėginantys patekti į Europos valstybes.

MIOKARDO INFARKTAS – širdies raumens dalies pažeidimas ar žūtis dėl širdies kraujotakos sutrikimo.



NEŠVARIŲJŲ BŪMBA – įtaisas, kuriuo, naudojant įprastinius sprogmenis, paskleidžiama radioaktyviųjų medžiagų – radionuklidų.



PAVŪJUS – tam tikro įvykio arba išsipildžiusios grėsmės neigiamas padarinys, kenkiantis žmogaus sveikatai ar gyvybei, taip pat turto saugumui.

PILIEŖINIS NEPAKLUSNUMAS – neprievartinis ir sąmoningas tam tikrų valstybės ar kitos galios įstatymų, pareigų arba įsakymų nevykdymas.

PIRMINĖ APŽIŪRÀ – nukentėjusio žmogaus apžiūra siekiant nustatyti gyvybei pavojingą būklę.

PIRMŲJŲ PAGALBA – pradinės pagalbos nukentėjusiam suteikimas ligos arba susižalo-

jimo atveju, dažniausiai atliekamas pašalinio žmogaus, kol bus suteikta profesionali medicinos pagalba.

PUSĖJIMO TRUKMĖ – laikas, per kurį vykstant bet kuriam procesui jame dalyvaujančios medžiagos kiekis sumažėja perpus; vienas pagrindinių radioaktyviųjų cheminių elementų parametrų.



RIZIKA – galimos aplinkybės ar veiksniai, dėl kurių apsisprendimas imtis tam tikros veiklos, veiksmo, priemonės arba jų nesiimti gali turėti neigiamų padarinių.



SOCIÄLINIAI NERAMŪMAI (SOCIÄLINIAI ĮVYKIAI) – konfliktinės situacijos, kurios kyla dėl neramumų visuomenėje, manipuliavimo jausmais, informacija ir pan.

SPAUDŽIAMASIS TVARSTIS – tvarstis, naudojamas kraujuojančiai žaizdai sutvarstyti, kai kraujavimas sustoja, siekiant palaikyti spaudimą kraujavimo židinyje.

SOCIÄLINIO PŪBŪDŽIO SITUÄCIJA – kolektyviniai veiksmai, protestai, demonstracijos ar judėjimai, kuriuos vykdo asmenų grupės, nepatenkintos esama padėtimi arba tam tikrais valdžios sprendimais.

SUNKŪS IŠŪRINIS KRAUJÄVIMAS (GYVŪBEI PAVŪJINGAS KRAUJÄVIMAS) – kraujavimas iš žaizdos, kuris nesustoja net naudojant tiesioginio užspaudimo būdą, toks kraujavimas labai pavojingas gyvybei.

SUŽEIDIMAS – žmogaus kūno dalių ir organų sužalojimas, keičiantis jų formas ir funkcijas. Sužeidimai būna šautiniai (kulų, skeveldrų) ir nešautiniai.



ŠKVÄLAS – staigus trumpas vėjo sustiprėjimas, po kurio paprastai pakinta ir vėjo kryptis. Sukelia horizontalus oro sūkurys perkūnijos debesyje arba po juo. Trunka keletą minučių, vėjo greitis dažnai būna 20–30 m/s.

ŠŪKAS – staigus gyvybei pavojingi simptomai, staigus organizmo ar jo organų sistemos funkcionavimo pasikeitimas; šoką sukelia labai stiprūs išoriniai (pvz., trauma) ir vidiniai (pvz., skausmas sergant miokardo infarktu) dirgikliai.

ŠVELNIŪJŲ GALIA – valstybės gebėjimas siekti savo interesų remiantis ne karine jėga, o gebėjimu įtikinti kitas valstybes ir visuomenes sekti jos ekonominiu, socialiniu, kultūriniu pavyzdžiu.



TECHNOLŪGINĖ NELÄIMĖ – nelaimė, kurią sukelia technologinės struktūros gedimas ir (arba) žmogaus klaidos valdant ar tvarkant technologiją.

TIESIŪGINIS UŽSPAUDIMAS – kraujavimo iš žaizdos stabdymo būdas, kai stipriai spaudžiama žaizda, uždengta specialiu tvarščiu ar švriu audiniu.

TURNIKĖTAS – instrumentas kraujagyslėms suspausti stabdant kraujavimą.



URAGÄNAS – nepaprastai smarkus ilgai pučiantis vėjas, kurio greitis – daugiau kaip 33 m/s.



ŪMINĖ LIGÄ – liga, turinti greitą eigą.

NACIONALINIS SAUGUMAS IR KRAŠTO GYNYBA

Vadovėlis
III gimnazijos klasei
2 dalis

Projekto vadovas
Atsakingasis redaktorius
Grafikos dizainerė
Iliustracijų autorius
Kalbos redaktorė

mjr. Darius Jakimavičius
dr. Mindaugas Nefas
Raimonda Namikaitė
Edvardas Rudvalis
dr. Nerija Jodelienė

TIRAŽAS
10 000 egz.

IŠLEIDO
Generolo Jono Žemaičio
Lietuvos karo akademija
Šilo g. 5A, LT-10322 Vilnius

SPAUSDINO
Uždaroji dizaino ir leidybos
akcinė bendrovė „Kopa“
M. K. Čiurlionio g. 82A, LT-03100 Vilnius