

РЪКОВОДСТВО ПО ОЦЕЛЯВАНЕ НА 8A8
Джон Уайзман

Първо издание на български език, 2002 от
Издателство АРАТРОН
п. к. 1587, София 1000

© Издателство АРАТРОН, 2002
© Цветан Убенов - превод от английски
© Светлана Драгостинова -
художествено оформление на корицата
Румяна Стоянова - редактор
Мариана Василева - коректор

Всички права са запазени. Никаква част от тази книга
не може да бъде възпроизвеждана в каквато и да е форма
без писменото разрешение на Издателство АРАТРОН.

ISBN 954-626-114-9

СЪДЪРЖАНИЕ

УМЕНИЯ ЗА ЛАГЕРУВАНЕ

343

ПОДСЛОН/ПОСТРОЯВАНЕ НА ЛАГЕР
ОГЪН
ГОТВЕНЕ
ОРГАНИЗИРАНЕ НА ЛАГЕРА
СЕЧИВА
ОБЗАВЕЖДАНЕ НА ЛАГЕРА
ЖИВОТИНСКИ ПРОДУКТИ
ДРЕХИ
ВЪЖЕТА И ВЪРВИ
ВЪЗЛИ



[РАЗЧИТАНЕ НА ЗНАЦИ

475

КАРТИ
ОТКРИВАНЕ НА ПОСОКАТА
СИГНАЛИ ЗА ВРЕМЕТО



НА ПЪТ

503

РЕШЕНИЕТО ДА ПОЕМЕТЕ НА ПЪТ
ПЛАНИРАНЕ НА МАРШРУТ
ДВИЖЕНИЕ НА ГРУПИ
ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ПЛАНИНАТА
ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ДЖУНГЛАТА
ВОДНИ ПЪТИЩА



ЗДРАВЕ

530

ПРИОРИТЕТИ ПРИ ПЪРВА ПОМОЩ
ПРОЦЕДУРИ
ПРИРОДНА МЕДИЦИНА
ОПАСНИ ЖИВОТНИ
ОТРОВНИ ЗМИИ
ОПАСНИ РИБИ И МОРСКИ ЖИВОТНИ



ОЦЕЛЯВАНЕ В МОРЕТО

651

ЧОВЕК ИЗВЪН БОРДА
ОЦЕЛЯВАНЕ В МОРЕТО
ОПАСНИ РИБИ
АКУЛИ
СЛИЗАНЕ НА БРЕГА



СПАСЯВАНЕ

679

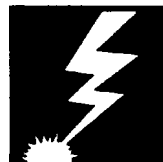
СИГНАЛИЗИРАНЕ
СИГНАЛИ И КОДОВЕ
ТЪРСЕНЕ
СПАСЯВАНЕ С ХЕЛИКОПТЕР



ПРИРОДНИ БЕДСТВИЯ

708

СУША
ПОЖАР
ГАЗОВЕ И ХИМИКАЛИ
НАВОДНЕНИЕ
ЛАВИНА
УРАГАН
ТОРНАДО



СВЕТКАВИЦА
ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ
ВУЛКАН
РАДИАЦИЯ
ЯДРЕНА ЕКСПЛОЗИЯ
ДОМАШЕН ФРОНТ

ПОСЛЕПИС

770

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Техниките за оцеляване, описани в тази книга, са предназначени за използване при извънредни обстоятелства, където безопасността на индивида е поставена на карта. В съответствие с това издателите не могат да поемат никаква отговорност по всякакви съдебни искове, заведени срещу даден индивид или организация вследствие от използването или неправилното използване на някоя от описаните техники или в резултат от загуба, нараняване или повреда, причинени по този начин. Най-важно при прилагане на описаните техники за оцеляване е спазването на правата на собствениците на земя, както и на всички закони, защитаващи определени животински и растителни видове и контролиращи използването на огнестрелните и другите видове оръжия.



ЧАСТ ПЕТА

УМЕНИЯ ЗА ЛАГЕРУВАНЕ

Да изберете къде да лагерувате и да знаете как да си направите добър подслон са основни умения. Тук са описани широк набор от методи за построяване на подслон с използването, на подръчни материали - от най-елементарната преграда срещу вятъра до подслони, годни за продължително обитаване.

Ще имате нужда от огън и от това да изберете подходящата конструкция на огнището. Описани са подробно огнища, предназначени за отопление и за готвене. Насоките за приготвянето на храна и съхраняването ѝ ще ви дадат увереност, че храната е безопасна и няма да се похаби. Организацията на лагера и хигиената са толкова важни за здравето и духа на самотния бедстващ, колкото и за една голяма група от хора.

Методите за направа на инструменти, лагерно оборудване, дрехи, въжета и мрежи ще подобрят условията на оцеляване, а уменията за връзване на възли имат многостранно приложение.

ПОДСЛОН/ПОСТРОЯВАНЕ НА ЛАГЕР:

*Къде да лагеруваме • Видове подслон • Временни подслони
• Леки конструкции • Тропически подслони • Бамбук •
Арктически подслон • Дълготраен подслон*



ОГЪН:

*Прахан • Подпалки • Гориво и Запалване • Видове
огън*

ГОТВЕНЕ:

*Методи • Кухненски прибори • Съхраняване на храната •
Съвети за готвене*

ОРГАНИЗИРАНЕ НА ЛАГЕРА
ИНСТРУМЕНТИ
ОБЗАВЕЖДАНЕ НА ЛАГЕРА
ЖИВОТИНСКИ ПРОДУКТИ
ДРЕХИ
ВЪЖЕТА И ВЪРВИ:

Грижа и използване на въжетата • Изработване на въжета

ВЪЗЛИ:

Прости възли • Свързване на въжета • Възли за правене на примки • Моряшки възли • Скъсяване на въжетата • Закрепване на товари • Свързване • Изработване на мрежи • Рибарски възли

ПОДСЛОН И ПОСТРОЯВАНЕ НА ЛАГЕР



Подслонът е необходим, за да ви осигури сянка, да спре вятъра и дъжда и да задържи топлината. Сънят и адекватната почивка са много важни и времето и усилията, които изразходвате за това да направите своя подслон колкото се може по-удобен, ще направи по-лесно тяхното осъществяване. Ако сте жертва на самолетна катастрофа или на автомобил, който се е развалил, те могат да ви осигурят подслон или най-малкото материали, от които вие да го построите, но ако има пожар или опасност от експлозия на гориво, изчакайте, докато всичко изгори, преди да се опитате да спасите нещо от останките.

Ако сте лишени от оборудване в резултат на злополука, ако сте попаднали в капана на неочаквана мъгла или падането на нощта ви е заварило на терен, при който продължаването на пътуването крие известни рискове, ако изтощение или раняване не ви позволяват да продължите напред, вие ще трябва да се задоволите с всеки естествен подслон за през нощта или поне докато успеете да направите по-цялостна преценка на ситуацията. При това положение всяка защита от вятъра, дъжда и студа ще е

добре дошла. Ако спускането по някакъв склон ви се струва рисковано, дори и най-краткото напречно придвижване по профила на терена може да ви скрие от вятъра. Ако няма никаква пещера или цепнатина, в която да се подслоните, използвайте всяка дупка в земята, която откриете. Увеличете дълбочината ѝ, ако имате възможност, като натрупате камъни около нея, но се уверете, че съоръжението, което издигате, е стабилно и устойчиво. Използвайте раницата си, ако разполагате с такава, за да увеличите защитата от вятъра, преди да се настаните откъм подветрената страна.

Ако все още е достатъчно светло, за да можете да виждате наоколо, нямате рани и навяхвания, които да ви пречат, и не сте изолирани от непристъпни скали или други препятствия, може би ще си струва да потърсите по-добро място в близката околност. За един по-дълготраен лагер ще трябва да намерите безопасно място, предоставящо максимално добри условия за задоволяване на основните ви потребности.

Къде да лагеруваме

Ако се намирате на високо, открито място, спуснете се надолу, за да откриете място за лагеруване, но ако сте на ниска, влажна земя, трябва да се изкачите по-високо, за да намерите някое по-сухо място. Търсете място, защитено от вятъра, издигнато, така че да няма опасност от наводнение и от падащи камъни и лавини.

ЛОШИ МЕСТА ЗА ЛАГЕРУВАНЕ

- 1. Върхове на хълмове, изложени на вятъра (спуснете се надолу и потърсете подслон),*
- 2. Дъна на долини и дълбоки дупки - могат да бъдат наводнени и особено когато времето изглежда ясно, много вероятно е да измръзнете през нощта.*
- 3. Тераси на хълмисти терени, където почвата задържа влагата.*
- 4. Хребети, водещи надолу към вода, които често са маршрути към местата за водопой на животните.*

Горещият въздух се издига, студеният се спуска, така че в дъното на долините често ще се задържат пластове студен въздух, а при студено време е много вероятно да паднат слани и влажни мъгли. На местата, където вали често, терасите, разположени напречно на даден склон, често ще бъдат по-влажни от по-стръмните участъци под и над тях, защото водата се събира там, преди да се изтече надолу по склона.

В идеалния случай трябва да сте близо до вода, с достатъчно запаси от дърва край вас. Построяването на лагер прекалено близо до вода обаче може да доведе до това да бъдете безпокоени от насекоми, а шумът на течащата вода да заглуши другите звуци, които могат да бъдат сигнал за опасност или идващи от търсещите, спасителни групи.

На брега на реките потърсете белези за най-високото ниво на водата: в планинските местности потоците могат за минути да се превърнат в порой, повишавайки нивото си до 5 м за един час! Дори в равнините избягвайте старите корита на реките, независимо колко сухи са те. Проливните дъждове в близките планини много лесно могат да изсипят в тях огромни количества вода практически без никакво предупреждение. Изберете място, което е горе — долу равно и без скали, и се уверете, че разполагате с достатъчно място за нареждане на сигнали, така че лесно да бъдете забелязани от спасителните отряди.

Проверете над главата си за гнезда на пчели или стършели и за изсъхнали дървета в гората, които могат да паднат при буря или по-силен вятър. Стойте далеч от самотните дървета, които привличат светкавиците, а в гористите местности стойте накрая на гората, откъдето можете да наблюдавате какво става около вас. Не издигайте лагера си върху пътека на животни, ако не желаете мародерстващи животни за свои неканени гости или ако не искате да откриете своя бивак, стъпкан от стадо, отпредило се на водопой; все пак останете близо до всяка човешка следа, която забележите.

ВИДОВЕ ПОДСЛОН

Видът подслон, който ще построите, ще зависи от условията на конкретното място и от достъпните материали, както и от това колко време ще се нуждаете от него. За незабавна защита от природните стихии издигнете с подръчни материали временен подслон, докато си построите нещо по-добро и постоянно. Ако сте решили да останете на място и да изчакате спасителните групи, можете да построите по-дълготраен и удобен подслон, в зависимост от времето и вашата енергичност.

От друга страна, онези, които са се отправили на път в търсене на по-безопасно място, могат да строят временни подслони на всяко място, на което спират за почивка. Можете дори да ги носите със себе си, ако са достатъчно леки и ако има риск да не откриете подходящи материали на следващото място за почивка.

Един по-постоянен подслон ще е необходим за болните или ранените, които трябва да почиват, за да възвърнат своите сили, или когато се налага да изчакате времето да се оправи, преди да продължите пътуването си. Използвайте това време, за да попълните своето оборудване и припаси.

Временни подслони

Ако не разполагате с никакви материали за построяването на подслон, използвайте всяко прикритие и защита, които са ви подръка: издадени скали, наклони и т.н., които ще ви помогнат да се предпазите от вятъра или дъжда. Използвайте естествените заслони от вятъра за издигането на временните подслони. В напълно откритите равнини седнете с гръб към вятъра и натрупайте зад гърба си целия наличен багаж, за да се предпазвате от вятъра.

Подслон от голям клон

Използвайте клоните, които са се превили към земята, или тези, които са отчасти отчупени от дървото, за да си осигурите основна защита от вятъра, но се уверете, че не са до такава степен счупени, че да се стоварят върху главата ви! Преплетете

останалите клонки, за да направите закритието по-плътно. Иглолистните дървета са по-подходящи за тази техника в сравнение с широколистните, тъй като изискват по-малко вплитане, за да станат добра защита от дъжда.

Направете сходен тип подслон, като завържете счупен клон за основата на друг клон, на мястото, на което той израства от ствола на дървото (а).



Подслон в корените

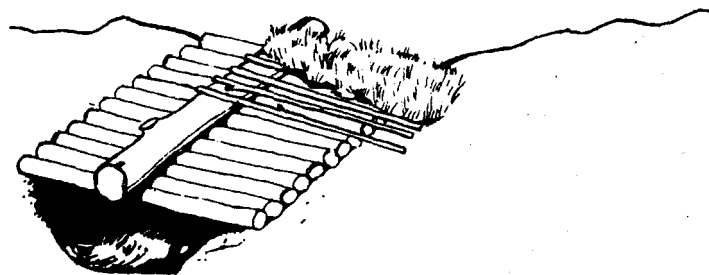
Разстилащите се корени и събраната пръст в основата на някое паднало дърво представляват добра преграда срещу вятъра и бурите, ако те са под подходящ ъгъл спрямо вятъра. Запълването на пролуките между разстилащите се корени обикновено превръща подслона в много по-ефикасно убежище и осигурява добра основа за издигането на един по-сложен подслон с помощта на други материали.

Използване на естествена дупка в земята

Дори плитката вдлъбнатина в земята ще ви осигури защита от вятъра и може да намали усилията, необходими за построяването на подслон. Вземете мерки обаче да отклонявате водата около нея, особено ако тя се намира на някой склон, в противен случай може да се окаже, че лежите в басейн.

Направете покрив, който да ви предпазва от дъжд и да задържа топлината в дупката. Няколко здрави клона, поставени напречно върху дупката, могат да поддържат един лек дънер, върху който да се наредят по-къси клони и пръчки, за да се получи

и, така че водата да може да се стича навън. Запълнете с трева или с клонки и листа.



Паднали дънери

Дънер или паднало дърво сами по себе си представляват добра защита от вятъра, стига да са разположени под подходящ ъгъл спрямо вятъра. Ако разполагате с малък дънер, изкопайте дупка откъм подветрената страна.

Дънерът освен това е чудесна опора, върху която да наредите навес от клони.

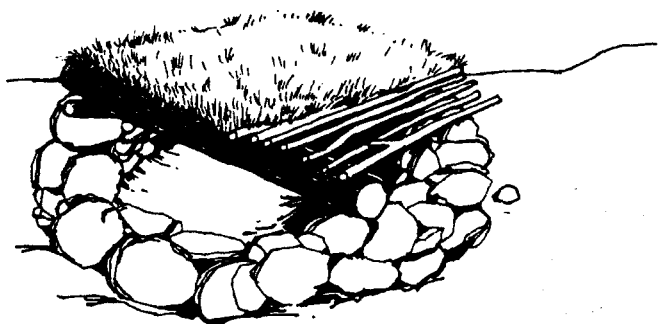


Дренаж и вентилация

Един отводнителен улей, опасващ мястото, на което сте построили своя подслон или върху което направо сте легнали, ще ви позволи да запазите подслона сух. Временните подслони обикновено са с много дупки, през които въздухът може свободно да преминава. Не се опитвайте да ги запушвате всичките, защото се нуждаете от вентилиране на въздуха.

Каменни прегради

Подслонът е много по-удобен, ако можете да седите в него, вместо да лежите, затова увеличете неговата височина, като издигнете ниска стена от камъни около избраната от вас дупка или земна плитчина. Запушете пролуките между камъните, особено между най-долните, с трева и листа, размесени с кал, и отклонете водата от дъжда встрани от подслона, както е посочено на рисунката.



Подслон от фиданки

Ако можете да откриете подходящи млади фиданки, изберете два реда фиданки, разчистете земята между тях от



Ако нямате подръка покривало, изберете или разположете фиданките по-близо една до друга, вплетете в тях клонки и запълнете с напрат и трева.

всичко, което ще ви пречи, и завържете върховете им един за друг, за да образувате опорната рамка за покривалото. Закрепете долните краища на покривалото към земята с камъни или греди.

Сходен подслон можете да направите от гъвкави клони, забити в земята.

Покривало за подслона



Плътна наплетената тъкан, макар и да не е импрегнирана, ще предпазва от дъжда, ако я поставите под остър ъгъл. Направете заслона с две покривала (d). Дъждът много рядко ще успее да премине и през двата пласта. Избягвайте да пипате вълнения плат, който ви служи за покривало, от вътрешната страна по време на дъжд, защото това ще доведе до неговото протичане.

С водонепромокаемо наметало, брезент, парче найлон или картон можете бързо и лесно да построите най-различни подслони, които ще ви свършат работа, докато успеете да изградите нещо по-добро. Възползвайте се от естествените подслони (а) или си направете триъгълен подслон, чийто връх е обърнат към вятъра (б). Закрепете долните краища на покривалото с помощта на колчета или тежести. Ако покривалото е достатъчно дълго, подвийте го под вас по посока на наклона, така че да ви предпазва от водата на повърхността на земята (с). За постелка използвайте суха трева или папрат. Не лягайте върху студена или влажна земя.

Шатри

Най-добре известни със своите северноамерикански форми, шатрите се срещат в много страни. Шатрата, която се издига най-бързо, е с три или повече, разположени под ъгъл един спрямо друг опорни пръти, завързани на мястото, на което се пресичат, за да се образува конус. Те могат да бъдат забити в земята и вдигнати във въздуха, преди да бъдат покрити с кожа, брезова кора или покривало. На върха на шатрата оставете отвор за проветряване.

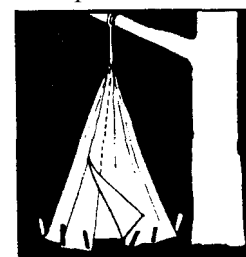
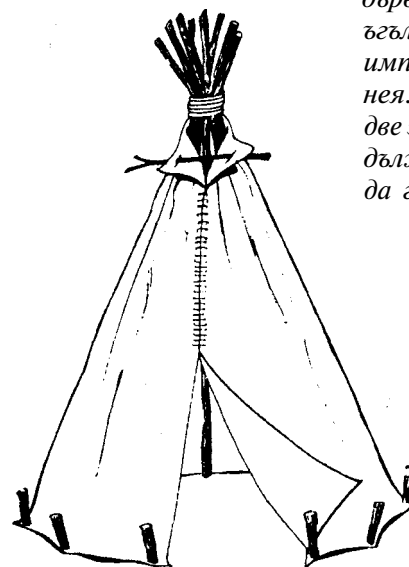


По-големите ъгли ще ви осигурят по-голямо пространство, но и дъждът ще прониква по-лесно вътре в шатрата.

Шатра от парашут

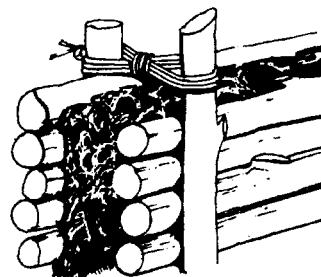
Един парашут, провесен за своя център, се превръща в шатра. Закрепете долните краища за земята с колчета.

Платът от парашут може да се използва за покриване на шатра, но още по-лесно е да го провесите от някое дърво. Нагласете страните под остър ъгъл и дори когато тъканта не е импрегнирана, водата ще се стича по нея. Сгънете парче от парашута на две за капак на входа, разрежете го по дължина и направете връзка, с която да го затваряте.



Стени и заслони от пръчки

Много е лесно да направите стеничка, нареждайки пръчки между две вертикални опори, забити в земята и (ако е възможно) завързани в горния си край. Запушете добре цепнатините, за да не пропускат дъжда и вятъра. Тези стени са идеално средство за построяване на едната стена на подслона, за запушване на някоя

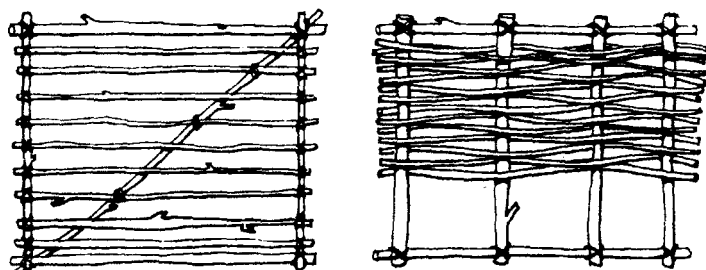


За да изработите едnamного здрава стена от пръчки, увеличете разстоянието между вертикалните опори, използвайте два реда пръчки и докато я издигате, запълвайте пространството между тях с пръст.

дупка на подслона или като топлинен рефлектор зад огъня. Ако наоколо не можете да откриете големи камъни, използвайте този метод за заприщване на реката.

Стенички

Изработете плет и плетени покрития за покриви или стени от гъвкави фиданки, растителни стъбла, треви и дълги листа (или цели, или ако са достатъчно дълги, нарязани за по-здравеоплитане). Най-напред изработете рамката от по-малко гъвкав материал или направо на определеното място, или като отделен панел, който ще поставите по-късно. Завържете основните подпори в съответните позиции. Вплетете в тях по-гъвкавия материал.



Ако не разполагате с никакви връзки, забийте вертикалните пръчки в земята и вплетете между тях фиданки. Запълнете пролуките с пръст и трева.

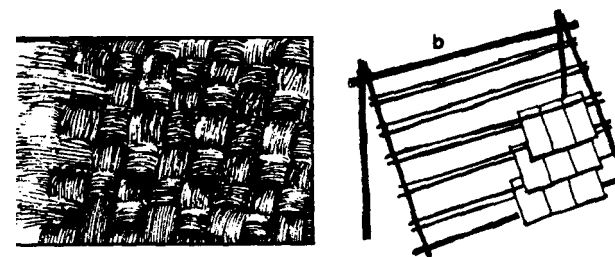
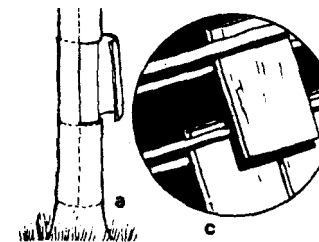
Ако подходящите твърди, напречни клони са недостатъчни на брой, между вертикалните подпори вплетете пълзящи растения.

Големите по размер листа, завързани или закрепени с тежести към земята, или окачени върху редовете от пълзящи растения, могат да послужат като керемиди, за да не пропускат дъжда.

Открит наклонен подслон

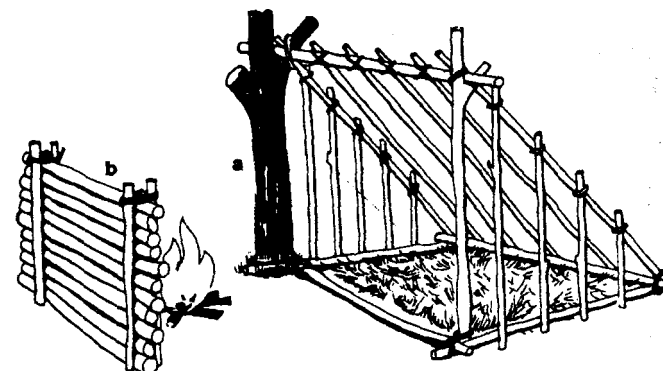
Ако не разполагате с нищо солидно, върху което да опрете покрива и ако не трябва да се предпазвате от проливен дъжд

Дългите треви могат да се направят на снопчета и да бъдат преплетени, така че да образуват основа и вътък. Или използвайте брезова кора като плочи за покрив. Изрежете в кръг кората на брезовото дърво на равни отрязъци от по 60 см и внимателно отделете кората (а). Напречно на рамката закрепете, разположени по двойки тръстикови стъбла или пълзящи растения (б). Горните краища на покривните плочи се подпхват между напречните греди, а долните краища лежат върху тези под тях (с).



или виелица, като подслон използвайте панели от плет или рамки, покрити с трева.

Поставете едно хоризонтално напречно дървено парче между две дървета или върху обикновени подпори. Откъм наветрената страна поставете панел от плет - или вържете, или поставете под ъгъл от 45° фиданки, за да образувате покрива.



Добавете страничните стени (а). Разположете огъня откъм подветрената страна. Добавете странични парчета и направете рефлектор (b) от другата страна на огъня, за да сте сигурни, че използвате максимално неговата топлина.

ТРОПИЧЕСКИ ПОДСЛОН

В дъждовните гори и тропическата джунгла земята е влажна и вероятно гъмжи от насекоми, личинки и други нежелани твари. Вместо да се настаните върху земята, ще бъде по-добре, ако леглото ви е над земята. Следователно ще се нуждаете от по-висок подслон.

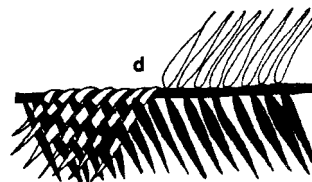
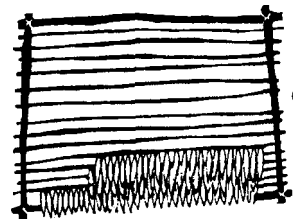
Ако не се намирате на твърде голяма надморска височина, където през нощта става студено, основният ви проблем ще бъде не защитата от вятъра, а това да си осигурите парче суха земя. От палмови, бананови и други големи листа се правят най-добрите покриви и стени.

Атап

Известен още и като "Лозата почва кай малко", атапът е особено полезен, независимо от бодлите, разположени на върха на всяко листо, заради които се налага да пипате много внимателно. Потърсете и други растения с подобна структура (а) - колкото по-големи, толкова по-добре. Също така колкото са по-широки отделните листа, толкова по-добре.



Атапът се използва най-добре хоризонтално, разцепвайки върха на всяко от листата и след това разделяйки го на две надолу по неговата дължина (b). Не се опитвайте да го разцепите откъм дебелия му край, защото по този начин ще счупите клонката.

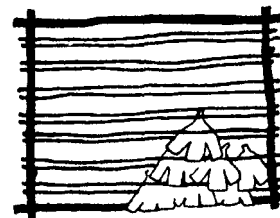


Наредете плътно една до друга половинките на атапа върху рамката на вашия покрив (c). Не толкова плътно можете да ги наредите върху страничните стени.

Оплетеният атап може да бъде особено полезен за страничните стени на подслона.

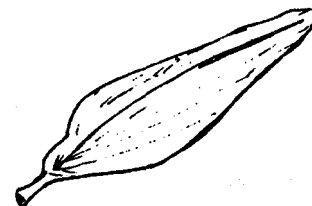
Друг метод

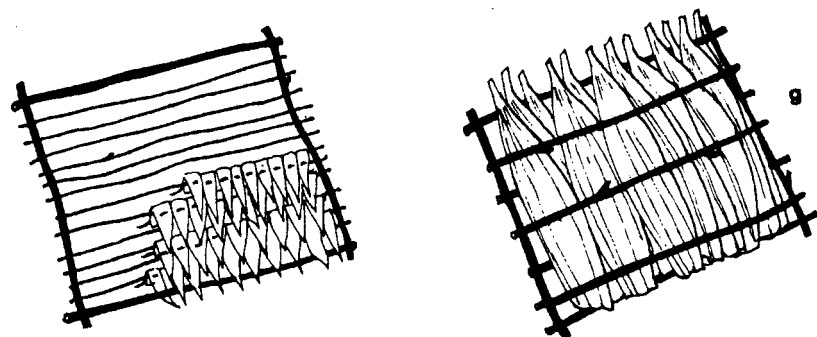
Не разцепвайте листото, а сгънете листата от едната страна към другата и ги преплетете с другите (4). Вероятно ще ви бъде по-лесно, ако най-напред работите от едната страна, а след това от другата, но това изисква известен опит.



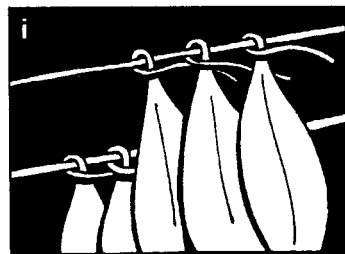
Триделните листа или листата, нарязани в тази форма (e), могат да бъдат наредени върху покривна конструкция, без да е необходимо каквото и да е друго фиксиране, за да останат неподвижни на мястото, на което сте ги поставили (f).

Слонската трева и другите растения с големи листа могат да се вплетат между напречните пръчки (e). Необходим ви е много малък брой, за да изработите бързо своя подслон.





Дългите широки листа могат да се зашият за напречните парчета на покрива с помощта на увивни растения (h).



Палмовите и другите дългостеблени листа могат да се закрепят, като увиете стъблото около напречната пръчка и пред листото, където то се фиксира от следващото листо, поставено върху него (i).

От външната страна на подслона листата трябва да застъпват тези под тях.

Бамбук

Това дългостеблено растение, което всъщност е трева, е един универсален строителен материал - може да се използва за опори, за покриване на пода, на покрива и за изработване на стени.

Гигантската форма на бамбука, която може да достигне над 30 м височина и 30 см в диаметър, е азиатско растение, виреещо по влажните места от Индия до Китай, както в низините, така и по планинските склонове, но има и видове, произхождащи от Африка и Австралия; две негови разновидности се срещат и в южните райони на САЩ.



Разцепете бамбука вертикално, за да направите покрив и улук за събиране на дъждовната вода. Разцепените на две стъбла, наредени последователно с лице и гръб нагоре, за да влязат едно в друго, образуват ефикасни и водонепроницаеми вълнообразни керемиди.

Сплескайте разрязания на две бамбук, за да изработите стени, под или полици, като го срежете вертикално по окръжността му на мястото на съединенията му на всеки 1.25 см или приблизително толкова. След това той може да се разгладни.

Листовидните калфи, образувани при съединенията, също могат да се използват като материал за покриване.



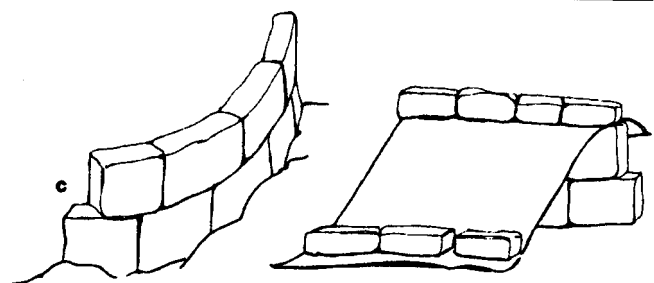
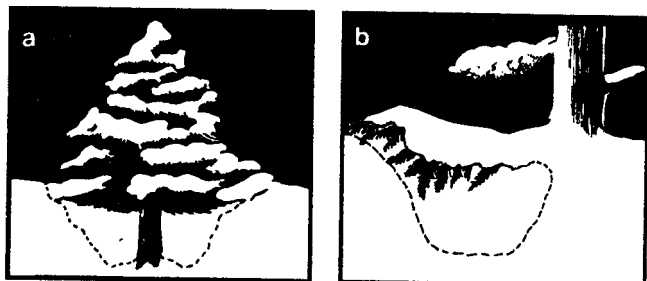
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Бъдете особено внимателни, когато събирате бамбука. Той расте на снопове, които често представляват една преплетена маса. Някои от стъблата са напрегнати и когато бъдат отрязани, отскачат рязко и опасно настрани, пръскайки остри тресчици.

Разцепеният на две бамбук може да бъде с много остри ръбове и да причини сериозни наранявания. Люспите в основата на бамбуковите стъбла са с малки жарещи власинки, които причиняват сериозни възпаления по кожата.

АРКТИЧЕСКИ ПОДСЛОН

В полярните области като елементарни подслони могат да се използват естествените пещери и дупки. Ако в екипировката си разполагате с някакъв бивак, можете да го издигнете и да увеличите защитните му свойства, като натрупате толкова сняг около и върху него, колкото той може да издържи. Но за да строите в твърд сняг, а при много ниски температури снягът ще бъде твърд, се нуждаете от някакъв инструмент, с който да го режете или да правите от него блокове. За полярните експедиции правите лопати и трионът за сняг са задължителен елемент от екипировката.



Дори от мекия сняг може да се направи ветроупорна стена. Онези, които са екипирани, могат да изрежат снежни блокове (с). Това е подслонът-минимум с изразходване на минимум усилия.

Закрепете презентилинаметало на върха на стената, която сте построили, също един ред снежни блокчета; направете също и с долния му край. Използвайте още снежни блокове, за да запушите страните на подслона.

Снежните или каменни пещери ще откриете лесно, не толкова очевидни обаче са пространствата, образували се под разперените клони на иглолистните дървета в северните гори, когато снегът вече се е натрупал около тях. Едно средно по размер дърво може да има празно място точно около своя ствол (а), а някое по-голямо може да има джобове в снега под клоните (b). Опитайте да копаете под всяко дърво с разперени клони откъм подветрената страна.

СТРОИТЕЛСТВО В СНЯГ

Необходими са ви трион, нож, лопата или мачете, за да нарежете компактия сняг на блокове. Идеалният сняг ще издържи тежестта на човека, без да се вдлъбне твърде много, но ще е достатъчно мек, за да позволи през него гладко да се промуши инструмент.

Нарежете блокове с размери 45x50 см и дебелина 10-20 см. Тези размери са най-удобни за използване, достатъчно дебели, за да осигурят добра изолация и заедно с това позволяващи в максимална степен проникването на слънчевите лъчи.

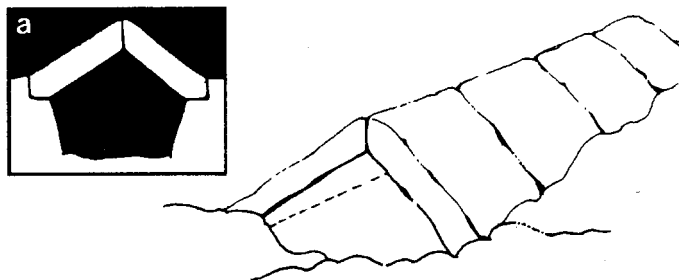
Снежен окоп

Построяването на този вид подслон е много по-бързо в сравнение с издигането на снега над земята, но той е подходящ само за един човек и при това за кратко време - когато сте на път или докато си направите нещо по-голямо и подходящо.

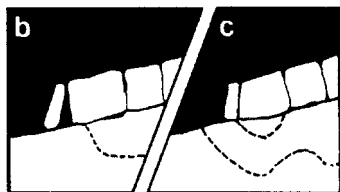
Очертайте място с размерите на легло за спане (включително и подпората за главата и изсечете снежни блокове по цялата ширина на окопа. Издълбайте го поне на 60 см. По протежение на горния край на двете странични стени на окопа изсечете жлеб дълбок около 15 см и също толкова широк.

Наредете снежните блокове от двете страни в жлебовете, като опрете върховете им един в друг, за да образуват покрив (а).

Поставете своето оборудване под постелката си, за да не сте в директен контакт със снега под вас.



Запушете наветрения край на подслона с друг снежен блок или натрупайте сняг. На другия край (подветрения) поставете подвижен блок като врата (b) или изкопайте вход (c). Запълнете всички пролуки със сняг. Най-добре е да го построите върху лек наклон, като по този начин студеният въздух ще се спуска към входа, оставяйки по-топлия въздух около мястото за спане.

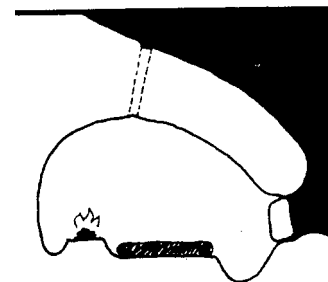


Снежна пещера

Копайте в някоя преспа от твърд сняг, за да си построите удобен подслон. Възползвайте се от факта, че горещият въздух се издига, а по-тежкият студен въздух се спуска. Вътре направете три нива: запалете огъня на най-високото, спете върху средното и стойте настрана от най-долното, където ще се събира студеният въздух. Пробийте дупка в тавана, за да позволите на пушека да излиза през нея, и пробийте още една дупка, за да си осигурите добра вентилация.

За врата използвайте снежен блок и го наместете не много плътно от **ВЪТРЕШНАТА** страна, така че да не замръзне и да се заклеши. Ако все пак това стане, един блок от вътрешната страна ще е много по-лесно да бъде освободен.

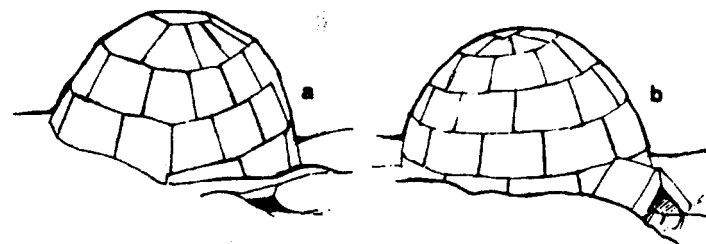
Огладете вътрешните стени, за да попречите на разтопения сняг да капе и направете улей покрай вътрешните стени, за да държите себе си и оборудването далеч от стопения сняг.



СНЕЖНА КЪЩА (ИГЛУ)

Построяването на иглу отнема време, но използването му от ескимосите от векове доказва неговата ефикасност. Най-напред издигнете основния подслон, след това издълбайте вход или направете входен тунел, който да е достатъчно голям, за да можете да пропълзвате през него. Уверете се, че входът не е обърнат към вятъра. Можете да извиете тунела или да издигнете ветроупорна стена, за да не позволите на вятъра да влиза вътре в иглуто.

Начертайте върху земята кръг с диаметър около 4 м и го утъпчете, за да уплътните пода. Наредете и подредете кръг от снежни блокове по периметъра. Бъдете готови за издълбаването на тунел (a), оставете място за вход (b). Наредете още един пласт от снежни блокове, и точно както при зидането на тухли, поставете центъра на горните блокове върху мястото на свързване на долните.



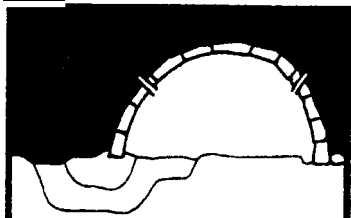
Продължете с нареждането на нови пластове, но поставяйте всеки следващ само наполовина върху долния, така че иглуто да се заостри или да придобие формата на къща. Оформете входната арка, докато издигате стените. Запушете върха на иглуто с плосък снежен блок. Пробийте дупки за вентилация близо до тавана и близо до пода (но не от страната, от която най-често духа вятърът, а също и не толкова ниско, че снегът да навали и да ги затрупа). Запълнете всички останали дупки със сняг. Изгладете всички стени отвътре, за да отстраните възможността за капене. Това ще позволи на влагата, която се кондензира, да се стича надолу по стената, вместо да капе.

Иглу (спираловиден метод)

Поставете първия ред блокчета и след това ги оформете в необходимата спирала. Няма да се налага да надвисвате

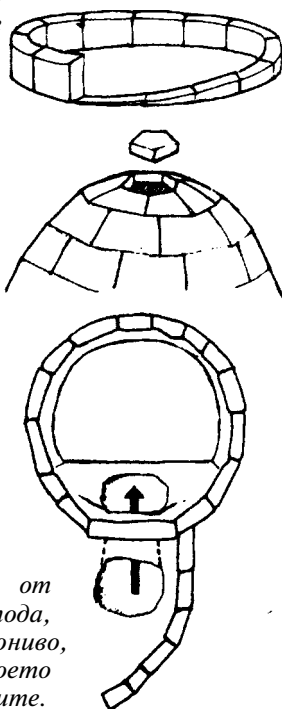
Оформянето на първия ред в равна спирала улеснява целия последващ процес. Наведете горния ръб леко надолу, към центъра.

Последният блок трябва да бъде оформен така, че да пасне съвсем точно на останалото за него място, освен ако това място не е съвсем малко, за да го ползвате като отвор за вентилация, но помнете, че последният снежен блок предотвратява срутването на конструкцията.



Вътрешността на иглуто

Направете мястото за спане по-високо от останалата част на пода (или изкопайте пода, когато строите) за да създадете едно по-ниско ниво, където да се спуска студеният въздух и което можете да използвате като килер за провизиите.



снежните блокове, ако първата спирала наредите под ъгъл навътре и надолу и оформите горната и долната повърхност на следващите редове така, че те да са наклонени навътре. Последните няколко блокчета в центъра може би ще се нуждаят от някаква опора, когато ги нагласяте на мястото им.

Пробийте вход през най-долния ред от снежни блокове или издълбайте тунел под тях. Централната дупка може да се използва като вход, ако сте прекалено изтощени, за да довършите постройката.

ПОСТРОЯВАНЕ НА ПОДСЛОН

Видът подслон, който ще построите, зависи: от материалите, с които разполагате; от инструментите, които имате и от какво искате да се предпазите (ВЯТЪР, СТУД, СНЯГ, ДЪЖД, НАСЕКОМИ и т.н.).

Колко дълго време имате намерение да останете на това място? Снежните пещери и естествените дупки са идеални, ако сте на път и не се нуждаете от постоянна постройка.

Размерът ще зависи от броя на членовете в групата.

Докато строите своя подслон, почивайте често. Трябва да избягвате свръхизтощението, което води до изпотяване.

Всички видове подслони **ТРЯБВА** да бъдат проветривани по подходящ начин, за да не позволите в тях да се натрупва въглероден окис и влага. Необходими са две дупки - едната близо до тавана, а другата близо до входа. При подслоните от сняг дупките трябва да бъдат често проверявани, за да сте сигурни, че не са се запушили със сняг или лед.

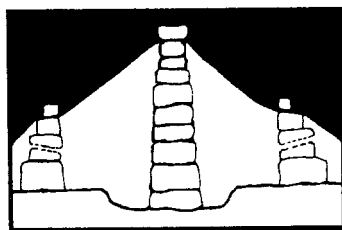
Редовно почиствайте натрупалия се сняг от всеки тунел, за да не се запуши.

Колкото по-малък е един подслон, толкова по-топло ще е вътре, но тъй като няма да е възможно да затоплите подслона кой знае колко над температурата на замръзване на водата, ще ви е необходимо известно време, за да се адаптирате към условията.

Снежна къща с парашут

Това е една полезна постройка, ако сте аварирали върху морски ледник, където може да е трудно да намерите достатъчно количество сняг за построяването на иглу (или иглута) за една по-голяма група. Потърсете сняг или ледени блокове по краищата на ледника.

Начертайте кръг и иззидайте кръгла стеничка от снежни блокове с височина около метър. Оставете място за входа, ако сте върху ледник, защото няма да можете да прокопаете входен тунел. Издълбайте едно по-ниско място в пода, където да се спуска студения въздух.



В центъра издигнете централна колона от блокчета, която е по-висока от стената с около метър, метър и половина. Разпънете парашута върху нея и стената, закрепвайки го с допълнителен ред блокчета върху горния край на стената.

ПОМНЕТЕ

Структурата на този парашутен покрив се превръща в място, върху което се събира сняг, който може да се превърне в опасна тежест, точно над главата ви. Почиствайте редовно натрупания сняг.

Ако искате да запалите малък огън вътре, уверете се, че подслонът се проветрява добре. Разположете огъня на достатъчно разстояние от централната колона, за да не я разтопи.

ЖИВОТ В СНЕЖНА КЪЩА

При лошо време се уверете, че разполагате с достатъчно запаси от дърва или течено гориво вътре в подслона.

Не внасяйте рохкав сняг в подслона, изтупвайте го грижливо от обувките и дрехите си, преди да влезете.

Маркирайте ясно входа, за да можете лесно да го откриете.

Дръжте лопатите и инструментите вътре в подслона - **може** да ви се наложи да се откопавате, за да излезете навън.

Капенето на вода в иглута може да бъде спряно като поставите парче сняг върху източника на капенето.

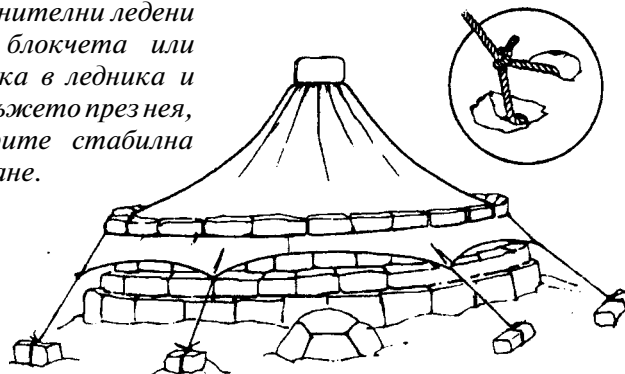
Облекчавайте се вътре в подслона - това е обичайна практика при подобни условия и спомага за съхраняването на телесната топлина. Използвайте пластмасови торбички, консервени кутии или други съдове и ги изпразвайте, когато е възможно. Опитайте се да приучите червата си да се изпразват точно преди да напуснете подслона сутрин и след това изнасяйте фекалиите, заедно с останалия натрупал се боклук.

В подслон с няколко човека съставете списък със задълженията на всеки поотделно. Много е важно **някой** да се грижи през цялото време за огъня. Останалите могат да проверяват вентилационните дупки, да събират гориво, да ловуват, когато това е възможно, да приготвят храна и т.н.

Помнете, че при ниски температури се нуждаете от по-голямо количество храна.

Без значение колко е ниска температурата отвън, тази вътре в добре построената снежна къща няма да пада под **-10°C**. Запалването само на една свещ ще повиши температурата с около четири градуса. Традиционният ескимоски начин за затопляне на иглута е с помощта на фитил в купа с мазнина. В един по-голям подслон, в който гори огън с дърва, температурата е приятна. Когато не разполагате с дърва, алтернативен източник на отопление е мазнината върху костите или изгарянето на някакво природно масло.

Закрепете парашутните въжета с допълнителни ледени или снежни блокчета или пробийте дупка в ледника и прекарайте въжето през нея, за да осигурите стабилна опора за връзване.



Ако решите, че са престанали да ви търсят и че е безполезно сами да се отправите на път, независимо дали причината за това е разстоянието, годишното време, липсата на екипировка, или физическото ви състояние, ще трябва да си построите траен и възможно най-удобен подслон. Място, в което ще можете да се настаните уютно, докато успеете да привлечете вниманието на спасителните групи или докато успеете да се снабдите с необходимата екипировка, за да предприемете сами пътуването към своето избавление.

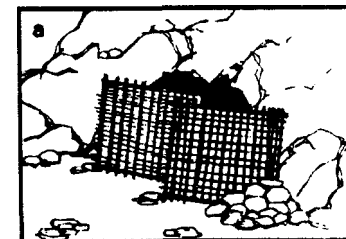
В районите със студен климат ще искате да ви е топло и уютно. В тези с топъл климат, от друга страна, ще искате да се възползвате от всички възможни ветрове. Вашият подслон трябва да ви осигурява защита от сезонните промени и от нощните температури, които могат да бъдат съвсем различни от тези през деня.

Пещери

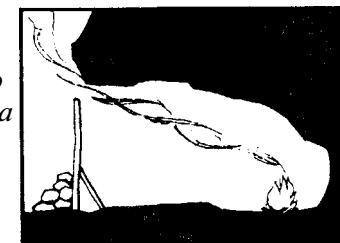
Пещерите са най-завършените естествени подслони. Дори една плитка пещера (в камък - известна всъщност като скален подслон) предлага отличен временен подслон, а една по-голяма пещера може да се превърне в превъзходен постоянен дом. В много части на света хората все още живеят в тях, понякога с

всички модерни удобства! Пещерите, разположени над долина, ще бъдат сухи, дори и ако в тях някъде отгоре се просмуква вода. Те са защитени от капризите на времето и изискват много малко подобрения, обикновено единствено издигането на преграда пред входа им. Направете я от камъни, плет, дървени трупи, треви и от всякакъв друг материал.

Ако пещерите са обърнати към вятъра, издигнете заслони от двете страни пред входа, единият малко по-навътре от другия - застъпнете ги, осигурявайки си по този начин вход (а).



Разположете огнището в дъното на пещерата. Пушекът ще се издига към тавана на пещерата, като пространството до пода няма да е задимено. Пушекът от огън, разположен близо до отвор на пещерата, няма да излиза навън, а най-вероятно ще бъде издухван към вътрешността на пещерата. Ако запушите вход на пещерата, уверете се, че сте оставили отвор, през който да излиза димът.



Пещерите могат да бъдат студени, а също могат да бъдат населени от диви животни, затова влизайте в тях много внимателно. Струпването върху земята на сухи растения и иглолистни клонки ще ви осигури изолация. Един добре разпален огън обикновено ще принуди дивите обитатели на пещерата да я напуснат. Оставете им пространство за излизане от нея.

В някои случаи в пещерата може да има източник на прясна вода, особено ако се врязва дълбоко навътре в склона или от подземен поток, или от просмукващата се през скалата отгоре вода.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Проверете за евентуални каменопади от вътрешната или външната страна на пещерата. Може да се нуждаете отчаяно от подслон, но положението ви ще бъде много по-лошо, ако бъдете затворени или ранени от падащи камъни.

Леки конструкции

Придържайте се към методите, описани за наклонените конструкции. Можете да ги допълните с построяването на покрив под по-малък ъгъл и издигането на предна стена или да построите вертикални стени и да ги покриете с покрив с големи стрехи, за да си осигурите широка сянка при слънчево време и за да сте сигурни, че когато вали, водата ще се стича достатъчно далече от колибата. Изкопайте улей за отвеждане на дъждовната вода.

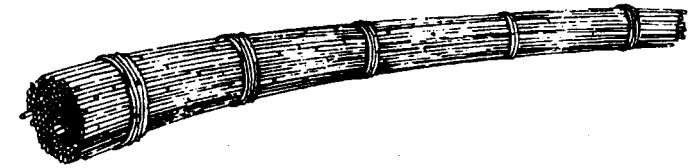
Ако разполагате с бамбук или с друг твърд материал, с чиято помощ да построите стабилна рамка, повдигнете пода на своята колиба над земята, ако се намирате в тропиците, за да ограничите достъпа на различните твари.

В районите с горещ климат трябва да направите покрива доста солиден, за да не пропуска дъжда и за да ви предпазва от палещите лъчи на слънцето, и ако той е издаден на достатъчно голямо разстояние над стените, можете да оставите в тях сравнително големи отвори, за да позволите на въздуха да преминава през подслона. С трева и кал можете да запушите всички пукнатини, а с помощта на различни материали можете да си направите покрив, като между напречните пръти на покрива преплетете пръчки или въжета.

В районите с проливни дъждове използвайте листа или кора като керемиди за върха на покрива.

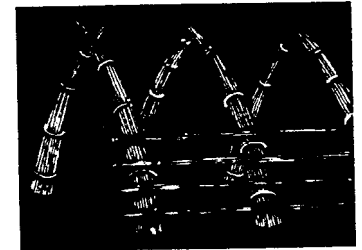
Строеж с тръстикови растения

Когато не разполагате нито с дървета, нито с бамбук, можете да вържете на снопи тръстика или някакви други яки стъбла, за да оформите гредите на постройката - метод, използван от арабите в мочурливите местности на Ирак.

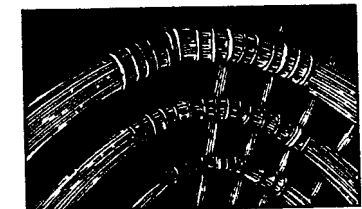


Вържете тръстиката на дебели снопи, като в началото и края на снопа използвате запънка около дърво (виж *Възли*). Изберете най-дългите тръстики и се уверете, че техните стъбла са разпределени равномерно по целия сноп. Основата трябва да е равна, другият край да е заострен. Пригответе допълнителни тръстикови снопи, по-тънки и по-дълги, ако е възможно. Ще ги използвате за укрепване на страните на вашия подслон.

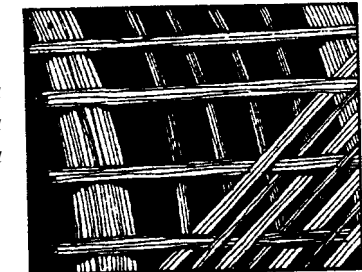
Подредете дебелите тръстикови колони от двете страни на своя подслон. Вкопайте дебелия им край в земята и ги свържете помежду им като завържете по-тънки снопи хоризонтално за тях.



Извийте върховете на колоните един към друг, застъпвайки ги, и ги завържете. Добавете още тънки снопи, за да свържете страните на колоните, включително и над свода на подслона.



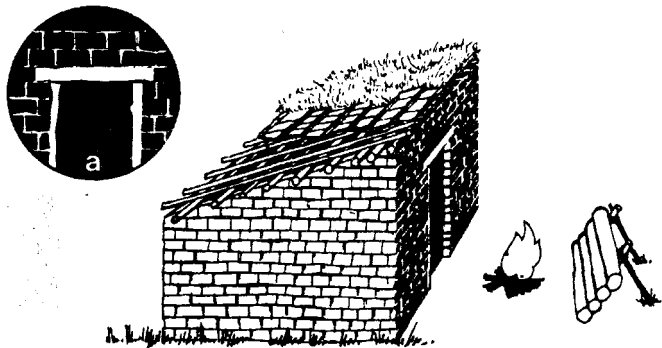
Изплетете плет от тръстики върху получената рамка, използвайки по-тънки тръстики, докато се получи подслон, или изплетете отделни стени от листа и тръстика и ги добавете към рамката.



Къща от трева

Подслоните, построени от трева, са алтернатива на къща, направена от дървени трупи, когато в околността не можете да откриете дървета или не разполагате с инструменти, за да ги нарежете. Изрежете парчета земя с трева с размери 45 x 15 см и зидайте с тях като с тухли, застъпвайки ги, за да образувате спойка. Горния край на стените направете под наклон, за да придадете наклон и на покрива, за чието поддържане трябва да откриете дървени летви или някакъв друг здрав материал. Колкото по-голям е наклонът, толкова по-ефикасно ще се оттича дъждът. Дължината на летвите ще определи размера на постройката. Върху покрива също наредете чимове или го покрийте с трева.

Ако не разполагате с достатъчно чимове, направете постройката ниска, достатъчно голяма, за да седнете на пода, но не и за да стоите прави. Едната страна може да бъде отворена, с лице към огъня.



Разположете откритата част или вратата откъм страната, където вятърът духа най-рядко, и ако вашата къща от чимове е малка, разположете огъня отвън до входа, като направите рефлектор от другата му страна, за да праща топлината навътре към постройката.

Дори и с откритата страна една къса извивка ще направи ъглите на постройката по-стабилни. Свържете ъглите, както при нормалната зидария с тухли, за по-голяма здравина (b).

Изрежете **чимове** така, че по земята да останат знаци, с които да подавате постоянен сигнал за бедствие.

За малък подслон можете да използвате чимове и за построяване на постройка, подобна на кошер, или постройка, наподобяваща иглу.

Ако разполагате с време и ресурси, използвайки чимове, можете да построите и голяма колиба. Някакъв вид дървен материал ще ви е необходим за рамката на вратата (а), както и за летвите за тавана. Направете си вътрешно огнище и комин, но ако за тяхното построяване използвате чимове, гледайте самите те да не са в пряк досег с огъня. Измажете вътрешните страни на огнището и комина с глина или пръст.

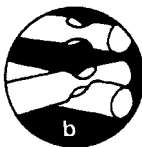
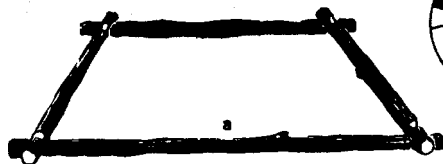
Дървена хижа

Определете размера на хижата съобразно броя на хората, които тя ще подслони. Винаги можете да я разширите или да добавите допълнителни помещения по-късно. Размерът на наличните дървени трупи ще определи размера на стените. Квадратната или правоъгълна постройка ще бъде по-лесна за покриване - квадрат със страна от 2.5 м е разумно малък размер. Може да имате късмет и да използвате дървета, които вече са паднали, така ще направите рамка от труците и ще запълните пространството вътре в нея, но много по-добре е да съедините гредите в ъглите на къщата. Не режете издадените краища. Те осигуряват здравината на постройката.

Изберете **равна** земя за построяването на хижата или подравнете някое място, малко по-голямо от нея. Ако се налага, копайте в наклон, но основите трябва да са хоризонтални.

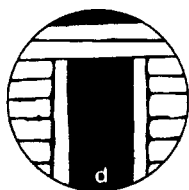
Гъвкавият трион във вашия комплект за оцеляване ще реже греди с необходимия размер, а ако сте жертва на самолетна катастрофа или сте корабкрушенец, на борда трябва да има противопожарна бравичка.

Няма нужда все още да правите врата. Окачете парче одеяло, **за** да се предпазвате от вятъра, или направете стеничка от плет, **за** да запълните отвора, докато почувствате, че сте достатъчно **скипирани**, за да изработите постоянна врата. Все още не се

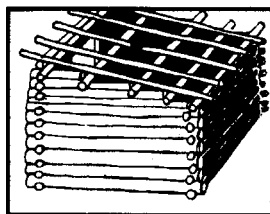


Поставете на земята първия ред греди във формата на вашата хижа (a). Свържете ъглите така, че да легнат една върху друга (b), и изрежете и останалите греди така, че да легнат плътно върху тези под тях.

Тъй като гредите са по-широки в единия край и по-тесни в другия, редете ги, като ги обръщате последователно с върха и основата към ъглите (c).



След като сте нагласили рамката върху земята, оставете място за врата откъм страната, от която най-рядко духа вятър - за този участък от стената можете да използвате парчета греди, които нареждате от двете страни на вратата. Подравнете краищата на гредите и закрепете рамката на вратата (d). Не си хабете времето с прозорци, вратата ще ви осигурява достатъчно проветряване.



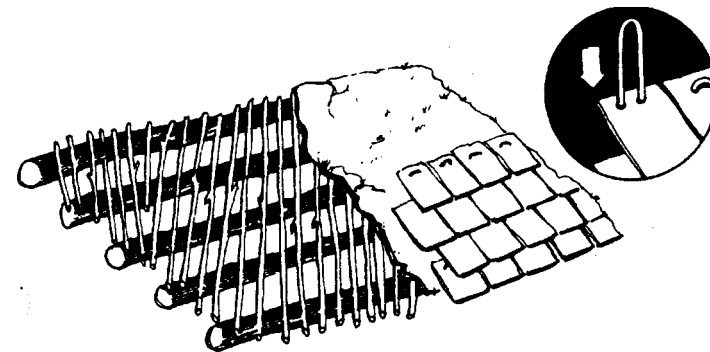
Предната стена на хижата издигнете по-високо от задната, за да осигурите наклон на покрива. Предната и задната греда трябва да се издават достатъчно над страничните стени. Те ще поддържат покрива. Между двете стени на хижата поставете напречни греди, които да служат за опора на по-късите греди. Наредете покрив от греди, отпред назад, който се издава над стените. Издялкайте гредите, за да напаснат с напречните парчета, или ги завържете.

занимавайте с прозорците - вратата ще ви осигури достатъчно проветрение.

Запълнете цепнатините между гредите с кал и парчета дърво или ако има големи дупки - с пръчки и фиданки, преди да ги измажете с кал. Размесете калта с трева и мъх и използвайте подострена пръчка, за да я натикате между гредите. Покрийте покрива с млади фиданки, преди да добавите пласт от кал и трева.

Вместо завършен покрив с цели греди можете да използвате по-леки материали и кал върху рамка от греди. Кората от

дърветата е отличен материал за покриване, ако бъде наредена така, както се редят керемидите. Те могат да се закрепят с малки гъвкави клечки, **промушени** през тях, докато калта все още е мека.



Ако няма опасност да избие вода (при което ще е по-добре да направите пода по-късно) копайте почвата вътре в хижата, за да си осигурите земя за кал за запущване на пролуките, като в същото време ще увеличите височината на хижата.

Ако някъде в покрива оставите дупка за излизането на пушека, можете да построите огнището вътре в хижата. Но не оставяйте огъня без надзор - гасете го, за да не рискувате домът ви да изгори.

Ако наоколо има лесно достъпен камък, можете да построите подходящ комин и огнище. Ще запазвате по-голямата част от топлината, ако те са разположени по средата на постройката. Наредете камъните колкото се може по-плътно един **върху друг** и запълнете пролуките с дребни камъчета и кал.

ОГЪН



Огънят може да бъде разликата между живота и смъртта. На него не само ще приготвите храната, но неговата топлина ще съхрани вашите калории, които иначе ще се изразходват, за да поддържат телесната **и** топлина. На него можете да си сушите дрехите, той ще ви осигурява уют. Огънят отблъсква опасните животни, а пушекът

му държи настрана насекомите. С негова помощ можете да нагорещите метал, за да изработите различни сечива и да подострите пръчки, или да изпечете различни съдове. Възползвайте се в максимална степен от огъня: той може да свърши всички тези неща едновременно.



Добре е да запомните Огнения триъгълник. Неговите три страни символизират **ВЪЗДУХА**, **ТОПЛИНАТА** и **ГОРИВОТО**. Ако някоя от страните липсва, триъгълникът се срутва и огънят изгасва.

Когато палите огън, винаги осигурявайте подходяща вентилация, достатъчно гориво и достатъчно нагорещен източник, с който да запалите това гориво. За да произведете пламък, тази температура трябва да се поддържа, така че въздухът и горивото да са в непрекъсната реакция. Колкото повече кислород се подава, толкова по-светъл е огънят: с помощта на вятъра или течението огънят се раздухва до висока температура и бързо запалва горивото. Намаленият вентилирането на огъня, той не гори така силно, въглените тлеят и тогава се изразходва по-малко гориво.

Ако посочените принципи бъдат разбрани, могат да се избегнат огньовете с много пушек. Пушекът е резултат от непълното изгаряне - ако сте внимателни, пушекът може да се избегне.

УПРАЖНЯВАНЕ В ПАЛЕНЕ НА ОГЪН

*Огънят е много важен за оцеляването. Той осигурява топлина, защита, средства за сигнализиране, затопля водата, готви и консервира храната. Трябва да се научите да палите **огън** на всяко място и при всякакви обстоятелства. Не е достатъчно да сте запознати с всички **методи** - трябва да сте **експерт по тях**.*

Подготовка

Най-напред се уверете, че притежавате достатъчно количество ПРАХАН, ПОДПАЛКИ и ГОРИВО. След това пригответе огнище, така че да можете да контролирате огъня. Невнимателното използване на огъня може да излезе извън контрол и да доведе до бедствие.

Огнището

Огнището трябва да се подготви внимателно. Изберете някое закътано място, особено ако духа силен вятър. С изключение на сигналните огънове (виж Спасяване) или при изключителни случаи за загряване на някое временно убежище или дупка в снега, не палете огъня в основата на дърво или пън. Изчистете листата, клонките, мъха и сухата трева най-малко на 2 м в диаметър и изстъргжете всичко, докато получите голо парче земя.

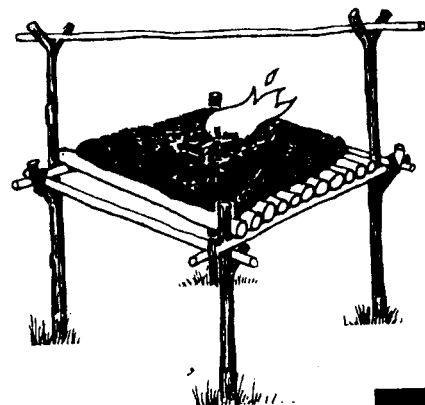
Ако земята е влажна или покрита със сняг, огънят трябва да се запали върху платформа. Направете я от един ред сурови греди, покрити с пласт земя или пласт камъни.

Ако земята е мочурлива или снегът дебел, имате нужда от повдигната платформа, известна като храмов огън.



Храмовогън

Това огнище се състои от издигната платформа, построена от суров дървен материал. Четири вертикални подпори с чатали поддържат напречните греди. Върху тях наредете слой от сурови греди и ги покрийте с няколко сантиметра кал. Огъня запалете върху пръстта. На прът върху две от вертикалните опори, поставен по диагонал над платформата, може да се окачат довете за готвене.



*При ветровити условия
Ако духат силни ветрове, изкопайте
ров и запалете огъня в него.*



*Друго добро решение при ветровити
условия е да обградите огъня с камъни,
за да задържите топлината и да запа-
зите горивото. Използвайте ги като
опора за съдовете за готвене. Топли-
ната от тях, както и тази от огъня,
ще държи нещата топли, а камъните
могат да затоплят постелята ви.*



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

*Избягвайте поставянето на мокри или шуплести
камъни и скали близо до огъня, особено камъни, които
са били под водата - те могат да експлодират, когато се
нагреят. Избягвайте аспидните плочи и меките камъни, а
останалите проверявайте, като ги удряте един в друг. Не
използвайте камъни, които се пукат, кънтят на кухо или са
на люспи. Ако съдържат влага, тя ще се разшири по-бързо
от камъка и може да доведе до неговото експлодиране,
отделяйки опасни летящи парчета, които могат да извадят
око, ако сте близо до огъня.*

Прахан

Праханта е такъв материал, който изисква минимално затопляне, за да се запали. Добрата прахан се нуждае само от една искра, за да пламне.

Брезова кора, изсушена трева, фини дървени стърготини, птичи пух, намазана с восък хартия и памучни конци от плат - всички те представляват добра прахан. Такива са и стритите на прах борови шишарки, борови иглички и вътрешната кора от кедровите дървета. Изсушените гъби са превъзходни, ако бъдат стрити на фин прах, а обгореният или овъглен памук или лен също са сред най-добрата прахан. Там където такива насекоми, като дървесните оси, са дълбали дърветата, финият прах, който се е получил в резултат от това, е добра прахан, а могат да се използват също така и прахообразните изпражнения на птиците и прилепите. Вътрешната страна на птичите гнезда обикновено е покрита с птичи пух, който лесно се пали - сухите гнезда на полските мишки също могат да се използват.

Каквато и прахан да използвате, тя ТРЯБВА ДА Е СУХА. Добра идея е с вас да си носите суха прахан във водонепромокаема кутия. Винаги дръжте очите си отворени за прахан, който да вземете.

Подпалки

Подпалките са дърва, които се използват за разпалване на пламъка от праханта, така че след това да бъдат запалени по-големи и по-трудно запалими материали.

Най-добрите подпалки са малките, сухи клонки и дърветата с по-мек дървесина, защото пламват по-бързо. Тези, които съдържат смола, горят по-лесно. Недостатъкът на меката дървесина е, че е с тенденция да пръска искри и да гори много бързо. Този вид дървесина се изчерпва много бързо, ако е основното ви гориво.

Не събирайте подпалки направо от земята, те почти винаги **влажни**. Набавяйте си ги от изправените изсъхнали дървета. Ако **външната** страна е влажна, изстържете я, докато се покаже сухата сърцевина.

Направете си пръчки за огън

Настържете няколко пръчки така, че да им направите "пера". Пригответе по този начин подпалки, хващат по-бързо искрата и подпалват по-лесно огъня.



ГОРИВО

Използвайте сухи дърва от изправени дървета, за да разпалите огъня. След като той се разгори, можете да използвате и по-сурови дърва или да изсушите влажните.

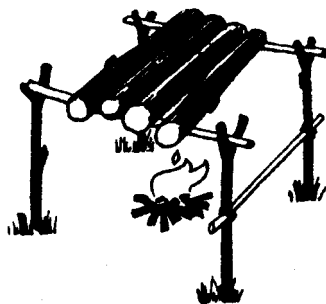
Общо правило е, че колкото по-тежко е дървото, толкова повече топлина ще ви осигури - това важи и за сухите, и за суровите дърва. Смесването на сурови и сухи дърва поддържа огъня по-дълго време, което е особено полезно за нощта.

Твърдата дървесина - бук или дъб например - гори добре, дава много топлина и трае дълго време под формата на горещи въглини. Поддържат огъня през нощта.

Меката дървесина обикновено изгаря прекалено бързо и пуска много искри. **Най-много** искри пускат кедърът, елшата, канадската ела, смърчът, борът, кестенът и върбата.

Помнете, че влажната дървесина понякога е предимство, тъй като отделя много пушек, който прогонва мухите, комарите и другите насекоми и гори **по-дълго**, така че поддържа огъня.

Сушете дървата, като ги наредите върху две пръчки над огън - да не са прекалено близо до него, защото ще се подпалят. Докато сушите суровите дърва, наредете ги под ъгъл до запален огън, стесняващи се по посока на вятъра, така че да ускорят разгарянето на трудно горящия огън.



Опрете дървата върху пръта за гърнето, за да ги изсушите.



Направете дървен навес - от основно значение при влажен климат. Разположете го близо до огъня, така че топлината от огъня да спомага за изсушаването на дървата, но да не е прекалено близо, че някоя искра от него да ги подпали.

СЪХРАНЯВАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА

Нехабете енергия за сечене на дървата. Докато ги сечете, като ги строщите в някой камък (а).

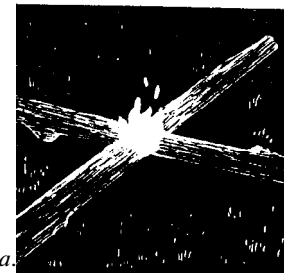
Ако това не се получи, поставете ги над огъня, като ги оставите да изгорят по средата (б) или, ако не са толкова дълги, поставяйте ги в огъня най-напред с единия им край.

Ако е абсолютно необходимо да нацепите дърва, за да ги съхранявате, не се нуждаете от брадва. Дори и много малък нож, поставен в единия край на дървото, върху който се удря с камък, може да го разцепи (с). След като дървото започне да се цепи, набийте дървен клин в отворената пролука и го напукайте надолу, за да довършите разцепването. Но ако имате само един нож, не рискувайте да го счупите, тъй-звезда

дървата се слагат надлъжно. Когато не е необходимо да се поддържа силен огън, те могат да бъдат издърпани назад, оставяйки в центъра въглини и жарава, върху които може да се готви.

За да запалите отново огъня, съберете ги заедно, тъй-звезда искрите отново ще пламнат. Този вид огън се използва главно за запазване на горивото, но запазва

също така и насечените дърва.



Други видове гориво

В районите, където дърветата са оскъдни или изобщо липсват, можете да откриете друго гориво.

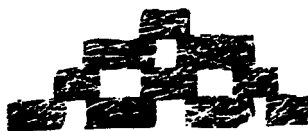
Животински изпражнения

Те са превъзходно гориво: пограничните жители от Дивия Запад са използвали "бизонски чипове" за своите огньове. Изсушете много добре изпражненията, за да получите добър бездимен огън. Можете да ги размесите с трева, мъх и листа.

Торф

Торфът се среща често в добре пресушените тресавища. Той е мек и краката потъват в него и може да е разположен по краищата на показващите се от земята скали - на външен вид е черен и влакнест. Лесно се отделя от скалата с помощта на нож. Когато гори, торфът има нужда от добра вентилация.

Нареден с големи пространства въздух между него, торфът схвane много бързо и скоро ще бъде готов за изгаряне.

**Въглища**

Понякога въглищата се срещат на повърхността на земята - в северната тундра има големи находища.

Шисти

Шистите често са богати на нефт и горят лесно. Някои пясъци също съдържат нефт - горят с гъст нефтен пушек, което се превръща в добър сигнален огън, а освен това осигурява и значителна топлина.

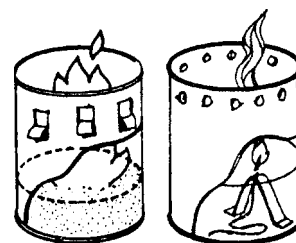
Масла

Ако сте жертва на самолетна или автомобилна злополука, да горивните резервоари са останали незасегнати, можете използвате като гориво бензина, антифриза, хидравлична течност и разни други течности, които горят. Дори флаконите течност против насекоми горят. Антифризът е превъзходен

възпламнител за по-трудно запалимите масла от двигателя. С помощта на малко калиев перманганат (от вашия комплект за оцеляване) можете да го запалите за няколко секунди.

В районите, където е много студено, източете течностите от двигателя, преди да замръзнат. Ако не разполагате със съд, в който да ги съберете, източете ги върху земята, за да ги използвате след това в твърдо състояние.

Гумите, тапицерията, гумените уплътнители и по-голямата част от останките могат да горят. Напоете по-трудно запалимите материали в масло, преди да се опитате да ги запалите.



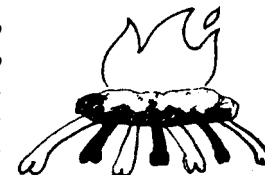
Смесете бензин с пясък и го запалете в някакъв съд като печка или издълбайте дупка и запалете огъня в нея.

Запалете масло, размесено с бензин или антифриз. Не запалвайте директно течното гориво, а направете фитил и запалете него. Същото важи и за препаратите за прогонване на насекоми.

Животински мазнини

Те също могат да се използват с фитил във вентилирана по подходящ начин кутия. Костите могат да добавят маса, когато мазнината е изгорена за огън (понякога единственото налично гориво в полярните области).

Запалете пламък с прахан или свещ, след това под него наредете кости, които да поддържат мазнината или маса. В началото използвайте съвсем малко мазнина. Освен ако не притежавате големи излишъци, изгарящата мазнина означава жертване на ценна рана, но тюленовата мас се разваля бързо и е отлично гориво.



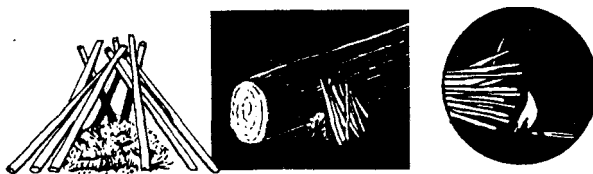
ИЗГАРЯНЕ НА МАСЛО И ВОДА

Тази смес поддържа една от най-високите температури на горене. Пробийте малка дупка в основата на две ламаринени канчета, по едно за всяка от течностите, и пхнете в нея чеп, с чиято помощ да регулирате количеството на течността, която изтича от кутията (а). Маслото и водата се спускат надолу към метален лист. Издърпването на запушалката увеличава притока на течността, натискането ѝ го намалява. Опитайте с 2-3 капки вода и 1 капка масло.'



Най-напред запалете малък огън под металния лист, за да го загреете. Сместа става силно летлива, когато се нагорещи. Запалете я над листа. Този огън ще изгаря почти всичко.

Направете легло от прахан и оформете вигвам от подпалки около него. Ако духа силен вятър, подпрете подпалките в някой дънероткъм подветрената страна. Запалете огниво. След като подпалките се запалят, добавете по-големи съчки. Или вземете сноп сухи клончета, не по-добели от кибритена клечка, запалете най-напред тях и ги поставете във вигвама.



КИБРИТИ

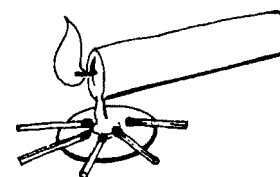
Кибритът е най-лесният начин да запалите огън. Носете със себе си **необезопасен** палец се от всякаква повърхност, кибрит при това колкото можете **повече**. Поставете го във водонепромокаеми контейнери, така че да няма възможност той да бъде драснат случайно и да се **възпламени**. Водонепромокаемите кибрити вършат и двете функции едновременно.

Някои хора разцепват всички клечки наполовина, а се **твърди**, че една клечка може да се **раздели на шест**. Но **НЕ** рискувайте да ги похабите - една, която **действа** е много **по-полезна** от шест, които не действат!

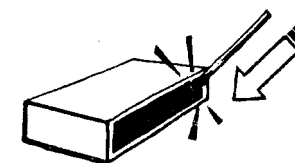
Драскайте **разцепените** клечки като притиснете фосфора към драскалото с пръст. Ако по този начин **изгорите пръста** си, имайте готовност веднага да го **охладите** - в студена вода, сняг или дори го **"наплюйте"** и духайте.

Овлажнен кибрит

Ако косата ви е суха и не е прекалено мазна, навийте овлажнените клечки в нея. Електричеството ще изсуши клечката.



Направете клечките водоустойчиви, като ги покапете с восък от свещ. Изстържете восъка с нокът, преди да драснете клечката.



Драскайте влажната клечка, като я удържате косо в драскалото, вместо да я теглите по него.

ПОМНЕТЕ

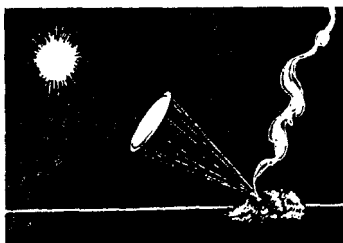
инаги когато палите клечка кибрит, запалвайте свещ. След това от нея могат да бъдат запалени още много неща - **така пестите** кибрита. Поставете я във вигвама от

подпалки, за да запалите огъня и я махнете веднага щом огънят започне да се разгаря. От нея изгаря съвсем малка част и дори и малката свещ ще изтрае дълго време.

Колкото и запалки и други средства за запалване на огън да носите със себе си, все пак опаковайте колкото се може повече кибрит - с нищо не можете да го замените. Така наречените вечни кибритени клечки могат да се използват многократно, но рано или късно дори и те се изхабяват. Затова носете със себе си и обикновени клечки. Проверете кой вид от тях е с най-много клечки при едно и също тегло и колко място заема.

Използване на лещи

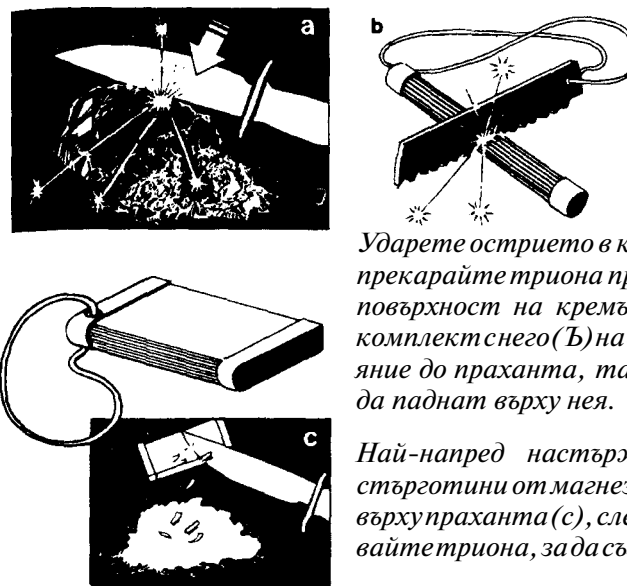
Силната насочена слънчева светлина, фокусирана с помощта на леща, може да произведе достатъчно топлина, за да запали вашата прахан. Случайни пожари са ставали от пречупена през счупени бутилки слънчева светлина, попаднала върху сухи листа или пасище. Лупата от вашия комплект за оцеляване или лещите от бинокъла или фотоапарата могат да свършат същата работа.



Поставете праханта на закътано място, за да защитите от вятър. Фокусирайте слънчевите лъчи, докато образуват малка, ярка точка от светлина. Поддържайте я устойчива. Лекораздухайте, когато праханта започне да дими.

Кремък и стомана

Кремъкът е камък, който се среща в много части на света. Ако той се удари рязко в парче стомана, от него се разхвърчават огнени искри, които ще запалят сухата прахан. Пластина с назъбен като трион ръб може да даде повече искри от обикновения нож и трябва да се намира във вашия комплект за оцеляване. Блокче магнезий с кремък върху едната си страна^e едно още по-ефикасно средство - магнезият гори много бурно-



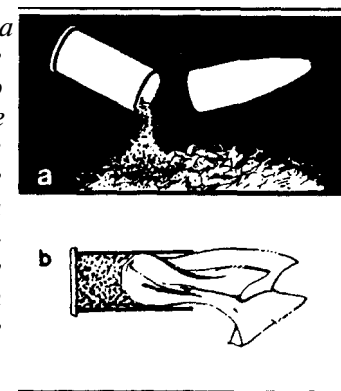
Ударете острието в кремъка (a) или прекарайте триона през назъбената повърхност на кремъка, който е в комплекта (b) на близкото разстояние до праханта, така че искрите да паднат върху нея.

Най-напред настържете няколко стъргодини от магнезиевото блокче върху праханта (c), след това използвайте триона, за да създадете искри.

Барут от патрони

Ако носите оръжие, можете да използвате барута от патрона, за да запалите праханта.

Отворете патрона и изсипете барута върху праханта, преди да използвате огнивото (a), или изсипете само половината барутина в парче плат в гилзата (b). Поставете патрона в оръжието и произведете изстрел, както обикновено, към земята. Парцалчето ще бъде изхвърлено тлеещо. Поставете го върху праханта заедно с останалата част от барута и скоро огънят ще се разгори.



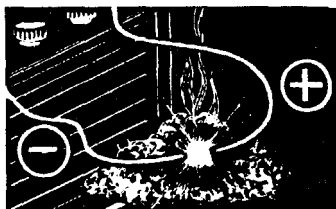
Запалване на огън с помощта на батерия

Искра от автомобилен акумулатор може да запали огън, а батериите от фенерчето или транзисторатрябва да притежават

достатъчно сила, за да го сторят. Трябва да разполагате с два проводника, които да закрепите към двата полюса на батерията. Ако не можете да откриете никаква жица, направете го с чифт гаечни ключове или други метални инструменти. Ако не разполагате с достатъчно дълги проводници, най-напред извадете акумулатора от колата.

Бавно доближете оголените краища на двата проводника един до друг. Точно преди да се допрат, между тях ще прескочи искра. С нея трябва да запалите праханта.

Малко парче плат с малко бензин върху него е най-добрата прахан - бензиновите изпарения се запалват от искрата.

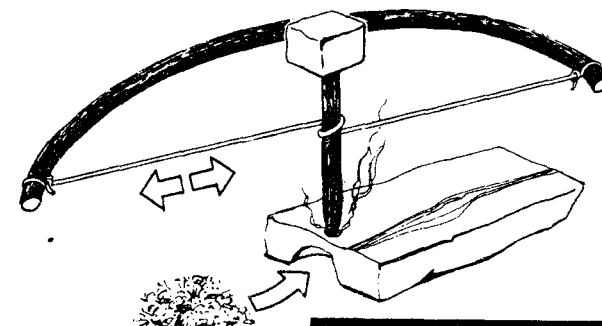


Лък за огън

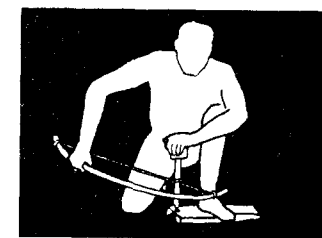
Елементарна техника за запалване на огън, но изисква много практика. Триенето на въртяща се ос от твърдо дърво върху основа от меко дърво най-напред произвежда прахан от фин дървен прах, а след това топлина. Валсовото дърво, борът и бамбукът са подходящи представители с мека дървесина; дъбът, ясенът и букът са видове с твърда дървесина. И двете части трябва да са сухи.

Издълбайте малка вдлъбнатина близо до единия край на дъската-основа и издялайте кухина под нея, в която да поставите праханта. Оста трябва да бъде гладко оформена. Лъкът направете от някаква гъвкава млада фиданка, като леска или бамбук, а тетивата от кожа, връв или от връзка за обувки. Освен това имате нужда от камък или дърво с дупка или от малко бурканче, което да поставите на горния край на дървената ос и върху което да упражнявате натиск надолу.

Увийте веднъж тетивата около дървената ос. Поставете оста във вдлъбнатината, на горния ѝ край сложете помощното парче камък или дърво и натиснете леко върху него, докато с другата ръка движите лъка напред-назад. Това предизвиква въртенето на оста. Увеличете скоростта, когато оста започне да прос



Продължавайте да движите лъка, докато вече не сте в състояние да го правите. Ако го правите както трябва, върхът, светещ като запалена цигара, ще се спусне върху праханта, която, ако я раздухате, ще пламне. Трябва да поддържате дървената ос права и стабилна.



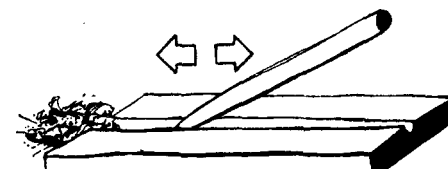
Добре е да стъпните с единия крак върху дървената основа и да подпретерката, която държи оста, върху него, докато с другата ръка дърпате лъка. Движението на лъка трябва да са абсолютно равномерни.

Препоръчва се и V-образната вдлъбнатина върху дъската-основа, както е показано на илюстрацията към ръчната бургия.

дървото. Когато започне да се показва в кухината отдолу, приложете по-силен натиск и движете лъка по-енергично.

Рало за огън

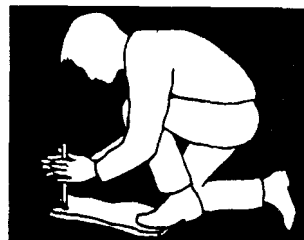
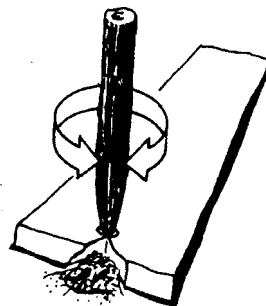
Този метод за запалване също се основава на триенето. В мека дървена подложка изсечете прав улей и след това "орете" с върха на пръчка от твърдо дърво напред-назад по него. Това **ижение** най-напред произвежда прахан, а след това я запалва.



Ръчна бургия

Този вариант на лъка за огън е особено полезен в сухи местности с ниска влажност и малко валежи, което превръща всяко нещо в суха прахан.

В дъската-основа от твърдо дърво издълбайте V-образен събиращ жлеб, в който ще стои праханта, но така, че въздухът да има достъп до нея. Близко до жлеба издълбайте малка вдлъбнатина. За вретено използвайте стъбло от кухо по-меко дърво с мека сърцевина. Въртете вретено между дланите на ръцете, спускайки ги надолу с всяко завъртане, за да притискате вретено в вдлъбнатината на дъската-основа. Когато триенето доведе до зачервяването на върха на вретено, духнете внимателно, за да запалите праханта около него. Поставянето на щипка пясък в дупката на вретено увеличава триенето и ускорява загряването на праханта.



Препоръчва се и кухня под вретено, както е показано на илюстрацията за метода на лъка за огън.

Палене на огън с помощта на химикали

Малко вероятно е раницата на бедстващия да съдържа пълен химически комплект, но има някои много разпространени химикали, с които, ако са ви подръка, ще можете да предизвикате запалване. Всички описани по-долу смеси могат да бъдат възпламенени, като ги удряте между два камъка или като ги поставите върху точката на триене на всеки от описаните методи за получаване на огън чрез триене. Смесете ги много внимателно, избягвайте контакт с всякакви метални предмети. Всички те са чувствителни към влагата и трябва да ги пазите сухи.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Бъдете внимателни с тези химикали, особено с натриевия хлорат - той се възпламенява от удар, затова гледайте да не го тръскате и не му позволявайте да се разсипва. Известни са случаи на запалване на разсипан върху твърда настилка унищожителна плевелите, когато е стъпване върху него.

Калиев хлорат и захар в съотношение 3:1 е бурно горяща запалителна смес, която може да бъде запалена и като се капнат няколко капки сярна киселина върху нея.

Калиев перманганат и захар, смесени в съотношение 9:1, е по-слабо чувствителна смес и температурата е от решаващо значение за времето, което ще ѝ трябва, за да се запали. Прибавянето на глицерин също ще предизвика възпламеняване на сместа.

Натриев хлорат и захар в съотношение 3:1.

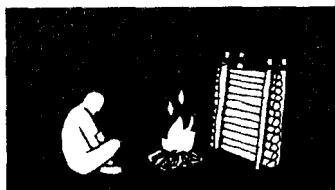
- Сярна киселина се намира в автомобилните акумулатори.
- Калиев хлорат се намира в някои таблетки за гърло - тяхното съдържание може да е описано върху опаковката. Натрошете някое хапче и вижте дали ще ви свърши работа.
- Калиевият перманганат е включен във вашия комплект за оцеляване.
- Глицеринът е съставен елемент на антифриза.
- Натриевият хлорат е препарат за борба с плевели.

ВИДОВЕ ОГЪН

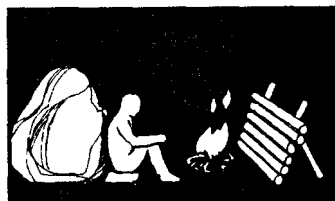
Колкото и бързо да ви се иска да запалите огън, ще ви е необходимо време, за да съберете дърва и да пригответе подпалките, да изберете най-доброто място и най-добрия вид огън.

Огън за топлина

При един огън, запален под открито небе, се топят само онези части от тялото, които са обърнати към него. При два огъня можете да седнете между тях, но това ще изразходва много гориво и без значение от каква посока ще духа вятърът, вие ще сте обвити в дим. Запалете един огън и използвайте рефлектор.



Добрият рефлектор, разположен близо до огъня, не само отразява топлината обратно към вас, но помага и за насочването на пушека нагоре, теглен от топлиите въздушни потоци, вместо да влиза в очите ви. Използвайте отразител, за да насочвате топлината към подслона за спане.



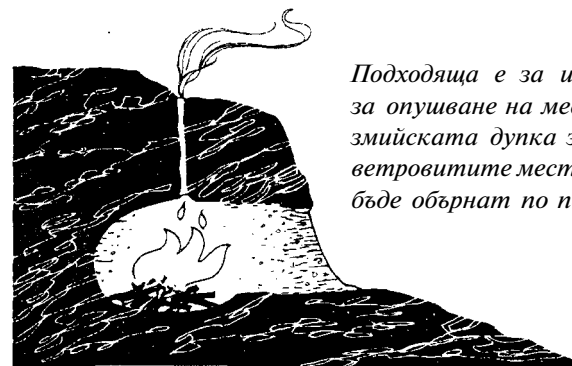
Неопитният човек често пали огъня съвсем близо до някой дървен ствол или скала - не го правете; запалете огъня на разстояние от скалата и седнете между нея и огъня, така че тя да отразява топлината и да грее гърба ви. Добавете и отразител.



Ако не разполагате с готов рефлектор, направете си и направете още един от другата страна на огъня, за да отразяват колкото се може повече от неговата топлина към вас.

Огън в змийска дупка

Това е затулен огън, който тегли добре и изгаря почти всичко, след като се разгори. Откъм страната на твърдия земен бряг изкопайте камера с дълбочина около 45 см. От горната страна забийте пръчка, която да стигне до дупката, раздвижете я, за да направите комин, и след това махнете падналата в дупката земя. Запалете огън в камерата.



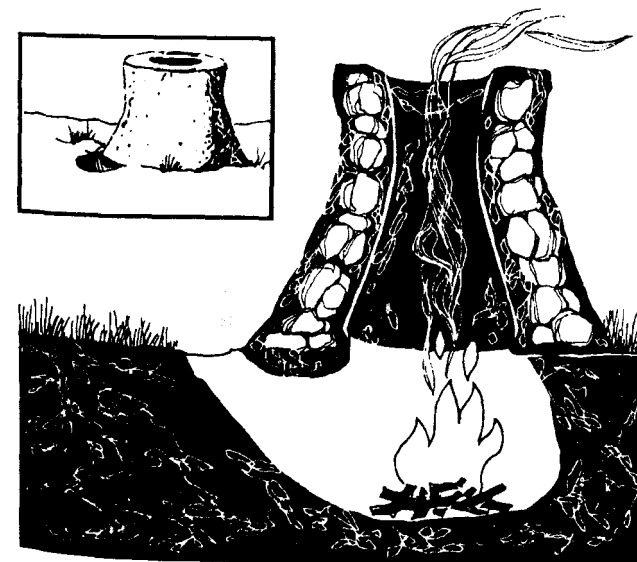
Подходяща е за изгаряне на боклук и за опушване на месо и риба. Входът на змийската дупка за палене на огън във ветровитите местности е най-добре да бъде обърнат по посока на вятъра.

Огън за готвене

Описаните огънове за готвене са подходящи и за топлене.

Юконска печка

Този огън, след като бъде запален, ще изгаря почти всичко. Изисква доста усилия, за да бъде направен, но те си струват, защото цялото съоръжение осигурява добра топлина, а горният край може да се използва за готвене.



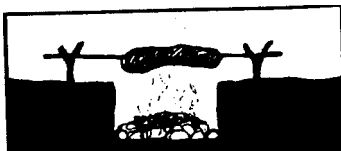
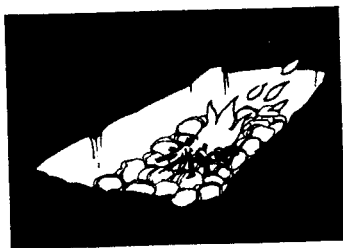
Изкопайте кръгла дупка с дълбочина около 24 см, с канал от едната страна, водещ надолу към нея. Около основната дупка наредете камъни и изсидайте комин, като го разположите над страничната дупка и постепенно го стеснявате навътре. Нека нагоре коминът отново да започне да се разширява. Запушете всички пролуки между камъните. Огънят е закрит, коминът създава добра тяга.

Запалете огъня най-напред в страничния канал. Когато той се разгори, бутнете го под комина. След това дървата и другото гориво се пускат вътре през отвора на комина, а интензивността на горенето се контролира чрез отваряне и затваряне на отвора на повърхността.

Този огън оставя много малко пепел и гори доста дълго време, преди да се наложи огнището да бъде изчистено.

Огън в ров

Този огън е предпазен от силен вятър, тъй като е под нивото на земята. Изкопайте ров с размери приблизително 30 x 90 см и дълбочина около 30 см плюс дебелината на един слой камъни, с които покривате неговото дъно. Запалете огъня върху камъните. Дори когато огънят изгасне, те ще останат горещи и от тях става превъзходен грил.



Шиш, поставен над въглените, е превъзходен начин за печене на месо.

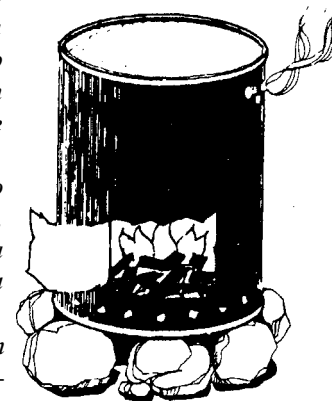
Кюмбе

Тази печка осигурява източник на топлина, около който могат да се наредят няколко човека, а горният ѝ край може да се използва за готвене. За да я направите, се нуждаете от нещо подобно на двадесетлитров варел за масло.

Пробийте дупки на дъното и около дъното по цялата обиколка на варела за въздушната тяга. Изрежете отвор от едната страна на около 5 см от дъното, през който да поддържате огъня.

Пробийте дупки върху горния край, ако печката се използва само за топлена, или ги направете отстрани до горния край, ако не искате пушекът да излиза през върха.

Поставете целия варел върху кръг от камъни, така че отдолу да има достатъчно тяга.



СПОНТАННО ЗАПАЛВАНЕ

Понякога огънят избухва спонтанно в някоя компактна купчина от мокро сено. Той може да възникне в памук, напоен с безир, при положение че въздухът е топъл и сух, но температурата е от решаващо значение. Той или ще гори с часове, или изобщо няма да се запали. Това не е сигурен начин за запалване на огън - но е сериозна опасност, която трябва да се има предвид.

ГОТВЕНЕ



Когато храната се загрее, тя губи хранителната си стойност - колкото е по-висока температурата, толкова е по-голяма загубата - затова нищо не трябва да се готви по-дълго, отколкото е необходимо - за да стане то вкусно, например - освен ако не е подозрително и не се готви, за да бъдат унищожени микроби и паразити, или за да се неутрализират отрови.

Варенето на зеленчуците унищожава съдържащия се в тях витамин С, а печенето на месото отстранява от него важните мазнини, но ние сме свикнали да ядем храната си сготвена и топлото месо е ненадминато за повдигането на духа на човека. Необходима е голяма дисциплина, за да се ядат сурови много от нещата, които преди това вие не сте считали за храна - но жабите, червеите, плъховете не изглеждат толкова зле, когато бъдат сготвени.

Готвенето не само прави много от храните по-апетитни на вкус, мирис и външен вид, но прави и по-крехки мускулните влакна в месото, а протеинът по-лесно смилаем; най-важното, унищожава бактериите и паразитите, които навярно съществуват в месото.

Ако земята е плодородна, вероятността животинската храна да е заразена с паразити е много по-голяма. Свинете, по-специално, носят глисти и тении. Варенето на месото ще ги унищожи, макар и да намали хранителната му стойност. Някои храни никога не трябва да се ядат сурови - копривата и някои други растения, например, а винаги трябва да се готвят, за да бъдат неутрализирани вредните субстанции, които съдържат.

Конкретната ситуация ще определи дали да готвите, или не. Ако не можете да ядете нещо сурово или ако храната е в изобилие, но е еднообразна, гответе я, за да я направите по-вкусна. Прогонете досадата, като използвате различни рецепти за готвене.

Методите за готвене ще зависят от хранителните продукти, с които разполагате, и от способностите, които притежавате или можете да развиете. Видът огън, кухненските съдове и методите на готвене трябва да си съответстват.

Готвенето изисква слаб огън. Използвайте разпаления огън, за да сгреете водата, след това оставете бурните пламъци да утихнат и използвайте въглените и жаравата, за да готвите.

ПОМНЕТЕ

НИКОГА не оставяйте огъня без наблюдение, когато готвите - не можете да си позволите да похабите храната си.

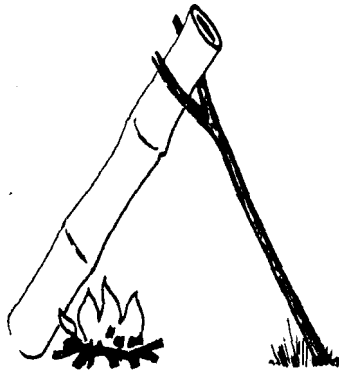
След като запалите огъня, върху него ВИНАГИ трябва да има съд, в който да се топли вода, освен ако запасите от вода не са крайно ограничени, защото горещата вода е ценна придобивка: горещите напитки са винаги ободряващи; ще откриете и най-различни други нейни приложения - от стерилизирането на раните до улесняването на скубането на перата на птиците.

НЕДЕЙТЕ просто да закрепвате съдинката върху огъня - ако тя се обърне върху него, освен че ще загубите нейното съдържание, може да изгаси и огъня. Подпирайте съдините върху стабилни камъни или ги окачвайте над огъня.

ВАРЕНЕ

Готвенето във вряща вода изисква някакъв съд. Ламаринените канчета и металните кутии са идеални. Направете им Дръжка, окачете ги на опора над огъня или използвайте маша, за да ги махате или поставяте върху огъня (виж *Полезни кухненски прибори*). Появилите се дупки в съдовете могат да се поправят, като се набият в тях малки дървени запушалки - когато се намократ, ще се разширят и ще спрат да капят. Ако не разполагате с никакви метални съдове, някое дебело бамбуково стъбло е подходящ съдзатечности. Съдовете могат да се изработят от брезова кора, но внимавайте водата в тях да не изври.

За сваряването на вода, когато не разполагате с издръжливи на огън съдове, виж метода "ханги" на стр. 403.



За да готвите в стъбло от бамбук, наведете го под ъгъл над топлината на огъня, поддържайки го с пръчка с чатал, забита в земята.

Въпреки че варенето наистина разрушава някои хранителни елементи, то консервира естествените сокове и запазва всички машини, при положение че изпивате всички течности и изяждат твърдите остатъци. Всеки път, когато изхвърляте водата от готвенето, губите ценни хранителни вещества, въпреки че ще трябва да я изхвърлите, ако изварявате токсични субстанции. Варенето ще направи жилавите корени и старите животни по-крехки и годни за ядене. Ще унищожи глистите и тенията, може да направи годно за ядене дори разваленото месо.

Ако изгоните хранещо се със своята жертва животно от плячката му, можете да изядете остатъка от месото, стига да го нарежете и да го варите в продължение на поне 30 минути. Ако се нуждаете отчаяно от храна, можете да рискувате с всяко мъртво животно, при положение че не се е разложило, но използвайте само месото от големите мускули. Нарежете го на кубчета от по 2.5 см и след това ги сварете на силен огън в продължение най-малко на 30 минути. Хапнете съвсем малко, след това изчакайте половин час, за да проверите дали няма никакви странични ефекти - на повечето токсини им е необходимо точно толкова и дори по-малко време, за да засегнат храносмилателната система. Ако няма никакви симптоми, изяжте и останалата част от него.

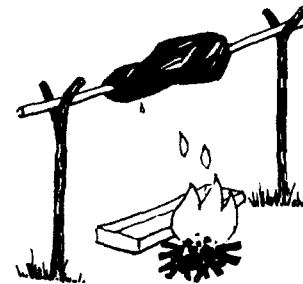
Частично сварените зеленчуци, които смятате да сготвите заедно с други продукти, ще ускорят процеса на готвенето.

Печене

Печеното месо се приготвя в собствената си мазнина. Най-лесният начин е да наденете месото на шиш и да го въртите над горещи въглени или отстрани до пламтящ огън, където е достатъчно горещо, за да може да се изпече. Непрекъснатото въртене на месото не позволява на мазнината да избива на повърхността. Печенето прави месото на дивеча много вкусно, но има два недостатъка.

Похабява се ценна мазнина, освен ако под шиша не се постави тавичка за събиране на капките. Редовно поливайте месото с мазнината от тавичката.

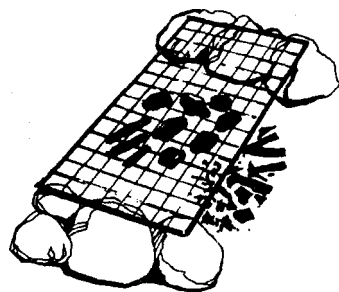
Печенето на силен огън може да сготви и запечати външната страна, докато вътрешната част на месото остава недопечена, оставяйки живи вредните бактерии. Бавното печене е за предпочитане, а вътрешната част на парчето месо може да продължи да се изпича и след като се отреже готовата външна част.



Огънят трябва да бъде разположен съвсем малко отстрани на месото, за да може в тавичката под шиша да се събира ценната мазнина.

Печене на скара

Скаратата е бърз начин за приготвяне на големи количества храна, но за нея се нуждаете от някаква опора - като например мрежа от тел, поставена върху камъни над въглените на огъня. Тя трябва да се използва само когато храната е в изобилие, тъй като този метод се хаби по-голямата част от мазнината на



Ако не разполагате с телена мрежа, направете решетка от много зелени стъбла или поставете дълга пръчка върху опора с чатал, така че с нея да държите месото над огъня. Увийте месото около пръчката. Можете също така да изпечете месо и зеленчуци върху пръчка, поставена върху пръчки с чатали от двете страни на огъня.

месото. Като повърхност за печене могат да се използват нагорещените камъни около огъня, а можете да нанижете месото на пръчки и да го държите над огъня.

Печене във фурна

За да печете във фурна се нуждаете, разбира се, от фурна, но ако разполагате с време и нужните материали, това е един добър начин за готвене. Месото трябва да се сготви в съд и мазнината, която изтича, се използва за поливане. Готвено продължително време на постоянен огън, месото става по-крехко. Печенето във фурна е много подходящо също така и за корените.

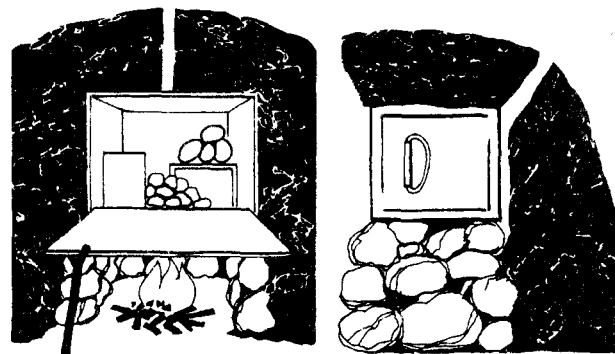
Ако месото се постави в ламаринен съд, в който има малко вода, за да се сготви във фурна, това е форма на задушаване.

Използвайте фурната, за да готвите няколко различни неща наведнъж.

Фурна от метална кутия

От голяма ламаринена консерва или метална кутия с капак с панти става идеална импровизирана фурна. Войниците, поставени в ситуация на оцеляване, намират кутията за амуниции за идеална за тази цел. Ако капакът е с панти и дръжка, можете да поставите кутията върху страните ѝ, така че капакът да се отваря напред. Вероятно ще бъде по-лесно, особено ако няма дръжка или ако трябва да импровизирате панти, да я поставите с отвора надолу. Ако поставите камък или някаква друга опора отпред, върху която да се опре капакът, ще имате една удобна поставка. Ако не разполагате с консервна или друга кутия, може да си направите глинени купол по подобие на индианските фурни

тандури. За да го затоплите, запалете огън вътре в него и го махнете, преди да започнете да готвите. Оставете един съвсем мъничък отвор, който лесно може да бъде запушен, докато готвите.



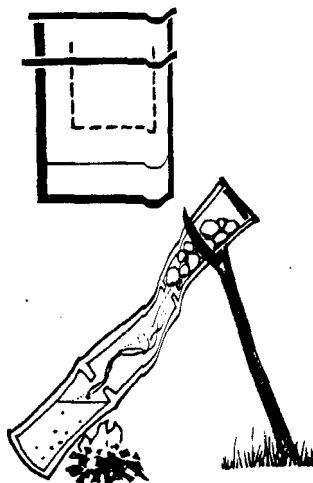
Поставете кутията върху камъни по такъв начин, че под нея лесно да може да се запали огън. Натрупайте камъни и пръст или по-добре глина, отзад, отстрани и отгоре, но оставете свободно място зад кутията, така че топлината и пушекът да могат да преминават край задната ѝ страна. Използвайте пръчка, за да направите дупка за комин отгоре и отзад на фурната.

Пържене

Пърженето е отличен начин за разнообразяване на хранителния режим, ако разполагате с мазнина и съд, в който да пържите. Всеки метален лист, който можете да огънете или да му придадете лек ръб, ще ви свърши работа. В някои области можете да откриете голямо листо, съдържащо достатъчно масло, така че да не се изсуши, преди готвенето да е приключило - **анановите** листа представляват превъзходна повърхност за пържене на яйца. Пробвайте листата, преди да рискувате да **зпържите** върху тях ценната храна, и ако използвате такова листо, пържете само върху жарава, не върху пламъците на огъня.

Готвене на пара

Готвенето на пара запазва ценните хранителни вещества. То е отличен начин за готвене на риба и зелени зеленчуци.



сравните малки дупки между отделенията, но достатъчно големи за да може водата да мине през тях и да напълни най-долното отделение. Направете капак (немного плътен) за горния край. Врящата в долната секция вода ще отделя пара, която ще готви храната, а положена в най-горната част на стъблото.

Свежите млади листа изискват съвсем малко готвене. Хранителните продукти да бъдат поставени над парата на вряща вода.

Готвe в пръст

Увиване на храна в пръст е метод, при който не се нуждаете от кухненски съдове и който ви предлага вкусна алтернатива, дори когато имате съдове. След като се увие в топка от пръст, храната се поставя във въглените на огъня. Топлината се излъчва през пръстта, която защитава храната, така че тя не се опърля и не изгаря.

Живо най-напред трябва да бъдат изчистени и изкормени, а не се нуждаят от друга подготовка: когато глината се махне, бодлите на таралежа или люспите на рибата ще останат поленали по нея. Премалкните птици глината ги оскубват вместо вас, но перата създават изолация и могат да попречат при

Пригответе си елементарен изпарител, като пробие дупки в канче и го поставите в някое по-голямо канче, но на разстояние от неговото дъно или като поставите нещо на дъното на по-голямото канче, за да държи по-малкото над водата. Покрийте с нещо външното канче, така че парата да не може да излиза, но не толкова плътно, че да бъде запечатано, защото ще се създаде налягане, което ще предизвика избухване.

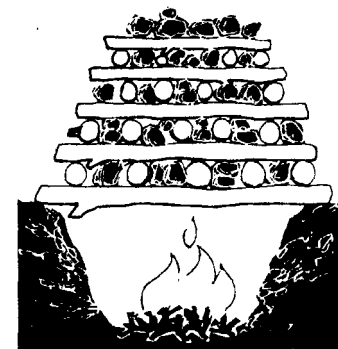
Вътрешните отделения на бамбуковото стъбло създават от него отличен изпарител. Пробийте

сготвянето на някоя голяма птица. Пригответе на зеленчуковите корени по този начин ще махне тяхната кора, с което вие губите ценна хранителна стойност.

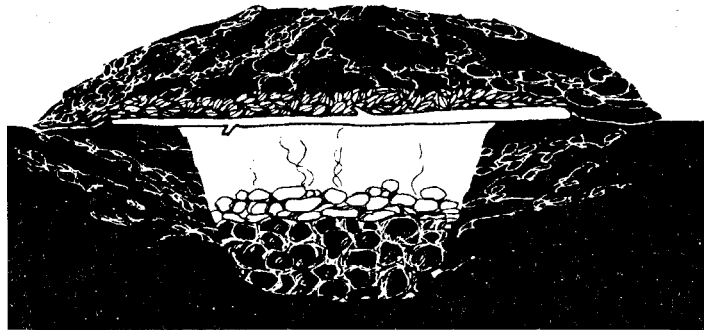
Методът ханги

Това е друг начин на готвене без кухненски съдове. Подобно на печенето на миди в Съединените щати и на традиционните методи на маорите и хората от Южния Пасифик, той включва нагорещаването на камъни. За него са необходими подпалки, дърва и кръгли камъни с размерите приблизително на юмрук. Не използвайте меки, порести или люспести камъни, които могат да експлодират от горещината.

Изкопайте овална дупка с дълбочина около 45-60 см и закръглени стени и на дъното й поставете подпалките. Над дупката наредете дърветата, напречно върху тях под прав ъгъл наредете друг ред дърва, поставяйки между тях камъни. Наредете пет или шест такива реда с дърва, като найотгоре наредите камъни.



Когато подпалките се разгорят, ще запалят дървата над тях, които ще нагреят камъните, докато най-накрая всички камъни ще паднат в дупката. Махнете тлеещите въглени и пепелта. Поставете храната върху горещите камъни, месото в центъра, а зеленчуците отстрани, към външния край. Между храната и това, с което ще покриете дупката трябва да има разстояние. Наредете млади филизи върху дупката и поставете зебло, листа и т.н. върху тях, покривайки всичко с пръстта, която сте изкопали, за да запазите топлината в дупката. Сега дупката функционира като тенджерата под налягане. След час и половина махнете покривалото - храната ви ще бъде сготвена.



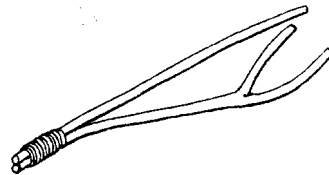
ВАРЕНЕ НА ВОДА В ХАНГИ

Ако не разполагате с никакъв съд, в който да сварите вода, можете да използвате ханги. Всичко, в което сте събрали водата, при положение, че няма да се стопи (така че изключете пластмасата, но включете другите видове непромокаема материя), може да се събере и завърже, така че водата да не се разлее и да се постави в хангито. Ще са необходими около час и половина, за да заври водата, но материята няма да бъде прогорена.

ПОЛЕЗНИ КУХНЕНСКИ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

Маша

Изберете два клона, и двата да са с естествена извивка, и ги завържете така, че свободните им краища да са встрани един от друг. Или използвайте клиновидно парче дърво, поставено между завързаните им краища, което да ги държи разделени. Ако единият клон е с чатал, хващането ще бъде по-добро. Използвайте машата за хващане на гърнета, горещи камъни и дърва.



Прът за канче

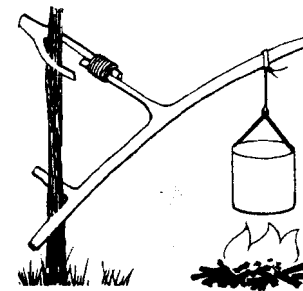
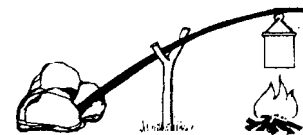
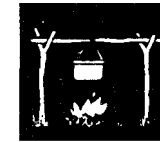
За да получите разнообразен достъп до огъня сравнение с опънатия над него хоризонтален прът, забийте един здрав чаталест клон в земята близо до огъня, но не твърде близо, та да се подпали. В чатала поставете един доста по-дълъг от него прът, единият край на който е над огъня. Забийте задния край на по-дългия прът в земята и го осигурете против издигане във въздуха, като струпате върху него тежки камъни. Близо до предния край издълбайте жлебове, за да не позволите на канчето да се плъзне по него или, за още по-сигурно, за да вържете там здрава кука. Над огъня на различна височина могат да се наведат две или три пръчки със закрепени за тях месо или зеленчуци.

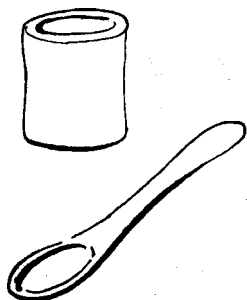
Завъртаща се дръжка за канче

Тя може да се направи от две чаталести пръчки и здрава вертикална опора, забита в земята. Завържете клоните един за друг, така че чаталите да са обърнати в противоположни посоки спрямо отвесната опора. Действието на конзолата ще поддържа височината, на която вие сте я поставили, а едно бутване настрани ще завърти канчето извън огъня. При една по-висока вертикална опора можете да регулирате и височината на готвене.

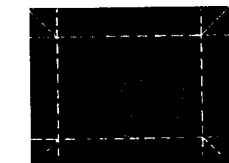
Променлива кука за канче

Тъй като разстоянието между огъня и храната ще се отрази на скоростта, с която ще се сготви яденето, изработете това приспособление за окачване, така че да можете да контролирате готвенето. режете здраво парче дърво с няколко клона т малко дърво или храст и отрежете клоните на разстояние 10-12 см от основата им. Обелете кората, която може да крие под себе си гнил клон.



**Бамбукова чаша**

Отрежете една секция от бамбуково стъбло точно под естественото му съединение, а след това го отрежете точно под следващото съединение отгоре. Огладете ръбовете, за да се предпазят от трески.

**Лъжица**

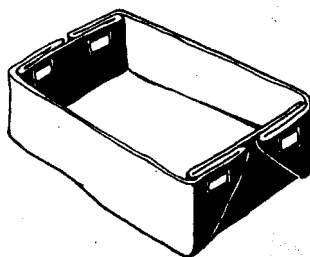
Започнете с някое плоско парче дърво и очертайте върху него с върха на ножа формата на лъжица. След това го издължайте до необходимата форма. Не бързайте - това ще доведе само до грешки. Никога не дялката в посока към себе си или към ръката си.

**Съдове от брезова кора**

Използвайте вътрешния пласт на брезовата кора, за да изработите кутии за съхранение или временни кухненски съдове, които могат да се използват за варене на вода. Зашийте ги или ги вържете близо до върха, за да не им позволите да се разгънат.

Алтернативен начин за приготвяне на временни съдове е да прищипете горните краища с помощта на разцепени клечки, но може да разсипете съдържанието на съда, ако той се разгъне внезапно.

Изработете друг съд, но с по-голяма основа, и ще разполагате с капак за първия съд.



От кръг, сгънат на четири, се образува конусовидна чаша - или съд за варене, ако бъде окачен над огъня.

КОНСЕРВИРАНЕ НА ХРАНАТА

Ако храната не е в голямо количество или има вероятност да бъде ограничена от сезона, от съществено значение е да се уверите, че запасите се съхраняват надеждно.

Микроорганизмите, като плесените например, които развалят храната, виреят много добре във влажен, топъл въздух. Развалянето може да бъде забавено като държите храната на хладни места, като пещери или до вода, но това е мярка с краткосрочен ефект. За дълготрайното съхраняване на продуктите трябва да се предприемат по-конкретни действия. Основните методи, които се използват, са сушенето, **опушването**, **мариноването** и **осоляването**. Плодовете сладка няма да траят много дълго, ако не ги вакуумирате, но ще изтраят по-дълго време в сравнение с меките плодове; и алкохолът е отличен консервант, ако се научите как да го произвеждате.

ПОМНЕТЕ

Когато сте изразходвали време и усилия, за да консервирате храната, особено в области, където тя е оскъдна, **положете също толкова големи усилия за нейното съхраняване.**

Никога **не** я съхранявайте под директното въздействие на слънчевата светлина, близо до топлина или влага, нито на места, където хранещи се с остатъци животни могат да я съсипят.

Увийте я, когато това е възможно, във **въздухонепроницаеми и водоустойчиви материали** - или я съхранявайте в съдове (като например кутии от брезова кора), запечатани **добре**. Поставете етикети върху тях, ако съхранявате няколко различни вида храна, и ги разделете, за **а** избегнете смесването на ароматите.

Проверете внимателно, за да се уверите, че всичко е наред.

Изсушаване

И вятърът, и слънцето могат да изсушават храната при повечето климатични условия, но е по-лесно храната да се изсуши принудително над огъня. Загубата на течностите намалява размера и теглото, концентрирайки хранителните вещества. Много плесени могат да растат на място, където влажността е не по-малко от 16 процента, но много малко могат да се развият върху храни, чиято влажност е 5 и по-малко процента, като последните ще бъдат по-слабо уязвими и към личинките на мухите.

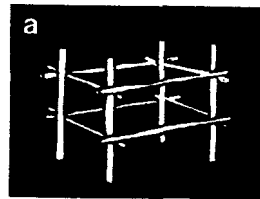
Месото от свиня, гъска, морски птици, както и други видове месо с високо съдържание на мазнини, са най-трудни за консервиране. Най-добре е да отрежете по-голямата част от сланината и да натриете месото със сол. Солта е добър изсушител. Окачете осоленото месо на хладно, проветриво място.

Изсушаване с пушек

Пушекът дехидратира месото и го обвива със защитен пласт, все едно лакира повърхността. Вътрешността е суха, така че не

Димна шатра

Забийте три пръчки в земята така, че да образуват триъгълник, и завържете върховете им заедно. Между тях направете платформа, а под нея запалете огън.



още да настъпи никаква кондензация, а външната повърхност запечатана и защитена от бактерии. Опушването е най-ултатно в димна къща или в димна шатра.

Димна къща

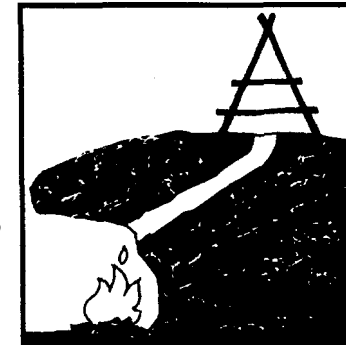
Като алтернатива на димната шатра направете квадратна рамка от вертикални подпори (а) и напречни пръчки, поддържащи платформата за опушване, като под нея запалите огън и я използвате по абсолютно същия начин, както и димната шатра.

И в двата случая месото трябва да бъде нарязано на тънки ленти без сланина, а рибата да е изкормена и нарязана на парчета. Лентите могат да бъдат с всякаква дължина, но трябва да бъдат широки най-много 2.5 см и дебели 6 мм.

Разгорете огън, за да получите гореща жарава. Преди това сте приготвили купчина зелени листа. Листата от дърветата с твърда дървесина са отлични за целта, особено от дъб, но избягвайте зеленликата и останалите токсични листа, както и иглолистните, които обикновено са смолисти и могат да пламнат. Не използвайте трева. Някои листа ще придадат на месото специфичен аромат; листата на бахара са особено характерни.

Уверете се, че в огъня няма пламъци и изсипете листата върху въглените. Покрийте цялата конструкция с плат, за да

Ако въглените на огъня се разгорят, съществува опасност да пламне цялата конструкция. Това може да се избегне, като запалите огън в камера в брега (виж Огън в змийска дупка, Огън), а над комина издигнете шатрата. Този метод ви дава освен това възможност да се грижите за огъня и а осигурите много по-голямо количество дим, който ще бъде по-хладен в сравнение с пушека на огън, запален на земята под конструкцията. Месото ще се изсуши по-бавно и ще се пропие с пушек, без да бъде сготвено.



задържите пушека. Ако не разполагате с подходящ материал, пригответе предварително клони и чимове, с които бързо да покриете съоръжението и да го запечатате. Оставете съоръжението запечатано в продължение на осемнадесет часа, като се уверите, че от него не излиза никакъв или излиза съвсем малко дим.

Пастърма

Това е месо, изсушено на слънце. Африканското му име е *билтонг*, а северноамериканските индианци го наричат *чаркуи*. Този метод не запазва месото така добре, както опушването, и затова трябва да се използва само когато опушването не е възможно.

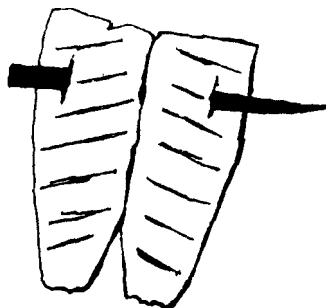
Нарежете месото на ивици, както за опушване, и ги окачете на слънце. Уверете се, че са извън обсега на животните, на около 2-3 метра над земята.

Изсушаването на месото може да отнеме две-три седмици и през цялото това време то трябва да се пази сухо, затова трябва да сте подсигурили защита против дъжд. Ивиците трябва да се обръщат, за да сте сигурни, че всички части са изсушени добре, и поне в началото мухите трябва да се държат далеч от месото, за да не снесат яйцата си върху него.

Изсушаване на риба

Консервирайте рибата по начина, по който се приготвя пастърма. Отрежете главата и опашката и я изкормете. Разрежете я и я отворете. Отделете гръбнака и я сложете върху нагreti от слънцето камъни. Накълцайте месото отвътре, за да ускорите процеса на изсушаване.

Рибата също може да се опуши. Трябва да се разтвори, но по-лесно да се окачи, ако е изкормена и изчистена, без да се маха гръбнакът, главата или опашката. Окачете я за едната страна на главата.



Пемикан

Това е концентрирана, богата на хранителни вещества храна, приготвена от пастърма. Тя е отличен хранителен запас, който да носите със себе си, ако сте решили да потеглите на път в търсене на спасение. Той съдържа всички основни минерали и витамини, с изключение на витамин С.

Нуждаете се от равни количества, като тегло, пастърма и стопена мазнина. Надробете и начукайте месото. Разтопете животинската мазнина на бавен огън, без да й позволявате да заври. Излейте мазнината върху наклъпаната пастърма и ги размесете много добре.

Когато истине, опаковайте сместа във водонепромокаема торба. Тя ще се запази за дълго време, особено в районите със студен климат.

Мариноване и осоляване

Лимонената киселина, получена от дива липа и лимони, може да се използва за мариноване на риба и месо. Разрежете две части сок с една част вода, разбъркайте добре и натопете месото в този разтвор най-малко за 12 часа. След това го сложете в покрит, за предпочитане херметично затворен съд с достатъчно разтвор, който да покрие цялото месо. Зеленчуците с високо съдържание на вода са трудни за консервиране. Мариноването е най-добрият начин за тях. Алтернатива на този метод, ако солта е по-достъпна от цитрусовите плодове - те могат да се сварят и след това да се поставят в саламура (солена вода). Варенето убива бактериите, а саламурата държи останалите бактерии далеч от храната.

Обичайният метод да се уверите, че саламурата е достатъчно силна, е да слагате сол, докато в нея картофът започне да плува. Ако не разполагате с картоф, опитайте с малък плод или зеленчуков корен, който не плува във вода без сол (без ябълките - те плуват твърде лесно). Друг метод на осоляване е да увиете стегнато пластове сол и зеленчуци, като боб или грах, и да ги измиете грижливо преди консумацията им.

Ядки и зърнени храни

Те се съхраняват достатъчно добре, при положение че не се допусне овлажняването им, но ще се запазят по-добре, ако бъдат изсушени. Поставете ги върху нагорещени в огъня камъни, като ги обръщате често, докато се изсушат изцяло.

След това трябва да се съхраняват във влагонепроницаеми съдове.

Плодове, гъби и лишеи

Плодовете могат да се сушат цели или да се нарежат на парчета и да се сушат на слънце, с пушек или топлина. Гъбите също се сушат много лесно - особено манатарките. Плодовете обикновено могат да се ядат сушени. Гъбите могат да се добавят към супи и яхнии или да се накиснат във вода за няколко часа, за да възстановят част от своята структура, ако се използват по някакъв друг начин.

За да съхранявате лишеи, накиснете ги през нощта, сварете ги добре и след това ги оставете да изсъхнат. Стрийте ги на прах, след това отново ги сварете, докато се образува гъст сироп, който може да се държи в запушени съдове и да се използва, за да осигурява основната маса на други храни.

СЪВЕТИ ЗА ГОТВЕНЕ**□ МЕСО**

Месото е най-добре да се нареже на кубчета и да се сvari. Свинското е особено подозрително в районите с горещ климат: дивата свиня обикновено е заразена с глисти и чернодробна тения. Еленът също често е заразен с глисти.

Накиснете твърде жилавото месо в разтвор от сок от цитрусови плодове за 24 часа. Това ще го направи по-крехко. Варете го на бавен огън, докато омекне.

• ДРЕБОЛИИ

Проверете особено внимателно черния дроб. Ако е твърд, не мирише, няма петна и твърди буци, може да се яде. Най-напред го сварете, след това, ако желаете, го изпържете. Сърцата са най-

вкусни, ако предварително ги сварите леко, а след това ги опечете в фурна. От мозъка (ако не се използва за обработване на кожи) става чудесна яхния. Одерете главата и я варете на бавен огън в продължение на 90 минути. Свалете от черепа цялото месо, включително очите, езика и ушите.

• КРЪВ

Оставете я в съда, в който я събирате, но я дръжте покрита. Отгоре се отделя бистра течност. Когато изглежда, че разделянето е завършено, я изхвърлете. Изсушете до огъня кръвната утайка, докато образува твърдо вещество. Използвайте го, за да обогатявате супите и яхниите.

• НАДЕНИЦИ

Изчистете много добре червата, обръщайки ги с вътрешността навън, за да ги измиете. Напълнете ги със смес от равни части месо и мазнина, омесени с достатъчно количество кръв, за да се смесят много добре. Завържете краищата на червото и варете. След като бъдат сготвени, те могат да бъдат консервирани чрез студено опушване в димна шатра над комин.

• РИБА

Обикновено е без микроби, ако е уловена в прясна вода. Рибата не изисква много готвене и се приготвя най-добре, като се задуши или като се увие в листа и се постави върху горещи въглени - избягвайте листата на токсичните растения.

• ПТИЦИ

Сварете цялата птица. Старите гарвани, косове и папагали са жилави и е най-добре да се варят. Младите екземпляри могат да се ядат - напълнете птицата с билки и плодове.

□ ВЛЕЧУГИ

Най-добре е да се изкормят и след това да се сварят в кожата им, които са груби и жилави. Сложете ги върху горещи въглени и екзоскелета ги обръщайте. Когато кожата се сцеди, месото може да се махне и да се сvari. Малко са змиите, които имат ни секрети върху кожата, а други могат да имат отровни

жлези в главата си, затова я отрежете, преди да сготвите змията. Ако не сте сигурни дали са безопасни, внимавайте, когато ги пипате.

Одерете жабите, преди да ги сготвите (много от жабите са с отровна кожа). Изпечете ги на шиш.

• **КОСТЕНУРКИ**

Варете костенурките, докато корубата не се отдели. Нарезете месото и го варете, докато омекне.

• **МЕСО ОТ АКУЛА**

Има лош вкус, ако не се приготви както трябва. Нарезете го на малки кубчета и го накиснете в прясна вода през нощта. Варете го, като сменяте водата няколко пъти, за да премахнете миризмата на амоняк.

• **РАКООБРАЗНИ**

Раци, омари и скариди е най-сигурно да се сварят, тъй като може да съдържат вредни организми. Всички видове морска храна се развалят много бързо и трябва да се сготви веднага, щом това е възможно. Пуснете ги във вряща солена вода и ги варете десет минути.

Ако сте сигурни, че храната е прясна, най-добре сгответе мидите и всички подобни животни по следния начин. Изкопайте дупка в пясъка, а до нея запалете огън, в който поставете камъни. Когато камъните се нагорещат достатъчно силно, пуснете ги в дупката, поставете мидите отгоре и ги зарийте с влажни морски водорасли или трева, а върху тях натрупайте десет сантиметров слой пясък. В дупката ще се създаде достатъчно пара, която ^{да} сготви мекотелите.

• **НАСЕКОМИ И ЧЕРВЕИ**

Най-добре е да ги сварите. Сгответе ги и ги направете на кайма, като ги размачкате в някое канче.

По-приятно е да ги изсушите върху горещи камъни и ^{сл} това да ги стрияте на прах, с който да обогатявате ^{супи} и яхниите.

• **ЯИЦА**

Варенето е най-добрият начин да ги сготвите, но ако не разполагате със съд, изпечете ги, след като **най-напред** с помощта на подострена пръчка или с много острия връх на нож пробиете малка дупчица в единия край. Поставете ги върху топли въглени, за да ги сготвите бавно. Бавното готвене намалява опасността от пукване. Помнете, че от банановите листа, които са пълни с масло, става отличен тиган за пържене. Поставете листото върху горещи въглени и счупете яйцето върху него. Ако свареното яйце е със зародиш, извадете зародиша и го опечете.

• **ЗЕЛЕНИ РАСТЕНИЯ**

Измийте ги в чиста вода и ги варете толкова, колкото да омекнат - те често и много лесно се преваряват. По-нежните растения могат леко да се приготвят на пара, ако сте сигурни, че не са вредни за ядене. Добавете ги към яхнии, след като месото е сварено и вече е крехко. Яжте свежата зеленина сурова, като салата.

• **КОРЕНИ**

Някои от тях са отровни, но токсините се разграждат от топлината. Винаги гответе корените; варенето ще накара и най-жилавите от тях да омекнат. Корените са вкусни печени, но най-напред ги сварете. Варете ги в продължение на пет минути, след това ги сложете в дупка, изкопана под огъня, покрийте ги с пепел и въглени и ги оставете там, докато омекнат.

• **ЛИШЕИ И МЪХОВЕ**

Накиснете ги през цялата нощ в чиста вода. Добавете ги **към яхнии**.

• **САГО**

Подходящото саго се получава от палмата **саго**, но по същия **ачин** могат да се използват и захарната палма, палмата рибя опашка **В** американските тропици, както и зелевите палми. Редната по размер палма саго осигурява около 275 кг саго - **статъчно** количество, за да може един човек да се изхрани с него в продължение на цяла година.

установена командна структура, трябва да се създаде организационен комитет и да се посочат и изберат хора, които да се натоварят с определени отговорности, вероятно на ротационен принцип, ако групата е голяма и не се очертава скорошно спасение. Познанията трябва да се обединят и трябва да се предприемат незабавни стъпки, за да се установи кой с какви умения може да бъде полезен на общото дело.

За изпълнението на такива ежедневни задължения, като събирането на дърва за горене и вода, събирането на храна, готвенето, изкопаване на тоалетни и поддържането им, както и за лова и поставянето на капани, трябва да се състави списък с разпределението на задачите между хората.

В една група на бедстващи може да попаднат всякакви хора - на различна възраст и с различен опит. Хората ще притежават различни умения и ще им доставя удоволствие да изпълняват различни задачи. Всеки, който е подходящ и способен, трябва да да се редува в поемането на различни задължения, освен ако уменията му не са толкова необходими на групата, че неизползването им да е в неин ущърб; индивидите трябва да правят това, което могат да правят най-добре, и да бъдат насърчавани да развиват уменията, за които се вижда, че притежават способности.

Всеки човек трябва да изпълнява своята част от общите задължения; когато хората са заети с правенето на нещо, това пропъжда досадата и поддържа духа им висок. Онези, **който** са болни или ранени, изпълняват **най-леките** задължения и е най-добре да работят около лагера, докато оздравеят. В лагера винаги трябва да има човек и той трябва да е в състояние да подава основните сигнали, ако се появи самолет, който търси **оцелелите**. Ако разполагате с достатъчно хора, оставайте в лагера най-малко двама души, за да избегнете всякакви рискове.

С изключение на пустинята, където по-голямата част се прекарва в подслона, за да се предпазите от слънцето времето за действие е сутрин и вечер, денят ви ще бъде

запълнен с работа. Вечерите обаче могат да минават бавно, ако не сте заети с лов. Събирането около лагерния огън ще ви **помогне** да създадете един модел и ще ви осигури чувството за дисциплина и нормалност. Ще ви даде възможност да обсъдите събитията от деня, да съставите планове за утрешния ден и да разгледате нови стратегии.

Музиката може да е силен морален тонизатор. Ако не носите никакви инструменти, лесно можете да импровизирате най-елементарните, като ударни или мундхармоника, и всеки може да пее.

Пеенето на песни, танците, гатанките, вицове и разказването на истории - всички имат своето място, а сред вас може да има хора с талант, които да създадат някои по-сложни видове забавление. За отмората на индивида всяка книга ще има неоценимо значение, а вие можете да изработите фигури за такива игри като дама и шах, използвайки камъчета като пулове или изрязвайки елементарни фигури за игра.

Дори самотният бедстващ се нуждае от дисциплина и ред. Постоянният дневен режим ще повдигне духа му и той трябва да полага абсолютно същите грижи, за да поддържа лагера в добро състояние. В началото работата, която трябва да се свърши, ще е толкова много, че той ще е прекалено уморен, за да мисли за развлечение; но скуката е много опасна за хората, когато са сами, и затова всеки ден трябва да се набелязват цели - независимо дали са прагматични, или развлекателни.

ЛАГЕРНА ХИГИЕНА

Доброто здраве е един от основните фактори за оцеляване, затова е необходимо да се поддържа безупречна хигиена не само **лична**, но и при планирането и използването на лагера. Сметището и тоалетните трябва да са настрани от лагера, за да **е** намали опасността от мухи и тъй като повечето заболявания **в** условията на оцеляване са причинени от водата, замърсяването **а** питейната вода трябва да се избягва на всяка цена. Стига да е възможна, изгаряйте в огъня остатъците от храната и другите **боклуци**.

План на лагера

Изберете места за всички лагерни дейности, така че да не си пречат взаимно или да **замърсяват** местата за готвене и обитаване. Ако лагерувате край река или поток, определете отделни участъци за различните дейности и се придържайте към **тях**.

Тоалетните трябва да се изкопаят на някое място, разположено по-ниско от лагера, и да са далеч от източниците на вода, така че да няма опасност от взаимно просмукване.

Райони на активност

Организирайте пункт за вода, от който ще се черпи вода за пиене, и се уверете, че никой няма да пере, мие **прибори**, чисти дрехи и т.н. нагоре по течението над тази точка. По-надолу по течението организирайте място за миене, където хората да се мият или да си перат дрехите, а още по-надолу по течението изберете място, където да се мият кухненските съдове.

Разположението на тоалетната и сметището трябва да бъде на достатъчно разстояние от лагера и за предпочитане по посока на вятъра, но не толкова далече, че да е неудобно за ползване и хората да се изкушават да ходят на други места. Ако е необходимо, направете пътека, за да улесните достъпа до тях.

ПОМНЕТЕ

НИКОГА не ходете по малка или голяма нужда в или близо до източника на вода.

Разположение на тоалетната и сметището

От съществено значение е да организирате подходяща тоалетна, дори и ако сте сами. При групата разделянето на тоалетните за мъже и жени кара смесените групи да се чувстват по-добре, а освен това трябва да е осигурено колкото се може по-голямо уединение. Боклукът, след като се провери внимателно, че не **съдържа** нищо ценно, трябва да се изгаря, а това, което не може да изгори, трябва да се заравя.

Дори и да разполагате с тях, **НЕ** използвайте дезинфектанти за тоалетната. Негасената вар или дезинфектантите ще убият

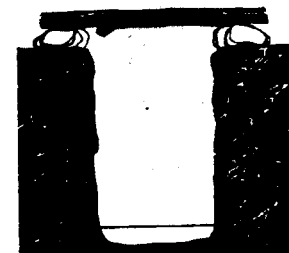
полезните бактерии, които разграждат фекалиите, и след това **те ще** започнат да миришат! След като се изходите, покрийте **фекалиите** с пръст. Добавете малко вода, която ще подпомогне работата на бактериите.

Направете капак за отходното място, който да държи мухите настрана, и не забравяйте всеки път да го слагате обратно на мястото му или мухите, които кацат наоколо, могат да кацнат и по храната ви и да поставят началото на инфекциозен цикъл.

Ако след известно време отходното място започне да мирише, изкопайте ново. Запълнете с пръст старото отходно място. Направете ново клекало и изгорете старото клекало и капака.

Отходно място с дълбока дупка

Изкопайте дупка с дълбочина 1.25 м и ширина 45 см. Укрепете краищата с греди или камъни и пръст, за да създадете място, удобно за клечане. Върху дупката наредете греди, така че да остане само един отвор, през който да се облекчавате (или няколко, ако сте голяма група и правите обща тоалетна). Посипете ги с дървена пепел, за да запълните цепнатините между тях - тя освен това ще спира мухите.



Направете капак от по-малко дървено парче, с който да покриете отвора (а), или използвайте голям плосък камък или голямо листо, което затискате с малки камъни. Не забравяйте да го поставяте **върху** отвора.



Писоар

Изкопайте дупка, дълбока около 60 см. Напълнете три четвърти от нея с едри камъни, а отгоре натрупайте пръст, в **която** сте поставили направена от кора Фуния. Разположете го достатъчно близо до лагера, за да сте сигурни, че хората ще си правят труда да го използват.



Пещ за изгаряне

Ако има прекалено много боклуци, които трябва да се изгарят в огъня, направете отделно огнище в района на тоалетната. Ако разполагате с голям метален съд, използвайте го като пещ. Заровете всички неизгорели боклуци в яма за отпадъци.

Сапун

Миенето със сапун отстранява естествените мазнини, намалява водоустойчивостта на кожата и я прави по-уязвима за атаките на микробите. В условия на оцеляване е грешка да се миете твърде често със сапун. Сапунът обаче е най-широко използваният антисептик, по-добър от много други, като например йода, който освен микробите, разрушава и кожата. Той е идеалното средство за изтъркване на ръцете, преди да окажете първа помощ за някоя рана-. Пазете сапун за тази цел.

ЛАГЕРЕН РЕД

- Не пригответе дивеча в лагера: одерете, изкормете и източете кръвта на животното при капаните. Това привлича дивеча към капаните, а не към лагера.
- Дръжте храната покрита и повдигната над земята. Ако я държите в дърветата, уверете се, че е извън обсега на живеещите по дърветата животни.
- Поставайте капачките върху бутилките с вода и върху съдовете с хранителни припаси веднага след като сте ги ползвали.
- Дръжте неупотребяваните дрехи и екипировка в своя подслон. Не ги оставяйте на места, където могат да се овлажнят или да изгорят.
- Трябва да имате отделно място за всяко нещо и да съхранявате нещата спретнато: дърво за консервите и приборите за готвене, окачете ги върху клоните и вейките, с отделно място за лъжиците и канчетата - и дръжте всичко над земята. Закрепете кутия върху дънера на някое дърво, за да я използвате като бюфет.
- Никога не оставяйте огъня без наглеждане.

Приготвяне на сапун

Необходими са два компонента - мазнина и основа, за да направите сапун. Мазнината може да бъде животинска мазнина (включително и от риба) или растителна, но не и земно масло. Основата може да се получи от изгарянето на дърва или водорасли, за да получите пепел.

МЕТОД: Измийте пепелта с вода. Прецедете и я сварете заедно с мазнината. Варете сместа на бавен огън, докато от нея се изпари достатъчно течност, и след това я оставете да изстине. Този сапун ще чисти кожата, но не е антисептичен. Добавянето на корен от хрян или на борова смола ще го направи антисептичен.

Ще е необходимо да експериментирате, за да постигнете правилния баланс на различните компоненти. Започнете с повече мазнина, отколкото основа, защото прекалено голямото количество основа ще възпали кожата и ще я направи суха.

СЕЧИВА

Преди хората да открият метала и да се научат да го обработват, сечивата са били изработвани от камък и по-специално от кремък, обсидиан, кварц и други гладки камъни; от кост и други природни материали. От камъните могат да се направят ефикасни чукове, самостоятелни или прикрепени към дръжка. Гладките камъни могат да бъдат натрошени (нашърбвани и отлющвани), за да се образува остър ръб; от някои други видове камъни, като аспида например, също може да се създаде режещо острие, макар че те нямат достатъчна здравина, за да се използват за нанасяне на удари.

Най-доброто начало на колекцията от каменни сечива е счупен валчест камък, който вероятно ще извадите от някое речно корито; а може и сами да го счепите, като го удрате с друг гладък, твърд речен камък, така че да се получи плоска повърхност. Ударът трябва да се нанесе под ъгъл, по-малък от 90°, защото иначе силата на удара ще се поеме от камъка. След като успеете да счепите камъка, можете да отчупите още пластове. По

краищата на плоската повърхност на камъка могат да се отчупят люспи, като удряте ръба с друг камък. По-фината работа може да се свърши, като удряте и натискате с някой по-мек инструмент, като еленов рог например. Ако се е получила равна повърхност, ударите по краищата ѝ могат да доведат до отчупването на тънки люспи.

Изработването на каменни сечива не е умение, което може да се усвои бързо, затова трябва да бъдете доста упорити.

Костите също могат да се използват като сечива - еленовите и другите рога се превръщат в отлични инструменти за копаене, длета и чукове. Освен това могат да се режат с каменни инструменти или да се пият с грапави камъни. Може да имате предимство пред първобитните майстори на сечива, чиито умения копирате, като използвате нож или други метални инструменти, с които да оформяте костите.

Някои видове дървета, като например дървото мулга в Австралия, използвано от аборигените за изработването на копия, са достатъчно твърди, за да може от тях да се изработят остриета за лов и рязане.

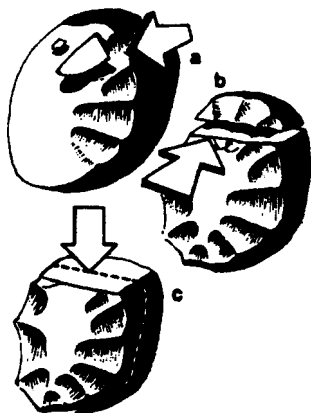
Каменни сечива

Една от техниките за изработване на бравда:

Най-напред камъкът се сцепва и ръбовете му се оформят частично (а), след това от едната страна се оформя платформа (b), от която могат да се отчупят поредица от люспи с вертикални удари (с).

След това може да се пристъпи към окончателното оформяне. Удряйте с по-меки камъни, удряйте и отстранявайте малки люспи с парче еленов рог или твърдо дърво.

Необходимо е голямо търпение, за да придобиете умения за изработване на каменни оръдия, но дори отчупените люспи могат да ви свършат работа като стъргалки, като режещи ръбове или като върхове на стрели.



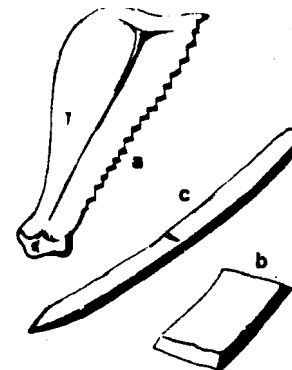
Сечива от кости

Лопатката осигурява добра форма за изработването на ефикасен трион (а).

Най-напред тя трябва да се разцепи на две, след това по протежение на нейния ръб могат да се оформят зъбци с помощта на ножа.

Може да се изработи и по-малка костна стъргалка (b), ръбът се наточва, за да стане много остър.

Ребрата са много подходящи за оформяне на остриета (с).



Костни игли

Изберете кост с подходящи размери и я подострете. Прогорете в нея ухото с помощта на нагорещена тел, а ако не разполагате с такава, издълбайте с върха на ножа или с парче камък. НЕ нагрявайте ножа в огъня.



БРАДВИ

Противопожарната бравдичка е част от оборудването на всеки кораб или самолет, но едно острие на бравда, което да бъде прикрепено към импровизирана дръжка, е полезно. Допълнение към екипировката на всеки. Острие с тежина около 500-750 г е идеално. Използвайте ножа си, за да изработите дръжка, когато се наложи.

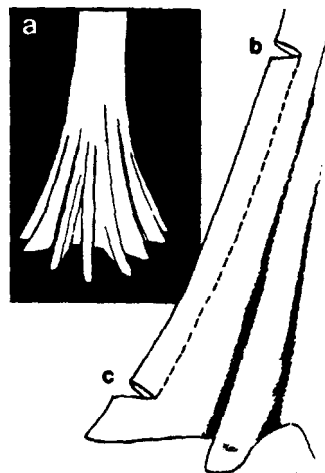
Наточване на бравда

Бравда с изтъпено острие не е нищо повече от неефикасен чук, затова я поддържайте остра, тя ще ви спестява енергия. Пилата е идеално средство за отстраняване на напърбванията, а мокрият камък за наточване на ръба. Пилата е еднопосочен инструмент - тя действа, когато се бута, не когато се дърпа.

Дръжка на брадвата

Подходящо за целта е всяко право, без чепове, твърдо дърво - ясенът е идеален. В тропиците диплите на някое дърво с подпори (а) са идеални: леко извити, прави и лесни за обработване.

Направете два разреза в диплата на такова дърво, като разстоянието между тях е колкото желаната от вас дължина на дръжката (b до c). Нанесете удари от двете страни на диплата до направените нарязи. Това ще отдели избраното парче.

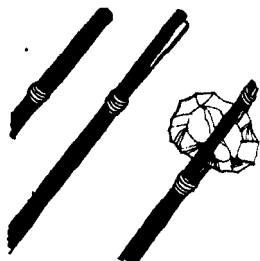
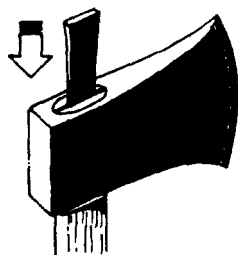


Нагласяване на острието

Издялките дръжката в желаната форма, като единия ѝ край издялате така, че да може да влиза в острието на брадвата; на същия край направете нарез. Направете клин, който да влиза в нареза.

Поставете острието върху дръжката, набийте клина в нареза и след това оставете брадвата натопена във вода през нощта, за да може острието да се закрепи здраво върху дръжката.

Винаги проверявайте острието на брадвата за луфт, преди да я използвате.



Закрепване на каменно острие за брадва

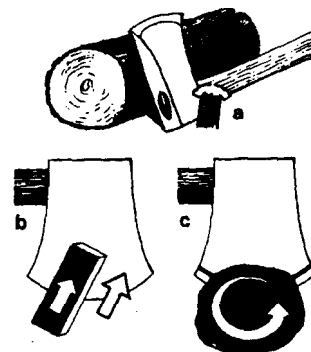
Изберете дръжка от твърдо дърво. Омотайте здраво около нея връв на около 23 см от единия ѝ край. Сцепете този край надолу до направената от вас превръзка върху дръжката (използвайте ножа си и клин или парче кремък, което сте изработили за острие на брадвата). Вмъкнете кремъка и завържете горния край, за да го закрепите.

Тази връзка ще издържи разцепването на парче дърво, но не е особено ефективна за сечене.

Подпрете острието на брадвата между дънер и колче (а). Винаги се опитвайте да остриете острието **НАВЪТРЕ** от режещия ръб, за да не създавате нащърбвания.

Най-напред използвайте пила или грапав камък, за да отстраните нащърбванията и нащърбванията (b). След това завършете с по-гладък камък, използвайки кръгово движение. Не теглете камъка от режещия ръб навътре. Бутайте го **КЪМ** него (виж **Ножове, Основи**).

Обърнете брадвата обратно. Повторете същия процес с въртеливо движение в обратната посока.



Използване на брадва

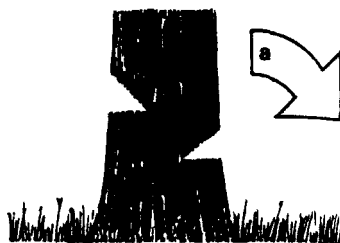
Повечето хора по естествен начин използват едната си ръка повече от другата. Дръжте брадвата по начин, който ви е удобен, замахвайки по дъга, която е естествена за вас, стискайте я здраво и **ВИНАГИ** на Далеч от тялото, ръцете или краката. Уверете се, че ако пропуснете дървото или друга от набелязаните цели и продължите движението на брадвата, тя няма да удари вас или някой друг. **НИКОГА** не хвърляйте брадвата върху земята. Увийте я или забийте острието в някое дърво.

Сечене на дърво

Проверете над вас за изсъхнали **клон**и, които могат да паднат и да ви контузят, и за гнездо на стършели. Изчистете клоните или увивните растения, които могат да отклонят вашите Удари. Ако клоните или стволът в основата се разширяват, поставете някаква платформа, за да достигнете до най-тънката част на дънера и да намалите усилията по сеченето. Уверете се, че платформата е стабилна и че можете бързо да скочите от нея, ако дървото започне да пада в погрешната посока!

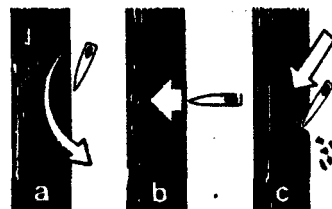
Работете на удобна за вас височина и се опитайте да сечете **надолу** под ъгъл от 45°, въпреки че от време на време са **необходими** и хоризонтални удари, за да се разчиства мястото а сечене.

Сечете от двете страни на дървото, като най-напред сечете под ъгъл от 45° от едната страна, а след това продължете от противоположната страна на дървото, но по-ниско, ОТ СТРАНАТА, НА КОЯТО ИСКАТЕ ДА ПАДНЕ ДЪРВОТО (а). Не отсичайте повече от половината дърво, преди да започнете да сечете от другата страна.



Ако работят двама души едновременно от двете страни на дървото, това правило е от особено значение. Дърво, което е наклонено, или дърво, на което повечето клони са разположени от едната му страна, ще падне в посоката на по-голямата тежест и разположението на отсечените места няма да окажат влияние на посоката на падане.

Редуването на ъгъла на ударе няма да позволи на брадвата да се заклеци. Прекалено острият ъгъл ще доведе до приплъзването на острието по дънера (а). Перпендикулярният ъгъл ще доведе до заклецването на брадвата или ще е неефективен (b). Целете се под ъгъл от 45 градуса (с).



За махане на клони

Сечете клоните от външната страна на чатала (а), а не от вътрешната (b).



Разцепване на дънери

Застанете добре разкочени до някой голям дънер. Замахнете надолу, за да сечете далечната спрямо вас страна (а).



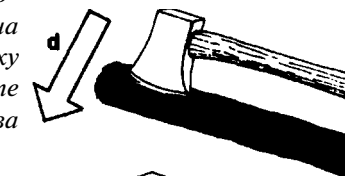
Не сечете право надолу (b).



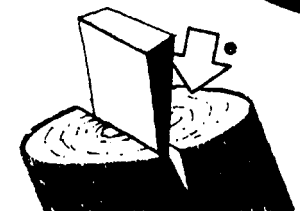
За да разцепите някой по-малък дънер, опрете го под ъгъл в друг дънер (с). НЕ ГО ЗАСТЪПВАЙТЕ С КРАК.



Като друг вариант на това хванете по-малкото дърво срещу режещия ръб на брадвата и гистоварете заедно (d) върху някой по-голям дънер. (Не се опитвайте да хващате прекалено късите дърва, за да не стане злополука.)

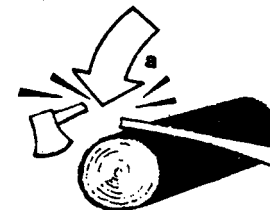


По-дебелите дънери можете да нацепите с помощта на клин и камък (е). НЕ ДРЪЖТЕ ДЪРВОТО ИЗПРАВЕНО В РЪКАТА СИ, ДОКАТО СЕ ОПИТВАТЕ ДА ГО РАЗЦЕПИТЕ С БРАДВА.

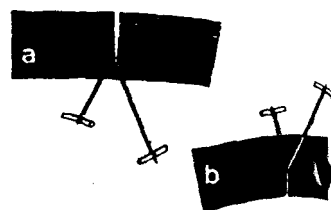


Счупени дръжки

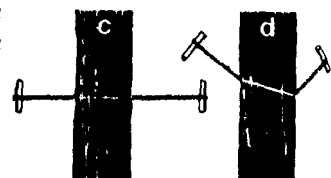
Използването на брадва изисква практика и докато придобиете достатъчно опит, дръжката често ще се чупи - обикновено защото острието пропуска целта и дръжката поема цялата сила на удара (а). За да махнете счупената дръжка, най-лесният начин е да я сложите в огън, ако е възможно, част от металното острие в земята, за да не позволите то да загуби своята закалка - с едно острие (b) две остриета (с).



Използване на гъвкав трион
Винаги използвайте гъвкавия трион, така че отрязаното да се отваря (а), а не да притиска (b) триона, като по този начин го заклепва.



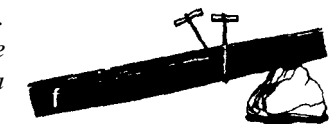
През цялото време дръжте жицата огъната (с), дърпайки я **по права линия** и никога под ъгъл (4).



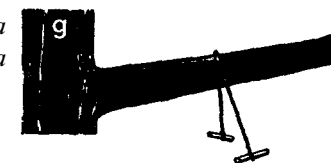
Когато режат двама души, ритъмът трябва да се поддържа равномерно. Ако върху триона се образува извивка (e), той може да се скъса.



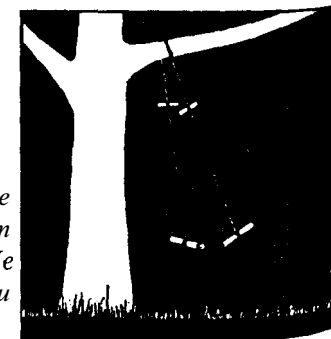
Обикновено за сам човек е по-лесно да отреже дънера, като дърпа нагоре (/). Подпрете дънера, за да го повдигнете от земята и за да бъде под ъгъл, така че мястото на рязането да се отваря.



Ако режете клон обаче, режете клона над главата си, като дърпате триона надолу. **Това може да бъде опасно.**



Много високите клони могат да се отрежат като към триона се завържат допълнителни въжета. **Това е опасно.** Не изпускайте клона от очи и бъдете готови всеки миг да отскочите от него.



С един постоянен ритъм от удари ще отсечете повече, отколкото ако се опитате да го направите с няколко силни удара. **ко** прилагате прекалено голяма сила в брадвата, скоро ще се уморите. Оставете тежестта на брадвата да върши работата.

ОБЗАВЕЖДАНЕ НА ЛАГЕРА

Сънят е най-добрият възстановител на силите и направата на удобно легло си струва усилията. Винаги трябва да се използва някаква постеля, за да не се лежи направо върху студената или влажна земя. В районите с тропически климат е по-добре да вдигнете леглото във въздуха, както за да го запазите от влажната земя, така и за да осигурите около него движение на охлаждащ въздух. В районите със студен климат, когато не можете да построите постоянен подслон, изберете гориво, което ще поддържа огъня през цялата нощ, и издигнете екран, за да отразява топлината към вашата постеля.

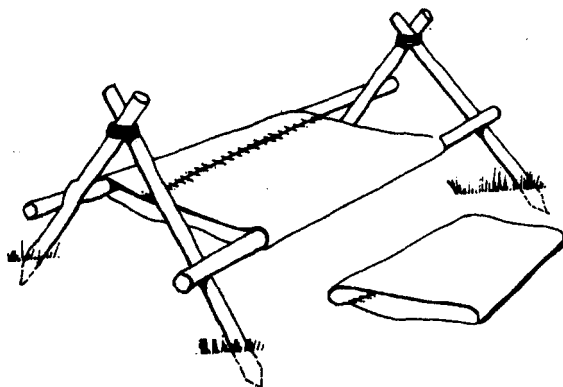
Когато земята е суха или когато имате покрив над главата си, нагорещени в огъня камъни (но виж предупреждението в *Огън*), заровени след това под тънък пласт пръст под вашата постеля, ще излъчват топлина почти през цялата нощ, увеличавайки вашия уют.

Легла с А-табли

Една табла като "А" образува много стабилна конструкция и ще ви държи над земята. Забийте две двойки колове в земята под ъгъл, като между двете двойки оставите разстояние, което е малко по-голямо от вашата височина. Завържете горните краища на прътите. Ако земята е твърда, между краката на всяка от таблите трябва да поставите напречни пръти, както и между двете табли.

Легло-носилка

Тази най-проста форма на легло зависи от това дали **итежавате**, или можете да направите носилка от здрав



материал, които да зашиете или свържете с помощта на ремък. Някоя голяма и здрава пластмасова торба е подходяща за целта, но не и тънък nylon. Дрехите, които са **наистина** здраво ушити, могат да свършат работа, но обикновено от тях може да стане съвсем тясно легло.

Не рискувайте осъществяването на този метод с плат, който може да се скъса под тежестта ви.

Направете **А-табли** и изберете два достатъчно здрави пръта, всеки от които е малко по-дълъг от разстоянието между таблите и ги мушнете в калъфката от nylon или плат. Нахлузете ги **върху** таблите, така че да се опрат **върху** забитите в земята колове, като калъфката не им позволява да се плъзнат надолу.

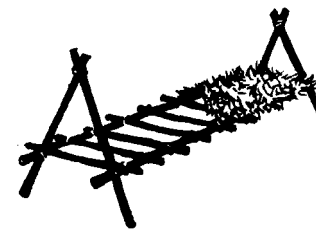
Легло от клони

Там, където растат иглолистни дървета, еловите клони, подредени на редуващи се пластове, ще са много удобни, а **техният** аромат ще ви осигури добър сън.

Легло от стълба

Направете опори във формата на А-табла и изберете **прът** като за леглото-носилка, но ще ви бъдат необходими и напречни пръчки - колко на брой ще зависи от размерите на спящия и от вида постелка, която ще се използва. Гъвкавите фиданки ще бъдат по-удобни от клоните, при положение че са здрави.

Нахлузете стълбата **върху** А-таблите **завържете** крайните "стъпенки" за тях. Те трябва да са направени от здрав дървен материал. **Върху** леглото сложете постелка от папрат или листа.

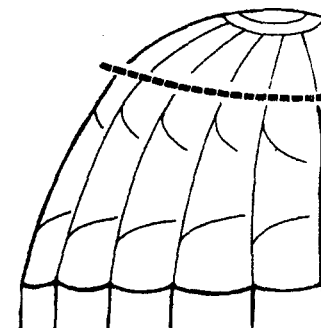


Хамак

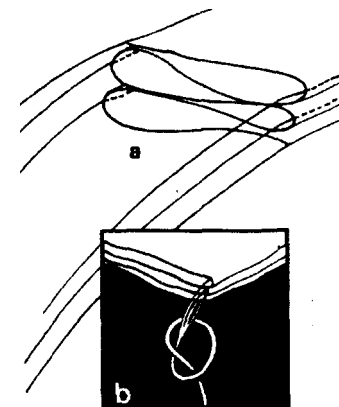
Необходима е известна практика, за да спите в хамак - в хамак с връв трябва да избутате страните навън, така че той да ви поеме като в чаша.

Хамак от парашут

Възможно е да си направите хамак от парашут. Вържетата на парашута преминават през **целия** купол чак до **върха** му. Отрежете пет отделения, както е показано, но не режете парашутните **вържета** отгоре.



Нагънете **секциите** както е показано **а** **рисунката (а)**, и ги **пригладете**.



ете **трите** парашутни **вържета** **и ги** **завържете** **близо** до **платата**, с **нат** **възел (b)**.

След това сплетете трите въжета ведно (с) (виж: Възли).

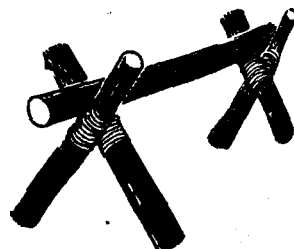
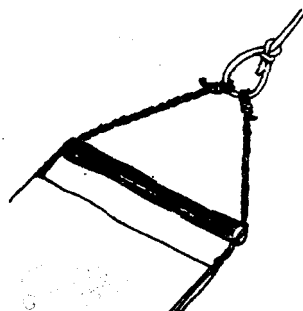
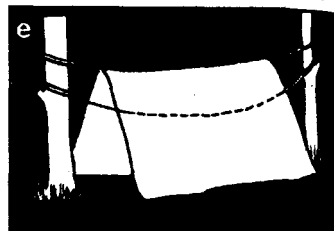
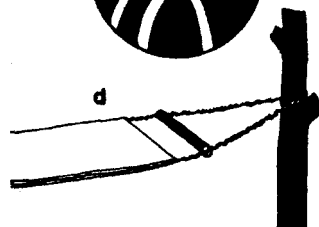
Вмъкнете интервалните пръчки, съглед в двата си края (d), за да захванат въжетата, и завържете хамака за две подходящи дървета или здрави стълбове.

Ако над хамака вържете въже (е), отгоре можете да опънете брезент или метал, за да направите бърз подслон. Ако направите това, уверете се, че единият край на хамака е завързан с бързо развързващ се възел (виж: Възли). Може да се наложи бързо да се измъкнете от хамака при някаква опасност.

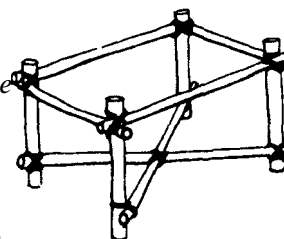
Ако разполагате с друго въже или ако изплетете от неизползвани парашутни въжета, можете да вържете двете парашутни въжета за фиксирана примка (f), като например някакъв моряшки възел (виж: Възли). Изпробвайте различни начини да окачите хамака си, докато откриете най-устойчивия и удобния.

Пейки

Никога не сядайте върху влажна земя. Използвайте нещцо, дори ако това е само дънер. Ако не разполагате с пригответо място за сядане, вържете два чифта ниски дървени опори с формата на А-рамки, а върху тях поставете друго дърво.

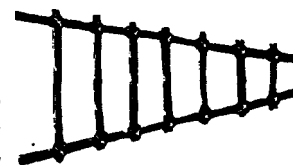


Изработете проста рамка на кутия с диагонални дървени парчета, свързващи противоположните крака. За да направите място за сядане: оплетете лозови или плъзгащи растения напред и назад върху горната рамка и изашийте парче брезент или пластмаса с връв. Ако не успеете по този начин, опитайте плоско парче дърво или метален лист, поставен напречно върху рамката, или с тънки жиливи млади фиданки, вързани или преплетени за рамката.



Стълба

Събирането на храна, построяването на подслон, поставянето на капани и цял куп други задачи ще се изпълняват по-лесно, ако имате стълба. Тази се прави много лесно чрез завързването на напречни парчета дърво към два успоредни дълги пръта. Тъй като те са поставени под ъгъл и не са успоредни един на друг, стъпненките няма да могат да се плъзнат надолу.

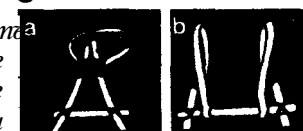
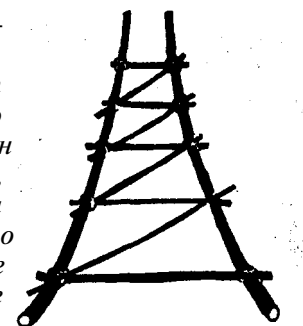


Релси

Запренасянето на дърва или на пригответо убито животно в лагера, или на други товари, работа ще ви свършат релсите, ако земята е твърде мека. Но това няма да ви върши работа при неравен и каменист терен. Изберете два клона, притежаващи определена гъвкавост, и завържете за тях напречни пръчки, както при построяването на стълба. Добавете допълнителни подпори, за да осигурите по-добро опора за товара.

Поставете товара върху нейните "стъпненки" като върху шейна. Ако дърпате товара на късо разстояние, завържете стъпненките така, че накрая да се получи еднинична дръжка (a). За по-дълги разстояния, оставете странството накрая свободно или сложете кожени или атнени презрамки, за които да теглите (b).

(За борудване заносене и шейни виж: На път).



ЖИВОТИНСКИ ПРОДУКТИ

Кожа и козина

Всички животни ви снабдяват с кожа. Нейното състояние ще зависи от това колко внимателно сте я смъквали, от начина, по който е било убито животното (което може да е повредило кожата), от неговата възраст и от времето на годината (сезонът на размножаване, на смяна на козината и смяната на самите сезони може да окаже влияние върху количеството и цвета на козината при някои видове). Често срещаните дефекти се дължат на паразити, болести, лошо хранене и белези от двубои.

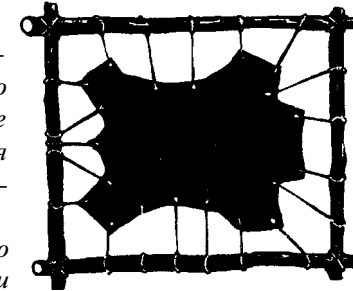
Змиите, гущерите, крокодилите и другите влечуги осигуряват превъзходни кожи. Същото важи и за големите птици, като щраусите. Някои водни бозайници, тюлените и техните родственици, са с козина, подобно на сухоземните бозайници, а китовите и делфините са с много здрава кожа. Акулите също имат кожа, а не люспи, като повечето риби. Птиците могат да се одерат заедно с перата и кожата им да се използва за изработване на топли дрехи или на завивки. Кожата е източник на храна и в условия на остър недостиг може да се яде, дори и след като е била обработена и използвана за изработването на дрехи, но е много жилава и трудно се смила. Има случаи на хора, които са оцелели, като са яли обувките си, въпреки че трябва да се подчертае, че във всички подобни случаи водата е била в изобилие.

Кожите са съставени от вода и протеини, бързо се развалят; ако не се обработят по специален начин, за да се запазят. Как ще бъдат обработвани зависи от това, дали искате да запазите козината, но първите стъпки са едни и същи и в двата случая. За да направите мокасини, подслон, връзки, ремъци, мехове за вода или кану, козината се маха, но за изработването на топли дрехи, завивки или топлоизолиращо платнище тя трябва да се остави. Обработените по подходящ начин кожи ще бъдат гъвкави, но

прави, и ще са устойчиви на късане, протриване, деформация или разтягане. Удобни са за носене, с добра топлоизолация, но пропускат влагата и водните изпарения.

Изчистване на кожата
Улеснете си работата по почистването и изсушаването на кожата, като я разпънете на рамка. Не пробивайте дупките за въжетата, с които я разпъвате, прекалено близо до краищата й.

Махнете тлъстината и месото като изстържете кожата, използвайки ръба на някоя кост, кремък или друг камък, та дори и на парче дърво. Мравките и другите насекоми могат да ви помогнат, ако оставите кожата на земята. Внимавайте те да не започнат да ядат самата кожа.



Консервиране на козината

Опънете кожата колкото се може **по-силно** и я оставете на слънце да изсъхне. Цялата влага трябва да се изпари от нея, така че да не започне да гние. Натриването на кожата със сол или дървена пепел ще подпомогне този процес.

Не позволявайте на кожата да се овлажни, докато процесът не завърши. Не я оставяйте на място, където ще бъде изложена на дъжд или има опасност да се покрие със сутрешна роса.

Дръжте я абсолютно суха. Ако слънцето е оскъдно или изобщо липсва, изсушете я принудително на огън, но дръжте кожата далеч от неговите пламъци и използвайте само топлината и пушека (който ще подпомогне консервацията ѝ). Дръжте я далеч от парата на готварските съдове.

Щавене на кожата

След като я изчистите, поставете кожата във вода и я **закрепете** на дъното с камъни. Дръжте я там до момента, в който козината може да се скубе с ръце - обикновено два-три дни.

Разбъркайте смес от животинска мазнина и мозък, сложете я да къкри на огъня, докато се образува еднородна **консистенция**.

Изстържете кожата от двете страни, отстранявайки козината и влакната. Поддържайте я мокра. Работете седнали с кожата върху коленете.

Обработете със сместа от мазнина и мозък вътрешната страна на все още влажната кожа, опъвайки и работейки с нея, както и от външната страна.

Изсушете кожата на пушека над огъня, като я придържате на достатъчно разстояние от пламъците. Пушекът реагира с разтвора, който сте втрили в кожата, в резултат от което тя става по-гъвкава.

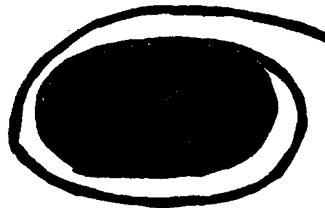
Връзки

Щавената кожа **е** един от **най-добрите** материали за изработване на връзки и каишки.

Отрежете къси връзки направо от кожата, по дължината ѝ.



За да получите връзки с по-голяма дължина, режете връзките в спирала - поддържайте ширината на отрязаното една и съща, в противен случай каишките ще имат слаби места.



Сухожилието като конец

Ахилесовото сухожилие и основните сухожилия на краката, особено на по-големите животни, могат да се изсушат и да се използват като конци за зашиването на кожата при изработването на подслон и дрехи. Ще ги разпознаете по това, че приличат на здрави, бели върви.

Можете да ги използвате и като тетива и късо въже. От тях **тават** превъзходни връзки за завързване на върховете на **стрелите**. Лепкави, когато са влажни, те съхнат трудно.

Пикочен мехур

Нормалната функция на пикочния мехур е да носи вода, така **че е** напълно естествено мехурът на някое голямо животно да **може** да се използва за носене на вода - същото може да свърши **и** стомахът. Завържете отворите му, за да го запушите.

ОБЛЕКЛО

Когато не сте облечени по подходящ начин за ситуацията, в която сте попаднали, можете да импровизирате или да допълните облеклото си по най-различни начини. Оплитането на нишки ще има смисъл, само ако сте попаднали в ситуации, за които няма изглед да приключат скоро и ако не разполагате в началото с кожи. Оцелели хавлиени кърпи, одеяла, покривки за маса, възглавници, завеси, измъкнати от останките - всеки вид плат с малко усилие от ваша страна може да се използва за изработването на дрехи, завивки или подслон.

Подобрейте топлоизолацията и увеличете топлината чрез добавянето на допълнителни пластове. Носете два чифта чорапи, като между тях натъпчете суха трева или мъх. Трева, хартия, пера, животинска козина и други могат да се натъпчат между останалите пластове дрехи - вестниците осигуряват превъзходна изолация.

Водонепромокаемост

Използвайте найлонови торбички, за да импровизирате мушама, или изрежете големи парчета брезова кора. Махнете външната кора и вмъкнете мекия и гъвкав вътрешен пласт под **външните** дрехи. Той ще задържа по-голямата част от дъжда. Могат да се използват и други видове мека кора, които се белят **лесно**, но брезовата е най-добра.

За по-дълъг период от време подобрете водоустойчивите качества на облеклото като го натриете с животинска мазнина **или** лой. Не го правете, когато е много студено, когато

намаляването на топлоизолацията ще бъде твърде голяма загуба а дъждът рядко е заплаха за вас.

Обувки

Никога не подценявайте износването на обувките си при ходене по тежък терен. Катеренето по скалите и сипеите твърде скоро може да скъса чифт модни градски обувки. Високите токове и сандалите съвсем скоро ще се разпаднат при ходене по неравен терен.

- Отрежете си подметки от автомобилни губи, пробийте по краищата им дупки, през които да прекарате връзките, с които ще ги вържете около увитите си стъпала, или ще ги зашиете за платнените горници на обувките.
- Увиването на стъпалата с няколко пласта е по-добро, отколкото ако ги увиете само с един пласт. Вържете ги с каишки или използвайте триъгълна форма. Прегънете единият край назад върху пръстите, като го разрежете на две. Изтеглете другите два края напред, към свода на стъпалото, за да обгърнат петата, през предния разрез, и ги завържете около глезена.
- Мокасини можете да изрежете от цяло парче кожа, което е с около 8 см по-широко от всички страни на стъпалото ви. Пробийте по краищата дупки и през тях нанижете ремък, чиито краища завържете, така че кожата да се стегне около увитото стъпало. За още по-голяма стабилност на мокасината прекарайте и друг ремък през дупките, който минава над гърба на стъпалото. Ако разполагате с повече време и търпение, можете да изработите по-традиционен модел мокасини с помощта на дебела кожена подметка, странични парчета и едно горно парче. Мерете по стъпалото си.

Защитни очила

За да се защитите от ослепителната светлина в морето, снега или пустинята, отрежете парче от някакъв материал - хартия, кора, но не и метал и да го вържете през очите си (или през цялото лице в районите със студен климат). Ескимосите често

— очила от дърво. Направете тесни цепки за очите. П вишете степента на защита, като почерните кожата под очите ъглен, за да намалите блясъка.

Игла и конец

Агавата дава влакна за въжета и рогозки, които са твърде гъуби за изработването на дрехи, но краят на листото почти винаги представлява твърд връх, който може да се извади заедно с прикрепената към него жилка. От него става превъзходна игла сконец!

Съвети за облеклото

- Вържете дълги листа и влакна около кръста или врата, за да висят надолу като риза или като късо наметало от трева.
- Изрежете дупка за главата в одеяло или килим и го носете като пончо. Вържете го в кръста или снабдете с ремък краищата му.
- Малките кожи лесно се завързват или зашиват една към друга. Козината от вътрешната страна ще осигурява по-голяма изолация, а от външната страна ще ви пази по-добре от снега.

ВЪЖЕТА И ВЪРВИ



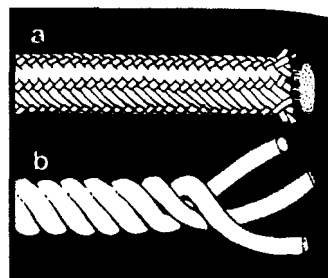
Въжетата и вървите могат да се използват по хиляди начини - от завързване на съединенията при построяването на различни неща до изработването на фитили за свещи; за спускането по отвесна скала; за изработването на примки и мрежи. Традиционните материали за направата на въжета са коноп, влакна от кокосов орех, манилски коноп (от растението Миза *textilis* - Филипинска палма), сизал (от вида агава). Въже може да се изработи от всеки гъвкав, влакнест материал, който осигурява нишки с достатъчна дължина и сила. Повечето съвременни въ са изработени от найлон и други изкуствени влакна.

Тяхното предимство е в голямата им здравина, устойчивост на вода, насекоми и гниене. Когато събирате оборудването си обаче, вие не трябва да избирате **найлоновото въже**.

Недостатъкът на найлона е, че той може да се стопи, ако бъде нагрят - а триенето на въжето произвежда топлина. Освен това, когато е мокро, то е хлъзгаво. Въпреки че здравината му на опън е добра, ако бъде натоварено под ъгъл, найлоновото въже може да се скъса - не трябва да минава през много остри ръбове

Видове въжета

Въжето от типа сърцевина с ошивка (а) се състои, както показва и името му, от централна сърцевина от нишки, поставена във външна обвивка. Много лесно за използване, с изключение на случаите, когато е мокро или замръзнало, но не е толкова здраво, колкото корабното въже. Може да се разплете, ако се отреже. Традиционното тройно оплетено въже (b) е с три снопа нишки, усукани в едно. Ако единият се скъса, останалите два могат да издържат.



Избиране на въже

Съобразете вида, дебелината и дължината на въжето, което носите със себе си, със задачите, които очаквате то да изпълнява. Найлонът ще има предимство в райони с много влажен климат и когато тежината на вашия товар е от критично значение, но не забравяйте и за неговите недостатъци. Ако въжето е с дебелина 7 мм или по-малко, с него се работи трудно.

За завързване, хвърляне или катерене обикновено се препоръчва въже с дебелина 9-10 мм. То може да се използва за обезопасяване и за катерене и спускане с рапел - не е достатъчно дебело за захващане през ръката и стъпалото. Въже с дължина от 30-40 метра е напълно достатъчно и може да се носи без затруднение.

Въжето за катерене трябва да е еластично, за да рязкото дърпане при падане, без да доведе до

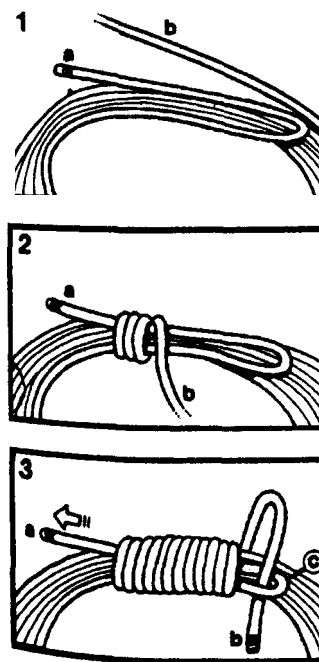
пр **удар** на падналия. Проверете дали е одобрено от **пиаалните** алпийски организации или дали отговаря на танския стандарт 3184 (за тройно оплетените въжета).

Полагане на грижи за въжетата

Въжето трябва да се пази от излишно излагане на влага или силна слънчева светлина и (ако е от естествени влакна) от атаката на гризачи и насекоми.

Ако се намокри, не го сушете принудително на огъня. Не го влачете без нужда по земята, не го оставяйте върху нея. В него може да проникне прах и малките частици пясък ще въздействат върху нишките от вътрешната страна на въжето. Ако времето позволява на въжето да съхне, струва си да **се опитате** да измиете много мръсното въже с чиста вода.

Обикновен кангал

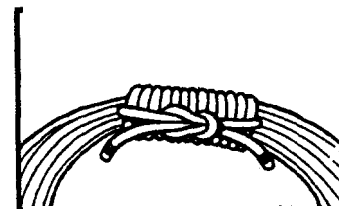


Навийте въжето на кангал с диаметър около 35-45 см, като се стараете всяка следваща намотка да върви по предишната, без да се преплитат или усукват. Оставете по една част от всеки край на въжето готова за връзване (1).

Прегънете единия край (а) назад по кангала и го увийте с другия край (b) (2).

Мушнете "увиваният" край в клупа, останал от увития край (с) и дръпнете, за да стегнете (3).

Вържете с рифов възел - показан по-нататък (4).

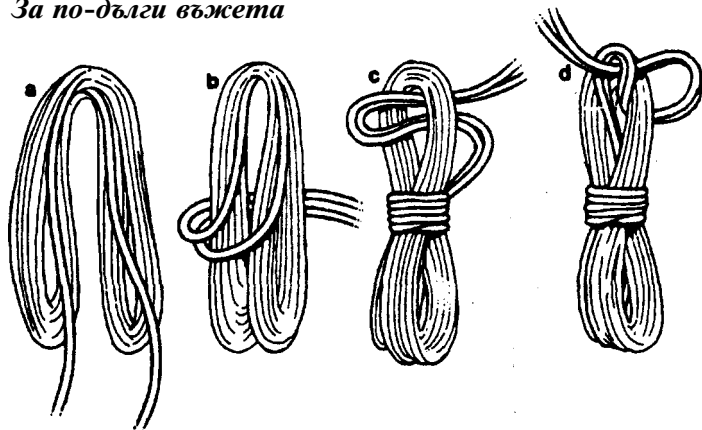


Опитайте се да пазите въжето за работата, за която е предназначено - не използвайте въжето за катерене, за връзване на дрехи или на други неща, ако можете да го избегнете, въпреки че в ситуация на оцеляване може да се наложи да използвате едно и също въже с най-различни цели.

Обшиването на края на въжето (което ще видите по-късно) ще го предпази от разплитане. За да не позволите на въжето да се оплете, го съхранявайте и носете навито на кангал или чиле. Така ще ви е по-лесно да го използвате и да го отпускате, когато ви се наложи.

Въжето е ценен елемент от оборудването ви. Може да се наложи да доверите живота си на него. Направете всичко възможно, за да го съхранявате в добро състояние.

За по-дълги въжета



Ако искате да носите дълго въже на раменете си или повесено от кръста или от раницата си, направете чиле.

Намотайте въжето напред и назад около ръката си, оставяйки го да виси надолу с дължина около 35-60 см. Оставете краищата му свободни (a).

Съберете двата свободни края и увийте няколко пъти около чилето (b). направете клуп и го промушете през горната част на чилето (c); накрая прекарайте краищата на въжето през този клуп (d).

Сега го завържете за раницата си с помощта на рифов възел.

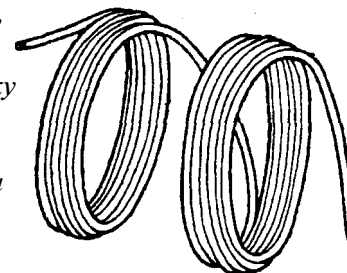
Хвърляне на въже

По-лесно е да се хвърля въже, навито на кангал, отколкото да се опитвате да мятате свободен край, независимо дали го хвърляте нагоре, или напред, а освен това е от полза да разделите **нагала, така че** въжето да не се заплете. На хвърляния край направете голям възел или закрепете някаква тежест. Уверете се, че държите здраво другия край!

Мислете за закрепения край и какво ще стане с него, когато другият край достигне до целта. Ако хвърляте спасително въже например към бързо движещ се сал в реката, дали няма и вие да бъдете повлечени във водата? Завържете задния край за дърво или някаква друга стабилна опора. Винаги отпускате по-голяма дължина на спасителното въже, което хвърляте; така че получателят да има възможност да улови част от въжето, дори и ако се размине с хвърления му край.

Навийте половината въже върху пръстите и дланта на дясната ръка, след това вдигнете показалеца и навийте останалата половина върху другите пръсти (без показалеца). Прехвърлете втората намотка върху лявата длан.

Когато хвърляте, хвърлете въжето снамотката от дясната ръка, преди разделянето му с въжето от лявата Ръка. Завържете вашия край, ако считате, че може да има внезапно **оръване**, а позицията ви е нестабилна.

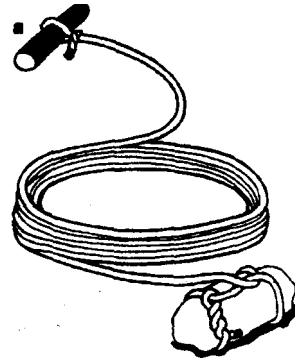


За дълго хвърляне

Вържете някакъв подходящ предмет за единия край на въжето (а). Навийте гризливо въжето върху земята или го намотайте хлабаво върху другата си ръка, така че да може да се развива безпрепятствено, когато го хвърлите.

Нерискувайте да оставяте свободен своя край на въжето. Вържете към него някаква котва - тежък камък, например. Използвайте възела запънка за котва (показано - нататък).

Ако прехвърляте клон например посредством въже с тежест, не стойте на пътя му, тъй като то може да политне назад към мястото, от което е хвърлено! Ако хвърляте спасително въже, внимавайте да не ударите с въжето човека, който се опитва да спасите!



ИЗРАБОТВАНЕ НА ВЪЖЕ

Увивни растения, треви, тръстика, кора, влакна от палми и косми от животни, всички те могат да се използват за изработване на въжета или върви. Сухожилията от крака на животни също се превръщат в добри върви, но те съхнат трудно (много са полезни за връзване на върховете на стрелите и копията).

От стъблата на копривата се изработват първокласни въжета, а тези на растението орлови нокти могат да се сплетат и да се превърнат в леки връзки. Колкото е по-здрава нишката, толкова е по-здравото въже. Някои корави нишки могат да станат по-гъвкави чрез обработването им с пара или топлина.

Въпреки че гъвкавите увивни растения, както и дългите стъбла на други растения, често се използват за краткосрочни задачи, те могат да станат чупливи, когато изсъхнат. Въже изработено от растителни влакна, усукани или сплетени, ще бъде по-трайно.

Източници на влакна

- **КОПРИВАТА** (*Urtica*) е превъзходен източник на влакна, но изисква подготовка. Изберете най-възрастните налични растения и тези, които са с най-дълги стъбла. Накиснете ги във вода за 24 часа, след това ги сложете на земята и ги начукайте с гладък камък. Това ще надгладоса външната повърхност, разкривайки нишковидния център. Разчепкайте и разчешете, за да отстраните месестата тъкан. Окачете, за да изсъхне. Когато изсъхне, махнете външния пласт. Изпредете влакната в дълги нишки. Усучете или оплетете, за да изработите здраво въже.
- **ПАЛМИТЕ** обикновено осигуряват добро влакно. Листата, дънерите и стъблата - всички могат да се използват. От люспата на кокосовия орех по промишлен начин се изработват въжета и рогозки.
- **DOGBANE** (*Apocynum cannabinum*) - нейните стъбла също осигуряват много добри влакна, с които е много лесно да се работи.
- **КОРИ.** Кората на върбата осигурява много добро влакно. Използвайте новопорасналата кора от младите дървета. Мъртвата вътрешна кора на падналите дървета и клони не трябва да се пренебрегва. Но ако дървото е било на земята прекалено дълго време, то може да е твърде изгнило, затова проверете тяхната здравина.
- **КОРЕНИ.** От плитките корени на много дървета стават добри върви. Тези, които се простират точно под повърхността на земята или се разстилат по нея, често са гъвкави и здрави. Корените на смърча са много здрави. Индианците от Северна Америка ги използват, за да шият брезовата кора, от която правят своите канута.
- **ЛИСТА.** Растения, като тези от семейство лилия и по-специално алое, имат много влакнести листа. Проверете, като разкъсате някое от тях. Ако се разкъса на влакнести пластове, то може да ви предостави влакна, от които да

оплетете въже. Накиснете ги, за да отстраните месестите части.

- **ДЗУКА, ОСТРИКА И ТРЕВА** - трябва да се използват докато все още са зелени. Наберете най-дългите екземпляри които намерите.
- **ЖИВОТИНСКИТЕ СУХОЖИЛИЯ** са полезни за връзването на едно нещо към друго. Трябва да се използват мокри,

РАЗЦЕПЕНИ ТРЪСТИКОВИ РАСТЕНИЯ

Бамбукът, ратановата палма и другите видове тръстикови, лозови и корови растения - всички те трябва да се разцепят, за да се използват за изработването на някакъв вид въже. Ако се опитате да дърпате тънките парчета, те са с тенденцията да изтъняват, докато се превърнат в нищо. За да избегнете този проблем, теглете дебелата част, за да я отделите от тънката. По този начин си пестите и време, и енергия.



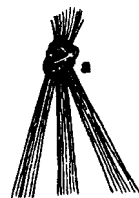
ИЗПРОБВАНЕ НА ВЛАКНАТА

Вържете две влакна едно за друго, използвайки праметнат възел. Опитайте се да го разделите, прилагайки умерена сила. Ако се скъса, влакното е прекалено крехко. Ако е прекалено гладко, ще се измъкне. Подходящото влакно ще "захапе" и е издържи.

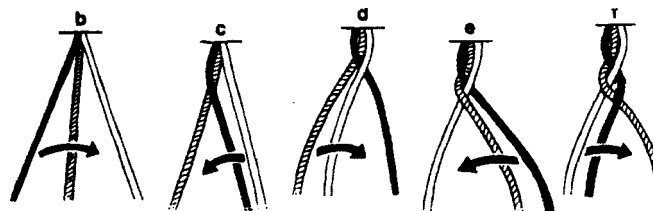


Сплитаме на въже

Един лесен метод и за най-неопитните е да се усучат и летат нишки. Ако направите три тънки плитки, те могат да се плетат отново, за да получите по-дебело и по-здраво въже. Ако дължавате нишките, докато плетете, разполагайте шахматно местата, на които вмъквате нови влакна.



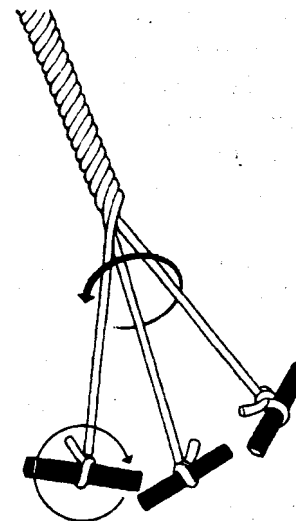
Вземете снопче влакна, вържете краищата, закрепете ги здраво и ги разделете на три отделни топчета (a). Поставете лявото снопче в центъра (b), след това прехвърлете дясното върху него (c). След това поставете в центъра снопчето, което сега е ляво (d), и т.н. (e-f). Старайте се сплитането и усукването на снопчетата да бъде равномерно и стегнато.



Завъртане на въже

Усуквайте влакната (на рисунката това става по посока на часовниковата стрелка, но важно е да поддържате една и съща посока). Вмъкнете нови парчета влакна, докато действате, така че краищата им да бъдат разположени шахматно.

Огато сте изработили три отделни нишки, завържете ги за единия край и продължете да въртите всяка от тях, като се стегнат достатъчно. Временното връзване на пръчка към края на всяка от тях, ще направи усукването по-лесно. Сега изпънете и трите снопчета и започнете да усуквате всички заедно по посока, обратна на часовниковата стрелка противоположна на посоката на усукване на влакната



Продължавайте да добавяте и да усуквате, докато **изработи** въже с дължината, която ви е необходима. Ще трябва да **пъхнете** завършения участък от въжето в **разцепена** пръчка, за да го държите изпънато, докато работите. Увийте въжето около ствола на някое дърво, за да поддържате работната дължина по-къса. За да направите по-дебело въже, повторете процеса с три "въжета", които вече сте направили, или сплетете три обикновени въжета

ПОМНЕТЕ

Когато изработвате въмсе, опитайте се да поддържате дебелината на **снопчетата** една и съща по цялата им дължина. Там, където въжето е с по-тънка **част**, има голяма вероятност то да се скъса.

Омотаване на въжетата

Краят на въжето трябва да бъде завързан по някакъв начин, така че то да не се разплете. За да не позволите на снопчетата да се протрият, стегнете въжето с връв.

Доброто стягане или "омотаване" ТРЯБВА да бъде стегнато и спретнато, за да бъде ефикасно. Ако е прекалено хлабаво, няма да стегне въжето и може да се изхлузи. Много е трудно да се направят добри намотки с дебела връв, а прекалено тънката е предразположена към изплъзване. Опитът ще ви помогне да определите подходящата дебелина.

Използвайте техниката на омотаване, за да прибавите едно удобно място за хващане към дръжката на брадвата или паранга (малайския нож), **или** ако го направите по-дебело, за да замените дръжката на ножа.

1. Поставете част от връвта върху въжето в единия му край, оставяйки края на връвта (a) да стърчи на една длан разстояние от края на въжето.



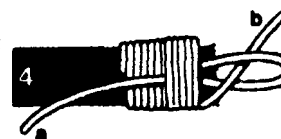
2. Омотайте връвта (b) около въжето, работейки в посока към края на въжето и постепенно покривайки парчето връв, което оставихте върху въжето.



Сега със свободния край на връвта (a) клуп, а него пуснете назад по омотания участък на въжето.



4. Продължете с омотаването, покривайки и **клуна**, докато стигнете близо до края на въжето.



5. Сега мушнете края (b) на връвта, с който омотавахте, в клупа и издърпайте здраво късия край (a). Подрежете спретнато краищата на връвта.



ВЪЗЛИ

За всяка работа има възел и е много важно да изберете подходящия възел за съответната задача. Никога не знаете кога **ще** ви се наложи да вържете възел, затова се запознайте с тяхното използване и с това как да ги връзвате - достатъчно добре, за да можете да ги връзвате в тъмното и при всякакви обстоятелства. Научете се и как да ги развързвате - единственото нещо, което е по-лошо от връзването на възел, който се е развързал, е възел, който НЕ МОЖЕ да се развърже в критичен момент.

В инструкциите за отделните възли, които следват по-долу, **краят** на въжето или връвта, който се използва, за да се върже **възелът**, се нарича "подвижен край", за да се разграничи от другия край на въжето или "неподвижната част".

Рифов възел

Известен също така и като квадратен възел, това вероятно е най-познатият от всички възли. Използва се за връзване на въжета с една и съща дебелина и ще държи здраво дори и при голям напън, въпреки че може много лесно да се развърже.

НЕ е надежден за връзване на въжета с различен диаметър, нито трябва да се използва при наилонови въжета - ще се изплъзне.

Рифовите възли могат да се връзват и с други материали - това е добър възел за използване при даване на първа помощ. Ще прилепне плътно към пострадалия.

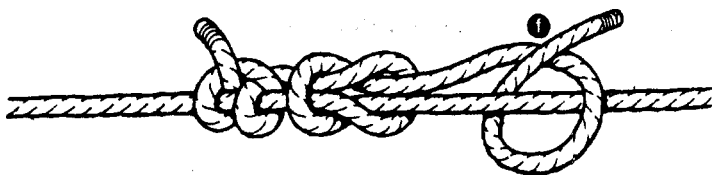
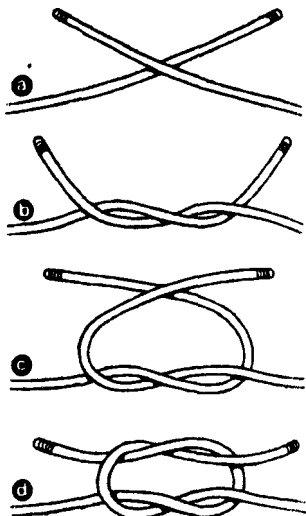
Прекарайте **ДЕСНИЯ** край върху **ЛЕВИЯ** (a), а след това и под него (b).

След това поставете **ЛЕВИЯ** върху **ДЕСНИЯ** (c), а след това го прокарайте и под него (d).

Проверете го - двете примки трябва да се плъзгат една върху друга. Ако сте ги кръстосали по погрешен начин, ще получите "баба", неправилно връзване, което може да не държи здраво и да не може да се развърже, след като е било подложено на опъване.

Стегнете, като дърпате двата края от всяка от страните или само подвижните краища, но се уверете, че възелът се стяга правилно (e).

За да сте двойно подсигурени, завършете връзването на възела, като направите полузапънка с подвижните краища от всяка от двете страни на възела (f).

**ОБИКНОВЕНИ ВЪЗЛИ**

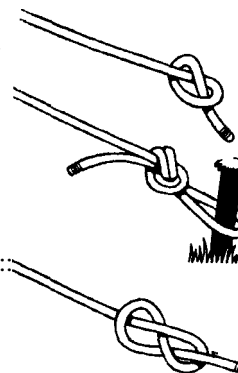
Това са някои от най-простите възли. Връзват се бързо и тяхното усвояване ще ви помогне да разберете някои от по-сложните възли, дадени по-нататък.

Преметнат възел

Най-простият от всички възли. Направете клуп и прокарайте подвижния край обратно през него. Сам по себе си той има малко смисъл, освен за образуването на застопоряващ край върху някое въже, но е елемент от много други възли.

Преметната примка

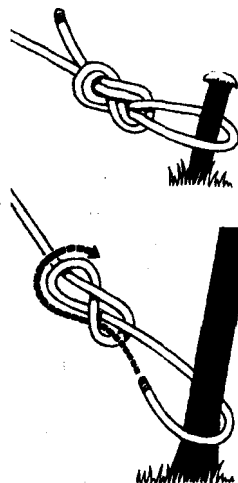
Един много бързо връзван възел за нахлузване върху някаква издатина. Примката е фиксирана и не може да се затегне, така че издатината трябва да е обърната в посока, обратна на посоката на опъването. Удвоете края на въжето и вържете преметнат възел с примката.

**Осмица**

Този възел образува много по-ефикасен стопиращ край в сравнение с преметнатия възел. Направете клуп. Най-напред обърнете подвижния край назад, а след това го преметнете около неподвижната част. Мушнете го напред през клупа.

Примка осмица

По-сигурна от преметната примка, тя се прави по същия начин, както и осмицата, но с двойно въже, използвайки примката като подвижен край. Може да се прилага върху забит в земята клин за някое застопоряващо въже.

**Двойно оплетена осмица**

Олезен застопоряващ възел, когато горният край на опората, за който се връзва, не може да се достигне. Вържете хлабава осмица по-навътре върху въжето. Прекарайте подвижния край около опората и след това го прокарайте по осмицата, придържайки се стриктно към всички нейни извивки. Леко затегнете.

Шкотова извивка

Използва се за съединяване на въжета с еднаква или с различна дебелина. Може да бъде по-ефикасен от рифовия възел при въжета с еднаква дебелина. Идеален е за съединяване на различни по вид материали и особено за мокри или замръзнали въжета.

Лесен за **вързване**, използва малка част от дължината на въжето, и лесен за **развързване**, ако не е бил подложен на опъване. Никога не се изхлузва, ако е завързан правилно и **опъването** не е непостоянно.

1. Направете клуп на едното въже. Прокарайте подвижния край на другото въже (а) назад и надясно, около и зад клупа, и напред и наляво, където то преминава над самото себе си и след това се мушва надолу и минава през клупа.

2. Затегнете го леко, но здраво, в необходимата форма.

Двойна шкотова извивка

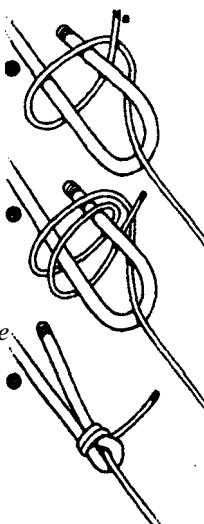
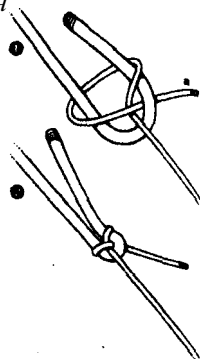
Възел, който е по-надежден от шкотовата извивка. Полезен е при мокри въжета, особено ако са с твърде различна дебелина, но осигурява много добра и здрава връзка и между въжета с еднаква дебелина. Полезен е в случаите, когато опъването не е равномерно и обикновената шкотова извивка може да се изхлузи.

1. Направете клуп на по-дебелото въже. Прокарайте подвижния край на по-тънкото въже (а) през клупа, под подвижния край на дебелия въже, и след това напред по външната страна на клупа и после около него. Промушете подвижния край на тънкото въже между тънкото въже и външната страна на клупа на дебелия въже.

2. Направете още една пълна намотка с тънкото въже около клупа и след това го промушете през същото място от външната страна на клупа на дебелия въже.

3. Стегнете го здраво и внимателно в необходимата форма.

Ако не са стегнати здраво, тези възли може да се разхлабват. НЕ ги използвайте с гладки повърхности, като найлоновата корда например.



Тъкачески възел

Полезен възел за съединяване на еластични материали, като пълзящи растения или жица. Подходящ е за мокри или хлъзгави въжета и е особено добър за съединяване на рибешки черва - най-напред на киснетите червата, за да станат гъвкави. Много надежден, ще държи здраво с тънки въжета, но е много труден за развързване. Използвайте го, когато нямате вяра на рифовия възел или на шкотовата извивка. НЕ се препоръчва за обемисти въжета или найлонови корди.

1. Сложете въжетата едно до друго, краищата им са в противоположни посоки.

Прекарайте подвижния край на едното въже около другото въже и направете обикновен праметнат възел.

2. Повторете с подвижния край на другото въже.

3. Стегнете частично възлите и ги плъзнете един към друг. Разхлабете ги, за да се опрат стабилно един в друг, след това довършете затягането.

Двоен тъкачески възел

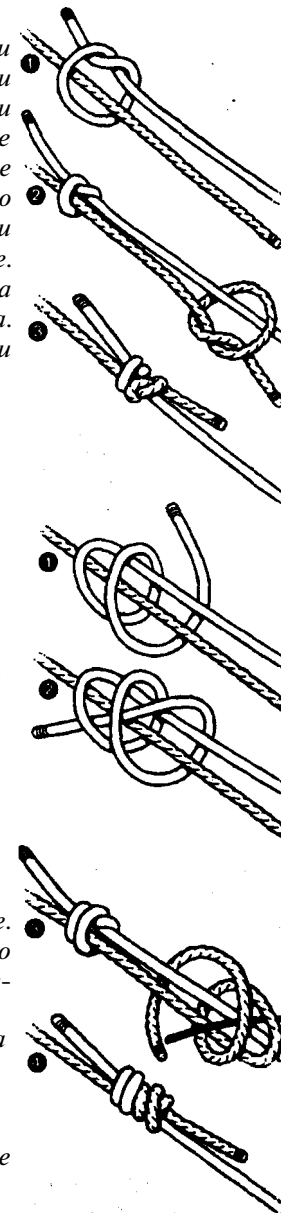
Това е една по-яка версия на тъкаческия възел. НЕ трябва да се използва с найлонови рибарски корди, найлонови въжета или с обемисти въжета.

1. Прекарайте подвижния край на едното въже около другото, след това около двете.

2. Върнете подвижния край обратно и го прекарайте през двата клупа, които току-що направихте.

3. Повторете същото с подвижния край на другото въже.

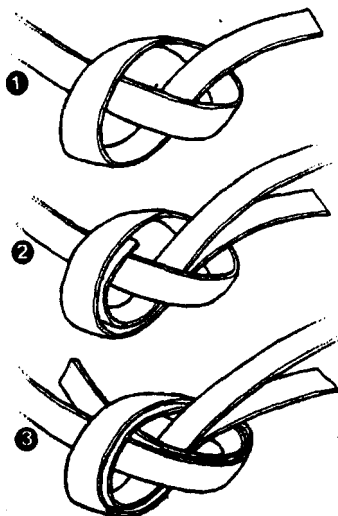
4. Плъзнете двата възела един към друг и ги стегнете, разхлабвайки ги, за да се опрат стабилно един в друг. Опънете постепенно.



Лентов възел

Полезен възел за свързване на плоски материали като кожени каишки, тънки ремъци, ленти и дори за свързване на чаршафи, когато импровизирате въже за бягство. Опитайте!

1. Направете праметнат възел в края на едната "лента". Не го затягайте.
2. Прекарайте другата лента през него, така че тя да следва абсолютно точно формата на първия възел.
3. Подвижните краища трябва да са отделени от възела, така че да не се хлъзнат обратно, когато затягате възела.

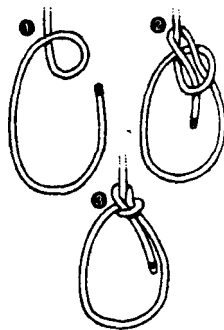


ВРЪЗВАНЕ НА ПРИМКИ

Булин

Този бързо връзван възел образува примка, която нито ще се затегне, нито ще се изхлузи при опъване. Използва се в края на спасително въже или когато имате нужда от такава фиксирана примка.

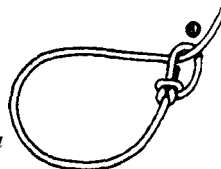
1. Направете малка примка по-навътре от края на въжето.
2. Прекарайте подвижния край през нея, около неподвижната част, и обратно надолу през примката.
3. Дръпнете подвижния край, за да се притегне. Завършете с полузапънка.



Подвижен булин

Използва се във всяка ситуация, изискваща примка, която да се затегне лесно. Направете малък булин и прекарайте дългия край на въжето през примката.

Никогане връзвайте подвижен булин около кръста си, особено когато се катерите. Той действа като смъртоносна примка и може да ви убие.



Троенбулин

Още един булин, изработен с двойно въже. Направете примка, прекарайте двойния подвижен край през примката, зад неподвижната част, и обратно през примката. Това довежда до образуването на три примки, които могат да се използват за пренасяне на оборудването или като клуп-седалка или хамут за повдигане с по една примка на всеки от краката, а третата около гърдите.

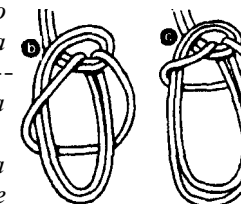
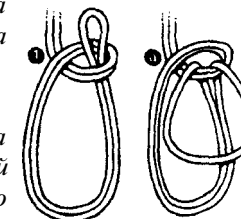
Необходима е известна практика, за да уцелите точните пропорции - затова се научете да връзвате троен булин, ПРЕДИ да ви се наложи да го използвате.

Булин с примка

Подходящ е за поддържане или за издърпване на човек от цепнатина или от друга де, откъдето той не може да излезе сам. Изработете го с двойно въже, създавайки две примки, които нито ще се затегнат, нито ще се запънат. Образува се нещо като столче, едната примка се увива около хълбоците, а другата около горната част на тялото. Както и при тройния булин, упражнявайте този възел, ПРЕДИ да ви се наложи да разберете как да го използвате.

Можете да откриете множество приложения за фиксирани двойни примки. Известно е, че бояджии на къщи и кораби поддържат своите висящи платформи с възел като този на всеки от краищата. Ако платформата има прът, който стърчи във всеки от ъглите, примките на възела булин могат да се изхлузят отгоре. Направете леб върху коловете, за да не позволите на въжетата да се изхлузят.

1. Използвайте двойно въже, направете примка и прекарайте подвижния край през нея.
2. Сваляте този край надолу (a) и го прехвърлете през долния край (b) на по-голямата примка, която сега се е образувала. Повдигнете ичната примка нагоре, до неподвижната част (c). Дръпнете лявата двойна примка, за да затегнете (d).



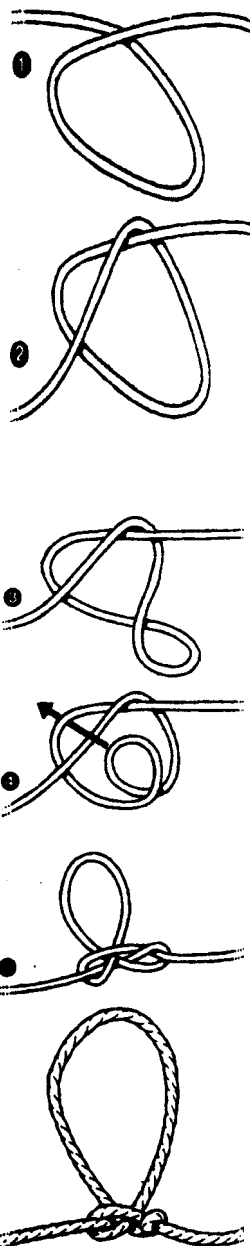
Скачване на хора

Известен още като **възел-папионка** или артилерийски възел, той образува един неизхлузващ се възел. Неговото предимство е, че може да се върже на всяко място по дължината на въжето и не изисква достъп до края на въжето. Няколко примки могат да се вържат на едно въже за скачване на хора, които да теглят или да повдигат някаква тежест. Освен това е добър начин за подготовка на въже за катерене. Пръстите на краката и китките могат да се напъхат в примките, за да носят тежестта на тялото, така че да можете да си почивате, когато се уморите.

1. Направете примка на въжето – но следете внимателно рисунката.
2. Кръстосайте левия край на въжето върху примката.
3. Усучете примката.
4. Прехвърлете я над лявата част на въжето и я мушнете през горната част на първоначалната примка.
5. Леко дръпнете възела, за да го оформите, леко стегнете и го проверете внимателно.

ЗАБЕЛЕЖКА: Ако този възел не е леко стегнат както трябва, напълно е възможно да приключи с изхлузена примка.

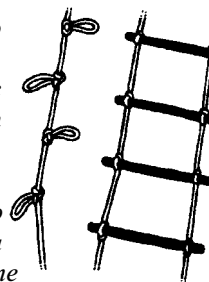
Когато примката не е усукана в стъпка 3, могат да се открият най-различни начини за връзване на този възел. Окончателната сила на примката изглежда не се влияе от това дали усукването се прави, или не, нито ако усукването трябва да се изправи при използването ѝ.



СТЪЛБИ

Стълба може да се направи просто като вържете толкова скачвания за хора върху въжето, колкото а ви е необходимо, като опора за ръцете и краката. Може да се направи също така и със степенки с помощта на здрави пръчки или парчета останки от катастрофата.

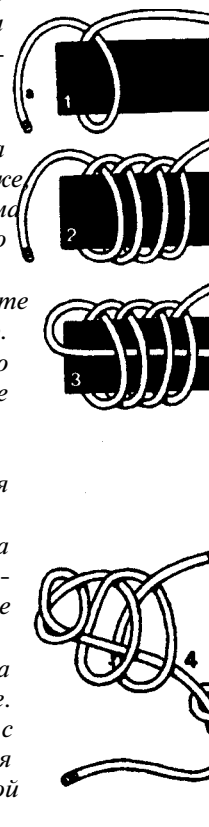
Използвайте две въжета или дълго въже, удвоено, със скачвания за хора, разположени на равно разстояние една от друга по двете въжета, за да направите въжена стълба. Прекарайте степенките през съответните примки, още докато правите примките, и ги затегнете, за да държат степенките здраво. Оставете пръчките да стърчат от двете страни на въжетата на разумно разстояние за сигурност и изпробвайте всяка от тях за здравина-тай.



Стълба от възли

Една поредица от праметнати възли, завързани на определени интервали по протежение на гладко въже, ще направят катеренето по него много по-лесно. Има един бърз начин за тяхното връзване, след като свикнете.

1. Оставайки на разумно дълго свободен край, направете една полузапънка близо до края на къс клон или дънер.
 2. Продължете да правите хлабави полузапънки по протежение на дървото, чиито диаметър ще определи големината на възлите.
 3. Прекарайте предния край назад, през всички примки, и след това ги изхлузете всички през края на дървото.
 4. С преминаването на всяка от намотките на въжето през средата на всички примки на полузапънките и излизането ѝ през другия край вие оформите и затягате възлите един по един.
- Ако знаете дължината на въжето, можете да изчислите броя на възлите, от които се нуждаете. С една полузапънка за всеки възел, изберете дънер с такава дебелина, която да ви позволи необходимия брой намотки, а следователно и желаните от вас брой възли.



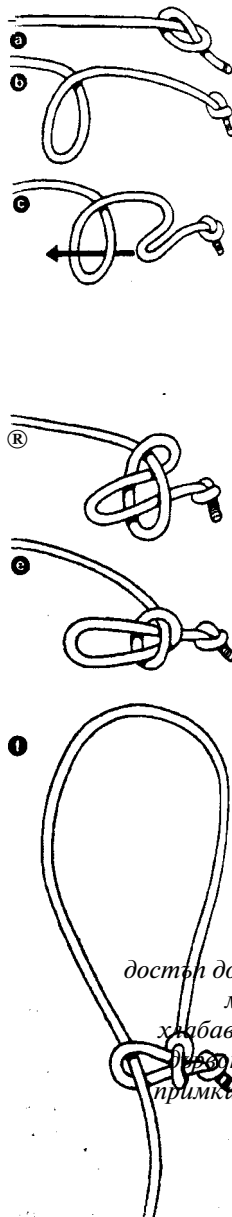
Хонда възел

Вид възел, с който се прави свободно движеща се примка - добре очертана кръгла примка, удобна за хвърляне - като ласо.

Можете да откриете най-различни приложения на това ласо, но в ситуация на оцеляване, ако разполагате само с едно въже, няма да е разумно да хабите много време и енергия, опитвайки се да уловите животните по този начин. За това ще ви е необходима много практика. Когато наистина се окаже, че имате нужда от въжето, то ще бъде износено и похабено от вашите усилия да мятате ласо. Все пак си струва труда да си направите едно такова, за да опитате, така че да имате вече изградени умения, които да използвате, ако попаднете в ситуация на оцеляване.

- a. Започнете с праметнат възел.
- б. Направете клуп по-надолу по въжето.
- с. Удвоете въжето в примка, разположена между възела и клупа.
- д. Прекарайте примката през клупа.
- е. Стегнете клупа около примката.
- / Прекарайте дългия край на въжето през новото ухо, образувано от примката.

Преди да се опитате да използвате ласото върху някое животно, преценете неговата сила в сравнение с вашата. Едно голямо животно може (и почти сигурно ще го направи) да побегне. Ако не държите въжето здраво, то може да го отмъкне и вие да загубите и яденето си, и въжето си. Ако въжето е вързано за вас, ВНЕ може да бъдете влачени и да пострадате сериозно. Можете ли да използвате някоя здрава опора, която да поеме опъването? Намотаването на въжето около дънера на някое дърво или около някоя скала може да удържи животно, което е прекалено силно за вас, за да го спрете със собствени сили.

**ЗАПЪНКИ**

Това е възлиза за вързването на въжето към стълбове, колове и пръти.

Единична намотка върху кол и две полузапънки

Това е най-добрият начин да вържете въже за кол. Може да бъде дърпано почти от всяка посока.

Омотайте въжето около кола, след това още веднъж. Преметнете подвижния край над и след това назад и под неподвижната част на въжето и го прекарайте през така оформения клуп. Стегнете и повторете полузапънката, за да направите възела по-надежден.

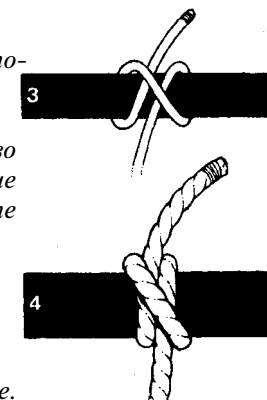
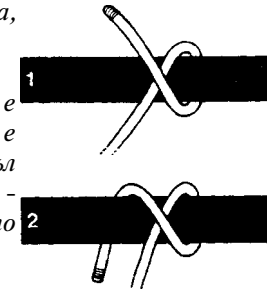
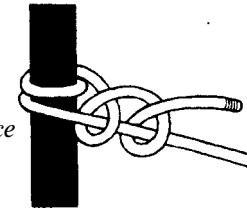
Запънка около дърво

Ефикасно връзване, когато дърпането е перпендикулярно на хоризонтална опора. Не е толкова ефикасно, когато опънат идва под ъгъл или посоката на опъването е непостоянна - това може да разхлаби запънката около дървото.

1. Преметнете подвижния край над и около гредата.
2. Прехвърлете го над самия него и отново около гредата.
3. Промушете подвижния край на въжето нагоре, под самото себе си, в посока, противоположна на неподвижния край.
4. Съберете и дръпнете здраво.

Възможно е да направите запънка около дърво на примки върху въже и да нахлузите вече готовия възел върху дървото - ако имате

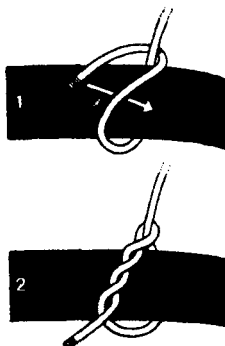
достъп до края на дървото. Много от опитните майстори на възли го правят. Вържете хлабава запънка върху дърво и я изхлузете от дървото. Сложете я на земята и копирайте примките, образувани от въжето. Нахлузете я върху дървото и я затегнете.



Запънка за греда

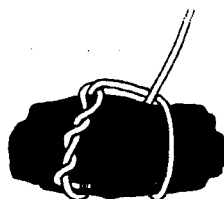
Този възел се използва най-вече като начален възел при свързване, но може да се използва също и за вдигане със скрипец и за влачене или теглене на буксир на тежки трупи.

1. Преметнете свободния край около гредата и хлабаво около неподвижния край.
2. Издърпайте го напред и го пхнете под възето, обгръщащо гредата. Усучете го около него толкова пъти, колкото успеете. Затегнете възела, като издърпате внимателно неподвижния му край нагоре, докато се образува здраво захващане.

**Запънка за котва**

Известна още като запънка за тежест - използвайте я за завързването на въже за някаква задържаща тежест. Може да се използва за завързването на истинска котва при използването ѝ във вода или за да задържи задния край на въжето, което се хвърля.

Направете запънка за греда около единия край на камък или тежест и стегнете. Прекарайте въжето по тежестта и направете полузапънка.

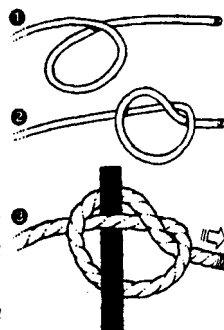
**Запънка за стълб**

Това е един бърз, но временен възел за връзване на въже за акостиране към стълб или за издърпване през горния край на всякаква вертикална закачалка или стълб.

Особено подходящ е, когато затягате въжета за връзване. Чрез временното прикрепяне на една къса, здрава пръчка към въжето става възможно да се сдобие с допълнителна опора върху въжето, за да осъществите едно по-силно дърпане.

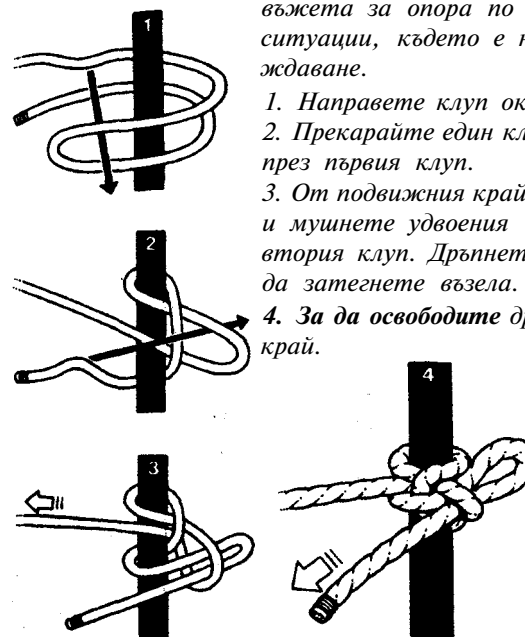
1. Направете клуп на въжето - проучете внимателно рисунката.
2. Преместете едната страна на клупа (лявата) назад и нагоре и я поставете върху неподвижната част на въжето.

3. Нахлузете тази част върху стълб - стълбът идва между разтегнатия клуп и неподвижната част. Дръпнете подвижния край, за да затегнете.

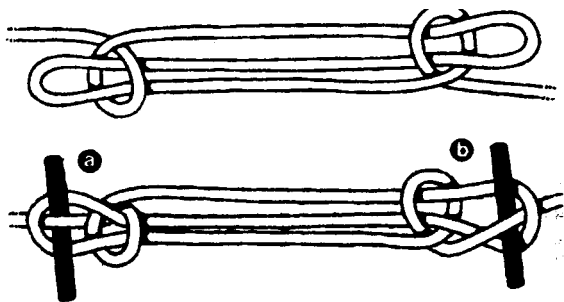
**Бързо освобождаващ се възел**

Известен с различни имена - разбойническа запънка, запънка на крадеца, възел на крадеца. Този възел е надежден, но ще се развърже от едно-единствено рязко дърпане на подвижния край. Препоръчва се за временно завързване на въжета за опора по време на работа или за ситуации, където е необходимо бързо освобождаване.

1. Направете клуп около стълб или кол.
2. Прекарайте един клуп от неподвижния край през първия клуп.
3. От подвижния край оформете още един клуп и мушнете удвоения край през примката на втория клуп. Дръпнете неподвижния край, за да затегнете възела.
4. За да освободите дръпнете рязко подвижния край.

**СКЪСЯВАНЕ НА ВЪЖЕ****Овчи пицъл**

Утроете съответния участък от въжето. Направете полузапънки на двата края на утроения участък и ги нахлузете върху съседните извивки. Или вместо полуизвивки, когато се образува примка на неподвижния край, издърпайте през него един клуп и го нахлузете върху извивката на въжето. Затегнете като увеличавате напрежението постепенно.

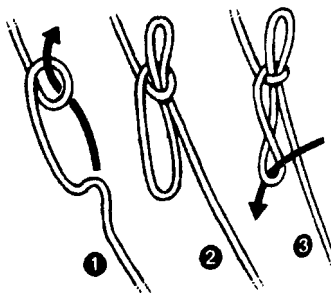


Направете овчия пищял по-надежден, като през извивката и зад неподвижния край промушете пръчка (a). Или, ако имате достъп до края на въжето, прекарайте него през клупа (b). Ако добавите пръчка към тази конфигурация, тя ще стане по-надеждна. Никога не режете въже без необходимост - не знаете кога ще ви е необходима цялата му дължина. Вързаното въже притежава само половината от здравината на цялото въже. Използвайте овчия пищял, за да скъсите въжето или за да изключите от опъване повреден или отслабнал участък от въжето.

ЗАКРЕПВАНЕ НА ТОВАРИ

Възел за пренасяне "уейкос"

Възел с неограничена стойност за укрепването на висок товар в лодка, сал, шейна и т.н. или за връзването на покрив. Максималната опора се постига като с цялата си тежест дърпате надолу и след това завържете с две полузапънки. Ако се разхлаби, развалете полузапънките, опънете отново и завържете. Този възел може да се използва също така и за въже, прехвърлено през река или пропаст, като от време на време се нуждае от опъване.



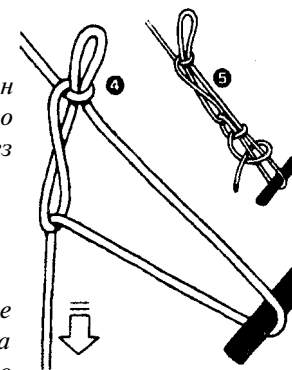
1 Направете клуп на въжето. По-надолу, по посока на края на въжето, направете примка.

2 Прекарайте примката през клупа.

3 Усучете новия, по-ниско разположен клуп. Прекарайте края на въжето около опората за връзване и нагоре през споменатото усукване.

4 Дръпнете края, за да затегнете.

5. С края на въжето направете две полузапънки около долните въжета, за по-осигурно. Развържете ги, когато искате да оправите и да натегнете отново въжето.



Пруски възел

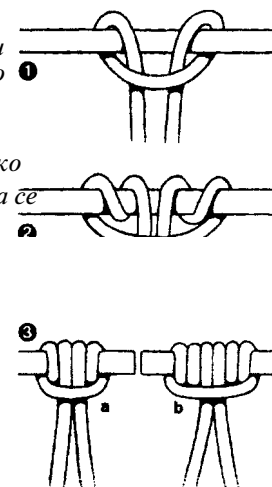
Възел, който образува плъзгаща се примка и е особено полезен, когато се прикрепя към въже за изкачване. Когато върху него е приложена сила, той няма да се плъзга, но ще се плъзга свободно по въжето, когато силата бъде отнета. Полезен също така и за въжета, които от време на време се нуждаят от задържане, като обтяжките на палатките.

Чифт пруски възли върху въже осигуряват захват за краката и ръцете при катерене или плуване край хоризонтално въже. Те се плъзгат по основното въже, докато седнете.

1. Направете клуп около основното въже и прекарайте краищата през него. Оставете го хлабав.

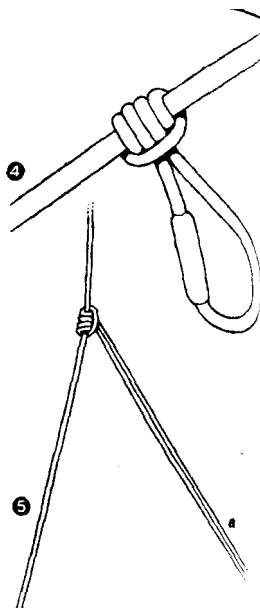
2. Увийте краищата още веднъж около основното въже и ги прекарайте през клупа. Леко стегнете. Не позволявайте на намотките да се преплетат.

3. На външен вид получената конфигурация изглежда като четири намотки около основното въже (a). Понякога алпинистите правят още едно завъртане с краищата на спомагателното въже прекарвайки ги след това отново през клупа, и върху основното въже изглеждат направени шест намотки (b).



4. Пруският възел може да се направи с използването и на предварително направена примка от свързано въже, като в този случай увийте примката около основното въже и я промушете през самата нея, а след това повторете процедурата.

5. За използване като въже за натягане, закачено за обтяжка и други и завързване на краищата (а) към някаква опора.



Забележка: Когато се използва за катерене или придвижване край въже, примката от свързано въже е по-надеждна (като в 4). Ако нямате такава примка от снабдено въже, завържете краищата, след като вържете възела. Проверете енергично здравината на връзването, преди да му се доверите.

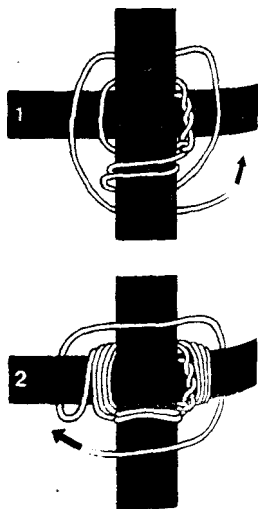
СВЪРЗВАНЕ

Методите за свързване на греди, стълбове и т.н. се различават в зависимост от разположението на свързаните части. Научете тези техники. Те са с неоценима стойност при изработването на подслони, салове и други конструкции.

Квадратно свързване

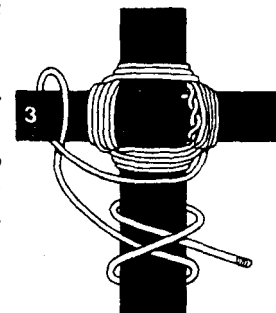
Този метод е за свързване на греди, които се кръстосват. Най-ефикасен е, когато те се кръстосват под прав ъгъл.

1. Направете запънка за греда, прекарвайки въжето последователно под и над гредите, и опишете пълн кръг около тях, преди да го запънете. След това прекарвайте въжето последователно над и под гредите в посока, обратна на часовниковата стрелка.



2. След като сте направили три или четири биколки около гредите по посочения начин, направете една намотка около някоя от гредите и след това направете кръг в обратната посока.

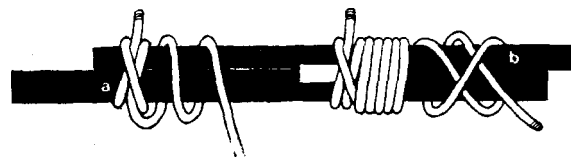
3. Завършете кръговете с полузапънка около някоя от гредите и завържете със запънка около дърво върху две от гредите под прав ъгъл.



Кръгло свързване

Предназначено е за свързване на поставени по дължина една до друга греди или за удължаване на гредата.

Започнете със запънка за дърво около двете греди (а), след това увийте въжето около тях. Завършете възела със запънка около дърво в другия край (б). Набийте клин под въжетата, за да ги натегнете както трябва. Ако гредите са вертикални, набийте клина в посока надолу.

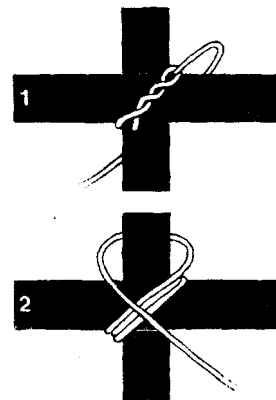


Диагонално свързване

Алтернатива на квадратното свързване, което е по-ефикасно, когато гредите не се кръстосват под прав ъгъл, и особено когато гредите са подложени на опън и трябва да се дърпат една към друга, за да се съединят.

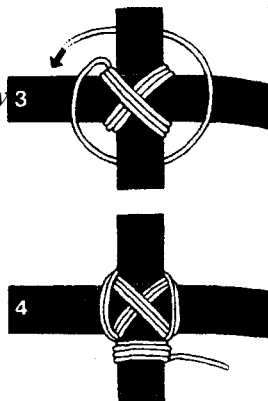
1 Започнете със запънка за греда, разположена диагонално около двете греди.

2. Пристегнете двете греди с няколко намотки на въжето над запънката за греда, след това направете една намотка под гредата отдолу.



3. Пристегнете двете греди по другия диагонал, след това поставете въжето върху едната гредка и направете две или три обиколки около кръстосаните греди, като прокарате въжето над горната и под долната гредка.

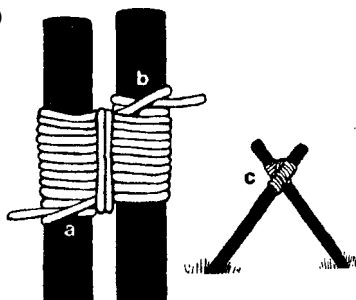
4. Завършете със запънка около дърво върху най-удобната гредка.



Ножично свързване

За връзването на краищата на две греди под ъгъл, когато правите А-рамка например.

Започнете със запънка около дърво (а) върху едната гредка. Намотайте въжето около двете греди. Тази връзка не трябва да е много стегната. Изкарайте въжето между гредите и го намотайте няколко пъти около връзката. Завършете със запънка за дърво около другата гредка (b). Стегнете с разтваряне на ножницата (c).



Подобен метод може да се използва около три стълба, за да направите триножник. Намотайте въжето около трите крака и го овържете около двете междини между тях. Долните части на гредите на А-рамките и на триножниците трябва да бъдат фиксирани с нещо, за да не могат да се разкратят напълно.

ПЛЕТЕНЕ НА МРЕЖИ

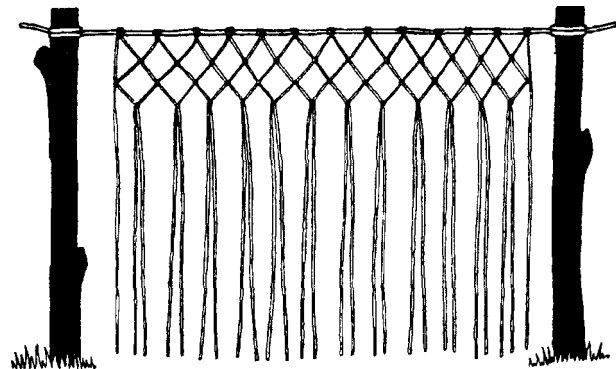
Мрежите могат да се изработят като се вържат възли около предварително отрязани парчета въже или чрез "съединяване на бримките ред по ред. Те са полезни не само при риболов. Една рибарска мрежа може да се окачи между дърветата, за да ловите птици; а с рекмето, направено от връв, може да се постави

пху дупките на животни. Използвайте същата техника, за да направите хамак от здраво въже.

Рибарска мрежа

Направете я от парашутни въжета или от връв с двойна дебелина. Парашутното въже се състои от вътрешна сърцевина и едно въже, поставено във външна обвивка. Издърпайте финото вътрешно въженце и го нарежете на удобни и равни дължини (или отрежете парчета от по-тънко въже). Дължината им ще определи дължината на мрежата, която ще бъде около 3/8 от тази на дължината на въжетата.

Определете колко широка искате да бъде мрежата и забийте два стълба на избраното от вас разстояние един от друг. Между двата стълба завържете външната част на парашутното въже (или по-дебела връв). Отрежете парче дърво широко около 3.5 см. Използвайте го като мярка, за да определяте разстоянието между по-тънките вертикални нишки (вътрешната сърцевина).



Пруски възел



Преметна възел

Сгънете всяко парче на две и използвайте клуп, за да направите пруски възел върху горното въже, и повторете по дължината му. Плъзнете пруските възли по въжето, за да ги разположите на еднакво разстояние с помощта на избраната мярка.

За първия ред, като работите от ляво надясно; игнорирайте най-първата индивидуална нишка, а вземете втората от чифта. Съединете я с първата нишка от следващата двойка и ги завържете с праметнат възел. Вземете втората нишка и първата от следващата двойка и ги завържете. Продължете така по реда, използвайки мярката, за да контролирате разстоянието.

Продължете със следващия ред по същия начин, но този път включете и външните въжета, за да създадете ред от "диаманти" (ромбове). Продължете, докато свършите с реда.

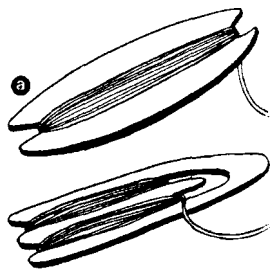
За да завършите дъното на мрежата, опънете още една по-дебела връв между опорите и завържете всички вътрешни (потънки) върви по двойки около нея. Прехвърлете всеки чифт два пъти около нея. Разделете чифта и завържете около самия него.

Довършете мрежата, като завържете и в четирите края горното и долното въже на възел, за да не позволите на мрежата да се разплете. Всеки остатък от въжетата може да послужи за

"Изплитане" на мрежа

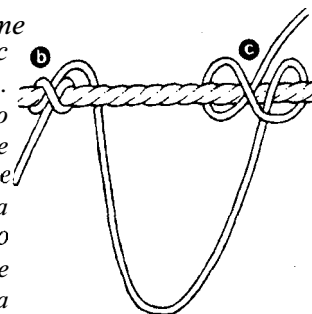
Метод, който е подходящ за найлонова рибарска корда или за всяко друго фино въже. Нуждаете се от хоризонтална връв, опъната между два стълба, мярка за бримките и "игла".

Направете "иглата" (а) с дължина около 15 см и ширина 2.5 см, от твърда дървесина или бамбук. На всеки от краищата ѝ направете по един нарез и увийте кордата около иглата; или опитайте нещо по-традиционно, като посоченото на долната рисунка. Иглата трябва да е гладка. Кордата постепенно се развива, докато изработвате мрежата.



прикрепяне на мрежата към опори и тежести, които да я държат пълната при нейното използване.

За да изработите мрежата, вържете горното въже с желаната от вас дължина между две вертикални опори. Започнете с връзването на запънка около дърво с по-тънката корда (b). Прекарайте иглата зад горното въже и я преместете напред, за да вържете още една запънка около дърво (c). Повторете същото по целия ред, определяйки интервалите между възлите с помощта на своята мярка (d).

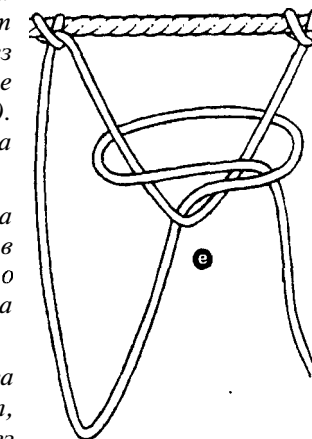


Когато горният ред е завършен, минете от другата страна на стълбовете (което е по-лесно, отколкото да работите назад) и изработете следващия ред. Правете всеки нов клуп достатъчно голям, за да оформи един квадрат на примката на мрежата (полуквадрат във всеки външен ръб). Прекарайте иглата през клупа на горния ред отзад, обиковете задната част на клупа и след това я мушнете през предната част на примката, която се е образувала от това движение (e). Нагласете дължината с помощта на своята мярка, преди да затегнете (f).



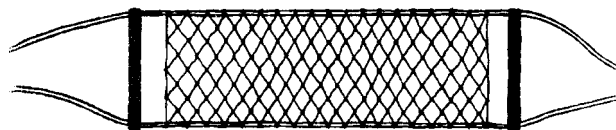
Прехвърлете се отново от другата страна и започнете нов ред, работейки в обратната посока, като продължите по същия начин, докато изплетете цялата мрежа.

вържете долното въже с някоя друга по-дебела връв, използвайки същия възел, но държейки въжето изпънато, без лупове. В двата края оставете малко свободно въже. Вържете краищата на горните въли и мрежата е готова.

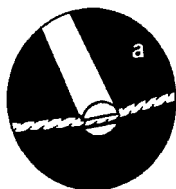


Хамак от мрежа

Изплетете мрежа с широчина около 75 см и малко по-дълъг от вашата височина. Използвайте качествена, здрава връв или въже за горния и долния ред - двойната връв е добра идея. Краищата трябва издържат тежестта ви. Оставете тези краища достатъчно дълги, за да окачите на тях хамака.

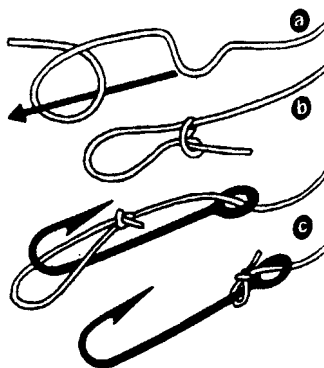


Отрежете две напречни пръчки, които да държат хамака "разтворен". Направете разрези от двата им края и плъзнете въжетата в тях (а). За да улесните окачването на хамака, можете да вържете всеки от двата чифта краища за някаква фиксирана примка, като например булин. След това фиксирайте единия край с помощта на възела "единична намотка върху кол и две полузапънки", другия край фиксирайте с помощта на бързо освобождаващ се възел, в случай че се наложи да напуснете хамака внезапно.

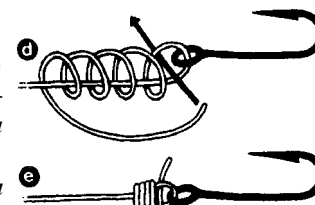
**РИБАРСКИ ВЪЗЛИ****Завързване на кука за черво**

Рибарски възел. Накиснете червото. Вденете го в ухото на куката. Направете една праметната примка и през нея прекарайте клуп (а), за да образувате елементарен плъзгащ се възел (b).

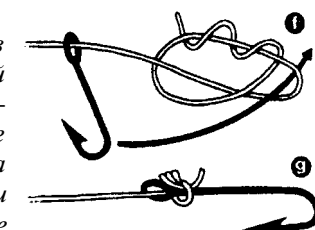
Прекарайте куката през плъзгащия се възел (с) и затегнете здраво около дръжката.

**Завързване на кука за найлон # 1**

П лъкърва възел. Вденете края в ухото. Направете четири завъртания около неподвижната част. Промушете подвижния край през примката, образувана точно до куката (d). Дръпнете стегнато и отрежете съвсем близо до края (e).

**Завързване на кука за найлон # 2**

Рибарски възел с две намотки. Вденете в ухото. Прекарайте подвижния край около неподвижната част, за да образувате клуп, и после през него. Увийте подвижния край два пъти около едната страна на клупа. Хванете клупа и дръпнете здраво извивките. Прекарайте куката през клупа (/). Издърпайте неподвижната част, за да затегнете клупа върху куката (g).

**Засичащи възли**

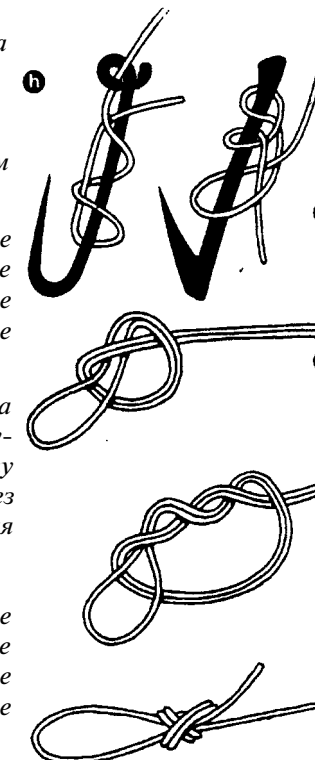
За връзване на импровизирани куки към черво или корда.

С едно ухо: Вденете червото. Направете две намотки около куката и прекарайте подвижния край нагоре през намотките (h). Леко стегнете и изпробвайте здравината.

Без ухо: Направете клуп около долната част на дръжката. Направете две полузапънки от горния край по посока надолу и прокарайте подвижния край през долния клуп (i). Дръпнете неподвижния край, за да затегнете.

Примка в найлон # 1

Двойна праметната примка. Удвоете ордата, за да направите клуп. Вържете раметнат възел на него (a). Прекарайте ново края през клупа (b). Дръпнете здраво и отрежете края.



Примка в найлон # 2

Кървав клуп. Оформете клуп. Усучете неговия край назад около неподвижната част (d). Промушете края обратно през новата примка (e). Дръпнете здраво и отрежете свободния край.

Свързващи примки

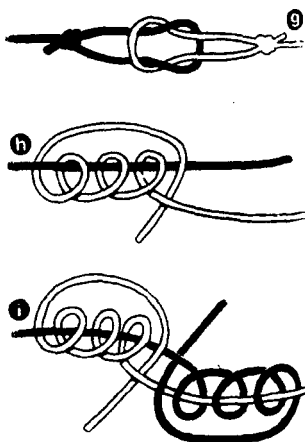
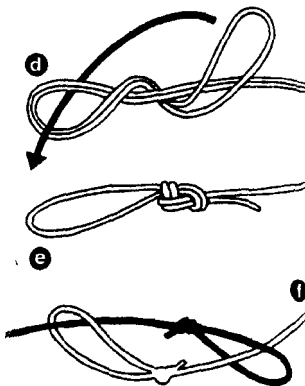
Могат да се използват с найлонова корда, но ще действат и при материали с различна здравина. Тъкаческият възел се препоръчва за черво, което вероятно няма да издържи опъването, характерно за този метод.

Със свободни краища: Промушете всяка корда през примката на другата (/) и дръпнете здраво (g).

Само с един свободен край: Направете примка върху едната корда. Прекарайте подвижния край на другата корда през примката, около нея и обратно през нея, и след това завържете с някой от възлите за завързване на кука за найлон.

Свързване на найлон

Двоен, три пъти навит, кървав възел: Поставете двата края един до друг и омотайте единия три пъти около другия. Върнете подвижния край назад и го прекарайте над другата корда и под собствената мунеподвижна част (h). Направете същото в обратната посока и с другата корда. Подвижните краища завършват, стърчейки в противоположни посоки (i). Леко стегнете.

**ЧАСТ ШЕСТА****РАЗЧИТАНЕ НА ЗНАЦИ**

Да можете да разчитате и да изготвяте карта е само началото а това да откриете своя път. Трябва да се научите да интерпретирате знаците, които откривате върху земята и във въздуха.

Ако нямата компас, има няколко начина да си направите сами. Слънцето и звездите могат да осигурят сигурна ориентация - съществуват разнообразни методи за определяне на посоката в северното и южното полукълбо.

Способността да предвиждате времето може също да се окаже ценна придобивка в пустошта, а елементарните познания за предсказване и интерпретация на облаците дават на бедствания допълнителни умения.

КАРТИ:

Интерпретация на карти • Северната посока върху картите • Магнитно отклонение ■ Наклони и Измерване на разстоянията

**ОТКРИВАНЕ НА ПОСОКАТА**

Импровизирани компаси и Стрелки от растения
Посока на вятъра • Луна и звезди

СИГНАЛИ ЗА ВРЕМЕТО

Облаци ■ Прогнозиране на времето

РАЗЧИТАНЕ НА ЗНАЦИТЕ



Преди да предприемете на каквато и да е експедиция, трябва да сте научили всичко, което възможно, за терена, да се снабдите с карти, ако има такива, и да разработите маршрутите. Запомнете конфигурацията на терена, посоката, в която текат реките, височините, характерните особености преобладаващите ветрове, моделите на времето, които може да очаквате, и всякакви известни опасности; проверете фазата на луната и времето на изгрева и залеза - всичко това ще е с неограничена стойност, ако попаднете в трудна ситуация. В случай на инцидент може да се намирате в напълно непозната територия и тогава трябва да разберете абсолютно всичко за своето местоположение от самата земя.

При избора на място за лагеруване, откриването на вода и на други, необходими за оцеляването ви неща ще ви се наложи да интерпретирате заобикалящата ви обстановка - другата страна на някой хълм може да предлага съвсем различни условия, а ако решите да не стоите на едно място, ще ви се наложи, докато пътувате, да интерпретирате и общото географско разположение, и конкретния пейзаж.

КАРТИ

Изберете картите грижливо и се уверете, че те са в който ще ви свърши работа и ще ви даде полезна информация. Карта с много голям мащаб, която изобразява всяка пътека и постройка, няма да ви е от никаква полза, ако изминавате хиляди мили по някое шосе. Всяко нещо ще е изобразено в най-големи подробности, но на една страница ще бъде дадена съвсем малка част от вашия маршрут и вие ще трябва да затрупате колата с карти и да ги сменяте на всеки няколко мили. От друга страна, много малко са автомобилните карти, които дават достатъч-

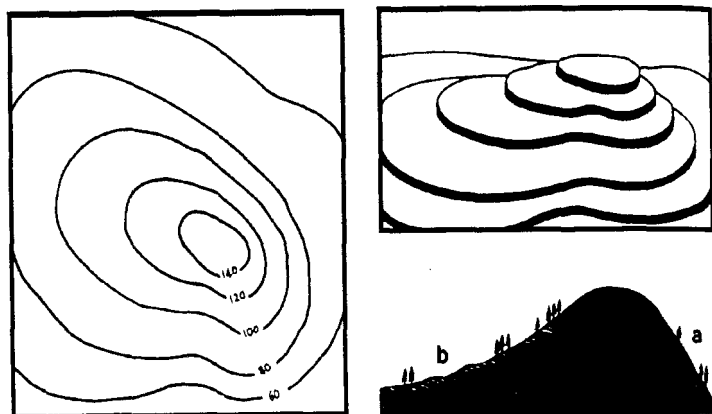
и информация за характера на терена или изобразяват особено-
ст така че да помогнат на пътника да избере своя маршрут.
м пъските пътешественици трябва да са снабдени с точни карти,
могат да се придържат към безопасните води. Простран-
з то под повърхността на водата може да е толкова
с знообразно, колкото и това над нея. Пътуващите по въздуха
трябва да са запознати с това какви затруднения могат да
чакват на различните височини и какви турбуленции се срещат
близо до планините, което прави летенето на по-голяма височина
по-безопасно. От въздуха характерът на терена може да изглежда
абсолютно разбираем, но от тази гледна точка неговите контури
са сплескани; без правилно тъкуване една карта не ви говори
кой знае какво.

Карти и терен

Височината не може да се изобрази върху плоския лист хартия, затова различните височини на терена са посочени на равни интервали, обикновено на всеки 50 фута или на всеки 10 метра, според мярката, която се използва, и всяка точка от една и съща височина е свързана с линия - контурната линия. В повечето случаи тези линии са съединени, за да образуват една цялостна форма, нещо като неправилен овал, тук-там с издатини. Ако те прекъснат изведнъж до някоя друга линия, това означава, че има рязка промяна на височината, например канара или много стръмен склон.

Единствената контурна линия, която можете да видите в природата, е тази на морското равнище покрай брега (но дори и тя не е съвсем вярна поради промените, свързани с прилива), но можете да си представите контурните линии като краищата на плоски дискове, разположени на равно разстояние един от друг. Ако наложите върху тях парчета плат, ще ги свържете във форма, която ще изглежда приблизително като хълм или друго подобно релефно изображение. Вие обаче не притежавате информация за това какво точно е положението между контурните линии, не е длъжително те да са свързани с полегат и равен склон. Може да има скални издатини, дупки, най-различни изменения в рамките на тези 10 метра или 50 фута. Може само да предпо-

ложите каква е точната конфигурация на терена между дв относителни височини на картата, но не можете да сте абсолютно сигурни. Следователно може да съществуват особености, които не са изобразени на картата, тъй като попадат между контурните линии.



Контурните линии върху картата изобразяват серия от точки, разположени на едно и също разстояние над морското равнище, и не дават информация за това, което съществува между тези линии. Когато контурите са разположени близо един до друг, промяната на височината е по-рязка (a). И обратно, по-големите разстояния между контурните линии показват по-полегати склонове (b).

Тълкуване на картите

Помнете, че интервалите между контурните линии представляват разстоянията между хоризонталните точки на една и съща теоретична височина, а не действителното разстояние върху наклона на терена. Те са измерени в мерни единици, които показват относителните позиции, а не са в мащаб, както при хоризонталното чертане.

Често срещана грешка е да се приема, че дадена група контурни линии изобразява повишаване на височината

повърхността, съответстваща на мащаба на разстоянието, изобразено между тях, но мащабът на типичната туристическа карта е 1:50 000 и 10 м върху нея ще бъдат само 0.02 мм. Контури, разделени с 5 мм един от друг върху повърхността на картата, могат да бъдат на хоризонтално разстояние от 250 м.

Мащаб

Преди да започнете да използвате картата, трябва да разберете нейния мащаб. Той може да е показан с линията на мащаба, отбелязана в мили или километри по отношение на размера, с който те са изобразени върху картата, или да е даден като пропорция - 1:50 000 означава, че всяка единица мярка върху картата изобразява 50 000 пъти по-голямо разстояние от повърхността на земята.

Легенда

Обикновено картата има и легенда за символите, които се използват в нея, за да обозначат естествените и създадените от човека особености - реки, пътища, постройки, видове гори или блата, видове брегове. Какво и как е изобразено, е различно при различните карти. Ако върху дадена карта или нейната опаковка няма легенда, уверете се, че можете да разберете какво означават различните символи, изобразени върху картата. Някои от тях са съвсем очевидни: ако картата е цветна, почти сигурно е, че реките ще бъдат в синьо, тресавищата обикновено са изобразени чрез стилизирани туфи тръстика.

Не всички характерни особености могат да бъдат изобразени в правилния мащаб. Шосетата и пътищата вероятно ще бъдат изобразени с различни стандартни широчини, за да можете да сравните какъв тип път предлагат те, а не с точните им размери; същото важи и за реките и потоците. Английските военнотопографски (ВТ) карти например изобразяват водните пътища като единична синя линия, с постепенно увеличаваща се Дебелина, докато започне да изобразява ширина като потока от 3 метра, при което започва да се използва двойна линия, което ви дава моменталната информация, че трябва да пресечете река, която е най-малкото с такава широчина. Подобни стандарти

съществуват за всички карти. След като усвоите начина, по който е изобразена информацията върху картите, те ще ви говорят много.

Мрежи

В картите почти винаги присъства мрежа от линии, която ги разделя на отделни участъци. Тя е изработена на основата или на градусите на географската дължина и ширина, или представлява специална мрежа, създадена от картографските институции. Предимството на специалните мрежи е, че обикновено те са замислени да образуват квадрати, основаващи се върху измерването на повърхността на земята, което може да ви помогне бързо да определите различните разстояния. Върху английските ВТ карти например линиите на мрежата изобразяват разстояние от 1 км, а диагоналят в квадратите, които те образуват - 1.5 км. Ако искате да намерите или да докладвате дадено местоположение, то може да се опише с координати, получени от справката за линиите от две съседни страни на картата. За всеки, който използва карта със същата мрежа, тези координати незабавно ще му посочат "кутията", за която става дума. Разделянето на квадрата на око на допълнителни десетични деления на мярката определя точното местоположение. Такава карта ви осигурява един много лесен начин да съобщите на спасителите точното си местоположение или да определите точката за среща с тях.

- 64 *Мястото, маркирано с точка, може да се опише като 15.5X62.8 чрез координатите от двете страни на мрежата. Тази система изисква квадратите да бъдат разделени мислено на десетични деления във всяка посока. Координатите по картата обикновено се изразяват с шест цифри: 155628. Трябва да се включат кодовете за всяка обозначена на картата област.*

Северната посока върху картите

Освен ако не са линии на географската дължина, линиите мрежата върху картата не са индикатор за географските посоки север и юг, въпреки че понякога могат да се приближават до тях. Помнете, че стрелката на компаса показва не истинския север, а магнитния север, а разликата между тях варира и в зависимост от това в коя точка на света се намирате, а също защото магнитния север бавно променя своята позиция. За да определите точно своето местоположение, е необходимо да сте запознати с тези вариации, но дори и приблизителната представа за ориентацията ще ви помогне да сравните картата си със земната повърхност.

Ако разполагате с регулируем компас и с информация за неговото отклонение и за това на мрежата на вашата карта от действителния север, можете грижливо да сравните всички тях, така че дори и при лоша видимост или там, където особеностите на релефа са извън вашето полезрение, можете да набележите точните ориентири и да ги следвате.

Редица карти посочват отклонението или посоката на магнитния север. Ако то не е посочено, можете да го определите от Полярната звезда или като използвате метода на часовника. По същия начин използвайте Южния кръст, когато сте в Южното полукукло, за да определите южната посока (и двата метода са обяснени по-нататък в книгата).

Локални магнитни колебания

За да откриете локалните магнитни колебания, когато те не са отбелязани на картата, насочете компаса към Полярната звезда. Отбележете разликата между стрелката и действителния север.

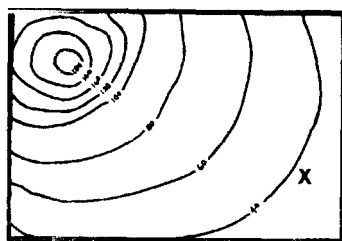
Нагласявайки компаса по линиите на мрежата на картата, можете да определите тяхното отклонение, ако такова съществува. Ако след това ви се наложи да минавате през места магнитни отклонения, не трябва да забравяте да компенсирате отклонението.

уменията за разчитане на карти трябва да се усвоят от всеки, и то планира експедиция, като те са особено ценни в планински стности. Могат да се намерят компаси, снабдени с градуирани

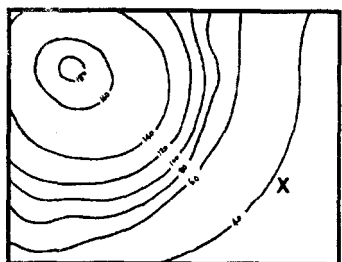
скали, маркери за посоката и мащаби, които правят този ви ориентиране по-лесно. Проверете ги внимателно и ^{ви}поискайте да ви обяснят как да си служите с тях.

В ситуация на оцеляване най-вероятно ще трябва да ^{да}справяте без подобни сложни уреди. Ако не можете да определите правилната корекция, продължете да определяте положението си в съответствие с видимите ориентири.

Наклони



При вдлъбнатия навътре склон (a) (при който можете да видите върха от подножието), контурите на по-високата част са близо един до друг.



При изпъкналия склон (b) (при който не можете да видите върха от подножието) контурите на по-ниската част са близо един до друг.

Измерване на разстоянията

Разстоянията "по права линия" могат да се измерват, като се използва всеки прав ръб и се съпостави с линията на мащаба или се умножи по съотношението на мащаба на картата. Криволическите маршрути могат да се измерят с конец, който след това да изпънете и да измерите в съответствие с мащаба на картата. Наклоните могат да дадат значително отклонение в разстоянията и това трябва да се отчита - наклон от 45 градуса например ще добавя по 8.2 м към всеки 200 метра от хоризонталното разстояние по картата (500 фута се превръщат в 525 фута).

собствени карти

Бедстващият може да няма късмета да разполага с карта и към случай ще трябва да си изработи собствена. Ако имате винаги ще можете да намерите обратния път към лагера, то е особено важно, ако трябва да се върнете, за да помогнете болните, децата или по-възрастните оцелели.

Не е възможно да измерите точните контурни височини, но ^{жете}да създадете собствена система за обозначаване на контурите.

Открийте най-добрата наблюдателна позиция и разгледайте терена. Изкатерването на някое дърво може да ви предостави по-добър изглед. Отбележете посоката на планинските хребети, пребройте колко виждате. Между всеки два хребета вероятно тече поток или река, в което не може да сте сигурни - ще има твърде много "мъртви зони" - територия, която не можете да видите. Направете обща карта с бели петна, които ще попълните след това, когато разполагате с повече информация, получена от друга наблюдателна позиция и от изследване на терена.

Върху картата отбележете всяко нещо, което представ-лява интерес: посоката на водните течения, високи скали, изолирани дървета, странно оформени особености в местността, които ще играят ролята на знаци, и области с различна растителност. Можете да начертаете позициите на своите капани, леговищата на животните, подходящите за събиране на храна и дърва за огрев места или местата, където сте открили подходящи за изготвяне на сечива камъни. Много по-лесно за вас и вашите спътници ще е след това да се ориентирате, вместо да разчитате само на паметта си или на смътни описания.

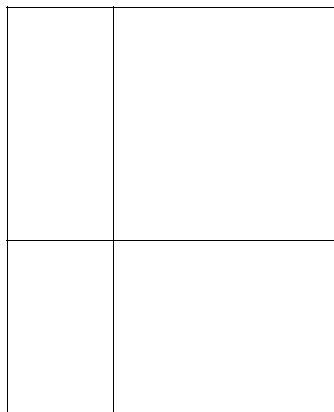
ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ПОСОКАТА

Положението на земята спрямо останалите планети от слънчевата система и разположението на звездите в небето ^{помага}да се определи всяко място от земната повърхност. ^{въртенето}около оста ѝ води до смяната на деня с нощта, а ^{обикалянето}ѝ около слънцето води до смяната на сезоните, тъй

като земята е наклонена под ъгъл спрямо слънцето и **най-напред** северното, а след това и южното полукълбо се намират по-близо до него. Най-близката точка на преминаване от Тропика на Рака (23.5° с.ш.) до Тропика на Козирога (23.5° ю.ш.), слънцето е над Рака на 22 юни, а над Козирога - на 22 декември. Над екватора то е на 21 март и 21 септември.

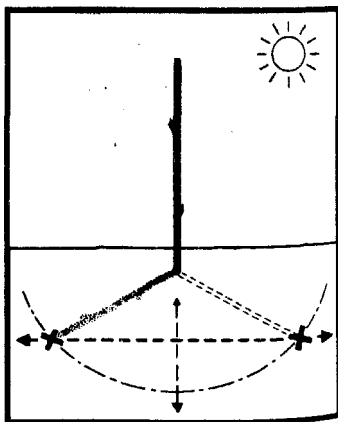
Метод със сянка на пръчка # 1

На някое равно, разчистено място забийте еднометрова пръчка, като се стремите да е колкото се може по-отвесна. Вижте къде пада сянката ѝ и отбележете нейния връх с камъче или пръчка (a). Изчакайте поне 15 минути и отбележете новия връх на сянката (b). Съединете двата белега и вече имате посоката изток - запад: първият белег е запад. Север - юг ще е по перпендикуляра на тази линия. Този метод действа по всяко време на деня, стига слънцето да грее, и на всякаква надморска височина. Използвайте го за проверка на мястото, докато пътувате.



Метод със сянка на пръчка # 2

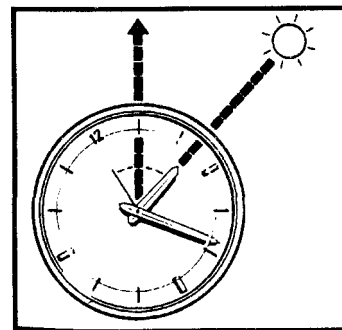
Друг по-точен метод, ако разполагате с време, е да отбележите върха на първата сянка сутрин. Опишете дъга от окръжност с радиус, равен на разстоянието от пръчката до върха на сянката, използвайки мястото, на което е забита пръчката като център на окръжността. С наближаването на средата на деня, сянката ще се смали и премести. Следобед, когато сянката отново се увеличи, отбележете **ТОЧНО** мястото, на което тя се среща с дъгата, която сте начертали. Съединете двете точки, за да получите **направлението изток-запад - запад** е **точката от сутринта**.



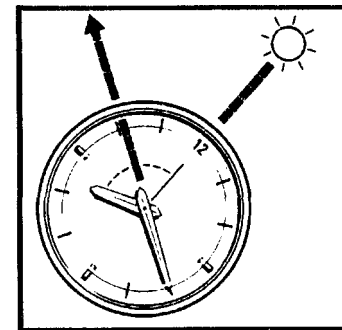
Слънцето изгрява на изток и залязва на запад - но не **ТОЧНО** на изток и на запад. Съществуват и определени сезонни изменения. В северното полукълбо, когато то се намира в **най-високата** си точка в небето, слънцето ще отбелязва точно юг; в южното полукълбо тази обедна точка на слънцето ще отбелязва **точния север**. Полукълбото може да се определи от начина, по който се движи **сянката**: на север по посока на часовниковата стрелка, а на юг в посока, обратна на часовника. Сенките могат да бъдат ориентир и за посоката, и за времето от деня.

Определяне на посоката по часовника

За определяне на посоката може да се използва традиционния часовник с две стрелки, при положение че е сверен по действителното местно време (без корекцията за лятното часово време и без да се съобразявате с обичайните часови зони, които не съответстват на действителното време). Колкото по-близо до екватора сте, толкова **по-неточен** ще бъде методът, защото е много трудно да определите посоката на слънцето, когато то е почти отвесно над вас.



Северно полукълбо. Поставете часовника хоризонтално. Насочете часовата стрелка към слънцето. Пуснете ъглополвящата на ъгъла, образуван между часовата стрелка и белега за 12 часа, за да получите посоката север-юг.



Южно полукълбо. Дръжте часовника хоризонтално. Насочете цифрата 12 към слънцето. Средата между белега за 12 часа и часовата стрелка ще ви даде **направлението север-юг**.

Импровизирани компаси

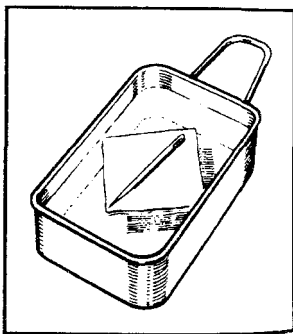
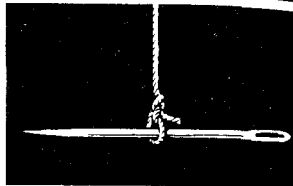
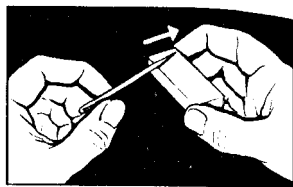
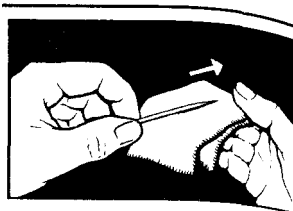
Парче железен проводник - иглата за шиене е идеална, поглаждана няколко пъти В ЕДНА ПОСОКА в коприна, ще се намагнитизира и може да бъде провесена така, че да сочи север. Намагнитизирането няма да е силно и ще е необходимо редовно да се повтаря.

Провесете иглата в клуп от конец по начин, който няма да нарушава равновесието ѝ. Трябва да се избягват всякакви чупки или усуквания на конца.

Поглаждането с магнит, ако разполагате с такъв, ще бъде много по-ефективно от използването на коприна - потъркайте метала равномерно от единия до другия край САМО В ЕДНАТА ПОСОКА.

Плуваща игла

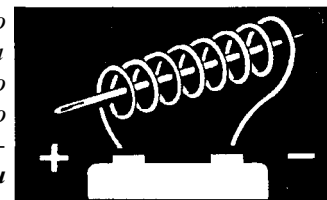
Окачената на конец игла е по-лесна за използване, когато сте на път, но ако сте се разположили на лагер или ако сте се спрели за почивка, по-добрият метод е да поставите иглата върху парче хартия, кора или листо и да я пуснете да плува в съд с вода.



Използване на електрически ток

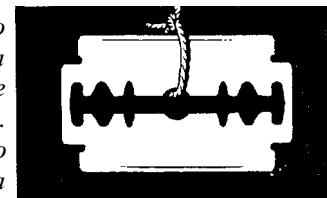
Ако имате енергиен източник от два или повече волта (малка батерия например), електрическият ток може да се използва намагнитизиран метала. Ще ви трябва осветителен кабел и проводник, за предпочитане изолирано.

амотайте изолирания проводник около "иглата". Ако той не е с фабрична оплетка, преди това увийте няколко слоя хартия или парче картон около иглата. Свържете краищата на проводника към полюсите на батерията и задръжте така пет минути.



Компас от бръснарско ножче

Тънкото плоско бръснарско ножче също може да се използва като стрелка на компас, защото е изработено от две метални пластини, съединени заедно. Може да се намагнитизира просто като се наточи ВНИМАТЕЛНО в дланта на ръката. Провисете го във въздуха.



Използвайте и други методи, за да определите къде е север, и след това разберете кой край от стрелката на вашия нов компас-игла коя посока сочи и маркирайте една от тях. Възстановявайте от време на време намагнитизирането на стрелката на компаса и винаги сверявайте отчетените данни със слънцето. Компасът може да "полудее", ако около вас има големи количества железни материали.

Растителни указатели

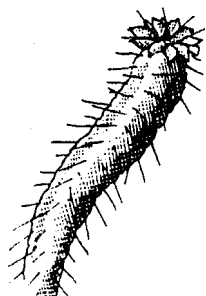
Дори и без компас или слънце, които да ви покажат посоката, можете да получите указание за посоката север - юг от растенията. Те са с тенденция да израстват към слънцето, така че цветовете им и по-изобилната растителност в северното полукукло ще бъде обърната на юг, а в южното - на север.

Мъхът по стволите на дърветата е по-зелен и изобилен пак от посочената страна (от другата той ще бъде от жълтеникаво до кафяво). Дърветата със зърнеста кора ще са с по-оскъдни зърна от северната страна на ствола.

Ако дърветата са отсечени или повалени, шарката на пръстените върху отрязания пън също дава указание за посоката - по-голямо нарастване се отбелязва от страната на екватора, така че от тази страна пръстените са разположени по-нарядко.

Съществуват дори растения, известни със своята тация север-юг:

Растение северен полюс, което расте в Южна Африка, се накланя на север, за да се възползва в по-голяма степен от слънчевите лъчи.



Растението компас от Северна Америка насочва листата си в посока север-юг. Неговият профил, гледан от изток или запад, е твърде различен от този, наблюдаван от север или юг.

Посока на вятъра

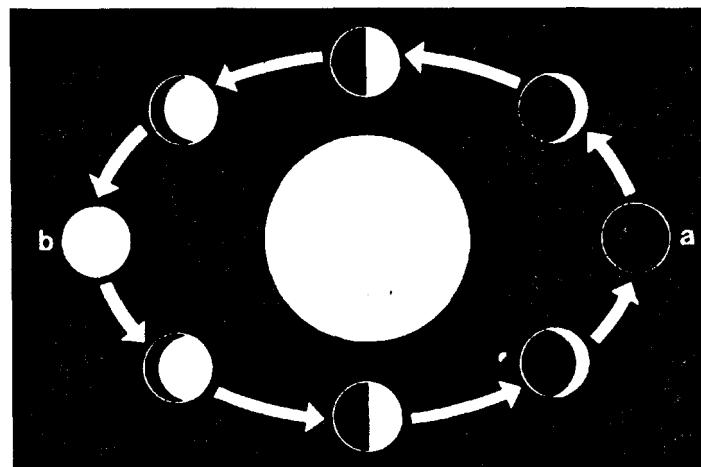
Ако посоката на преобладаващия вятър е известна, тя може да се използва за поддържане на посоката - съществуват съпоставими модели по всички точки на света, но те не винаги са едни и същи през цялата година.

Там, където има силен вятър винаги в една и съща посока, растенията и дърветата може да са наклонени в една посока - ясно указание за ориентацията на вятъра. Но растенията не са единственият указател за посоката на вятъра: птиците и насекомите обикновено строят гнездата си на завет, а паяците не плетат паяжините си на ветровито място. Снежните преспи и пясъчните дюни също са натрупвани по различен начин в зависимост от преобладаващия вятър, който духа от външната страна на високите централни планински хребети.

Луната като указател

Луната няма собствена светлина, тя отразява светлината на слънцето. Обикаляйки около земята за 28 дни, формата на отразената светлина се изменя в съответствие с положението, в което луната се намира. Когато тя е от същата страна на земята, от която е и слънцето, не се вижда никаква светлина - това е "новолунието" (а) - след това тя започва да отразява светлина от своята видима дясна страна в постепенно увеличаваща се област, докато луната "нараства". При пълнолуние тя се намира на противоположната страна на земята спрямо слънцето (b) и след това започва да "намалява", отразяващата област постепенно се смалва до едно тънко резенче върху видимата лява страна. Това може да се използва за определяне на посоката.

Ако луната изгрява, ПРЕДИ слънцето да е залязло, осветената част ще е на запад. Ако луната изгрява СЛЕД полунощ, осветената страна ще бъде на изток. Това може да изглежда малко очевидно, но то наистина означава, че разполагате с един приблизителен ориентир за посоката изток-запад през нощта.



Определяне на посоката по звездите

Звездите заемат едно и също положение една спрямо друга и минават през едни и същи места нощ след нощ. Техният път над хоризонта започва с четири минути по-рано всяка нощ разлика от два часа във времето за един месец. Ако научите някоя звезда в определена позиция в определен момент дадена вечер след това сверите позицията ѝ следващата вечер по същото време, ще откриете, че тя се е преместила с един градус по посока обратна на часовниковата стрелка в северното полукуълбо и по посока на часовниковата стрелка в южното полукуълбо. Изгрявайки на изток, звездите достигат до своя зенит и след това залязват на западния хоризонт на същото разстояние от зенита на каквото са изгряли.

Звездите са изучавани от хиляди години и в древността групите или съзвездията, които са се виждали с невъоръжено око, са били наречени с имената на различни животни и митологични образи, на чиято форма те са оприличавани.

В северното полукуълбо има звездни групи, които остават видими през цялата нощ, въртейки се около единствената звезда, която видимо не се движи - Полярната звезда (ценен навигационен помощник, защото е разположена почти точно над северния полюс). В южното полукуълбо Полярната звезда не се вижда и в него няма съпоставима по яркост и неподвижност южна звезда, но при определянето на посоката в южното полукуълбо се използва съзвездието Южен кръст по начин, който ще обясним по-късно.

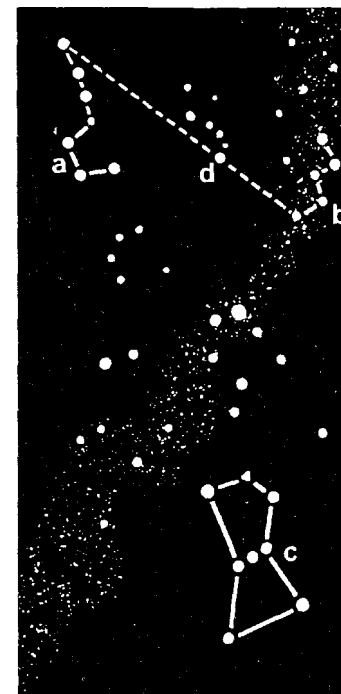
Северното небе

Основните съзвездия, които трябва да научите, са Голямата мечка (а), Касиопея (b) и Орион (c), всяко от които, подобно на всички звезди в северното небе, видимо обикаля около Полярна звезда (d). Първите две съзвездия не залязват.

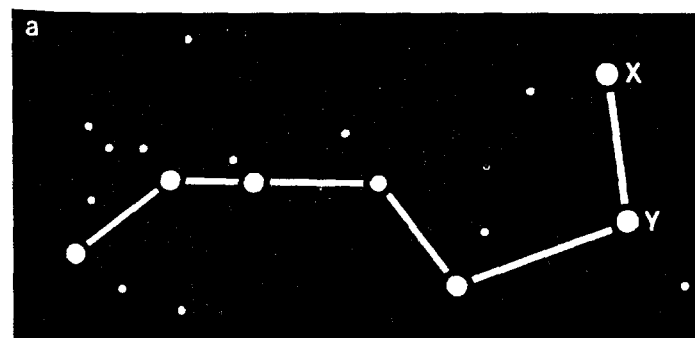
и съзвездия се появяват по различен начин в съответствие с географската ширина, а Орион е най-полезен, ако се намирате близо до екватора.

Всяко от тези съзвездия може да се използва по определен начин, за да проверите местоположението на Полярната звезда, но щом се научите да я познавате, вероятно няма да се налага да я проверявате всеки път.

През Полярната звезда може да се прокара линия, свързваща Касиопея и Голямата мечка. Ще забележите, че двете най-долни звезди на Голямата мечка (както е показано на рисунката), сочат почти право в Полярната звезда. По-лесно ще откриете тези съзвездия, ако гледате по протежение на Млечния път, който се простира в небето и прилича на мъглива лента от милиони звезди.



Голямата мечка (a) обикаля около Полярната звезда. Цвете звезди, Дубхе (x) и Мерак (y) сочат, над Дубхе, почти право в Полярната звезда, която се намира на около четири пъти по-голямо разстояние от разстоянието между тях двете.

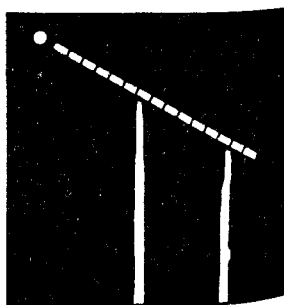
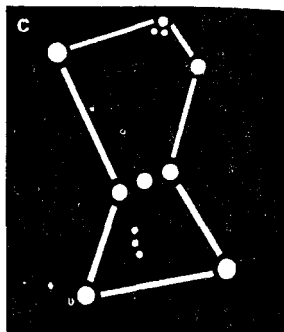
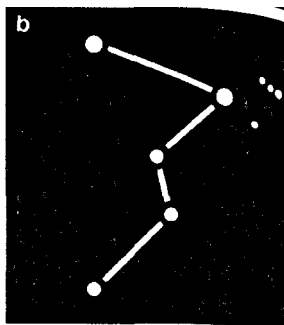


Касиопея (b) е с формата на буквата IV и също обикаля около Полярната звезда. Тя се намира на противоположната страна на Полярната звезда и е приблизително на същото видимо разстояние от нея като Голямата мечка.

В ясни, тъмни нощи това съзвездие може да се наблюдава, простиращо се върху Млечния път. Откриването на това съзвездие е от полза като указание за определяне местоположението на Полярната звезда, ако поради някаква причина Голямата мечка не се вижда. Централната звезда сочи почти директно към нея.

Орион (c) изгрява над екватора и може да се види и от двете полукълба. Изгрява откъм неговата страна, право на изток, независимо от географската ширина, на която се намира наблюдателят, и залязва право на запад. Минтака (a) се намира точно над екватора. Орион се появява още по-далече от Полярната звезда в сравнение с предишните съзвездия. Лесно се открива по трите звезди, образуващи пояса му и по по-малките звезди, образуващи мечка му.

Останалите звезди също могат да се използват за определяне на посоката. Забийте две колчета в земята, едното да е по-късо от другото, така че да можете да наблюдавате по мислената линия, свързваща техните върхове (или използвайте мерника на някоя пушка, закрепена в неподвижно положение). Наблюдавайки по протежение на тях коя да е звезда, с изключение на Полярната звезда, ще залежите, че тя се движи. От привидното движение на звездите можете да определите посоката, към която сте обърнати.

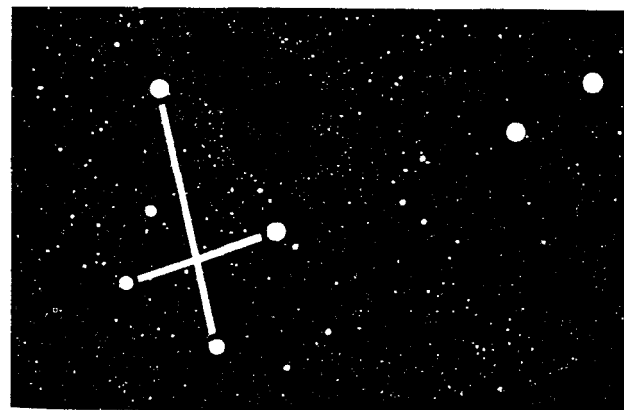


— Привидно издигаща се -- с лице на **изток**
 Привидно спускаща се - с лице на **запад**
 Плосък лупинг на **дясно** - с лице на **юг**
 Плосък лупинг на **ляво** - с лице на **север**

Тези посоки са само приблизителни, но за целите на навигацията те ще ви свършат работа. В южното полукълбо трябва да се обърнат обратно.

Разчитане на южното небе

В близост до Южния небесен полюс няма достатъчно ярка звезда, която лесно да се разпознава. Вместо това като указател за южната посока се използва едно характерно съзвездие - Южният кръст, съзвездие от пет звезди, което може да се различи от две други кръстовидно оформени групи по своя размер - то е по-малко - и по двете си ярки указателни звезди.

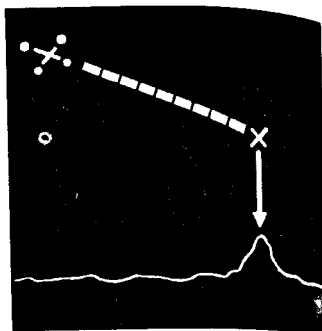


Откриване на Южния кръст

Един от начините да се открие Южния кръст е като погледнете по протежение на Млечния път, поясът от милиони звезди, простиращ се в небето, който може да се види в ясна нощ. По средата на този пояс има едно тъмно петно, където акот космически прах затъмнява звездите зад него, известно о бъглищния чувал. От едната му страна се намира Южният к ст, от другата - две ярки указателни звезди.

Откриване на посока юг

За да откриете накъде е юг, пуснете мислена линия по линията на кръста, която да бъде четири пъти и половина по-дълга от него и след това я спуснете право надолу към хоризонта. Фиксирайте, ако можете, някаква характерна особеност на земната повърхност или забийте две пръчки в земята, за да се ориентирате за посоката през деня.



СИГНАЛИ ЗА ВРЕМЕТО

Времето зависи в много по-голяма степен от конкретното място в сравнение с климата. Въпреки че е възможно да се направят обобщения за времето, което се очаква в различните райони на света и макар на някои територии моделите на времето да са твърде устойчиви, географията на дадена малка област може да повлияе върху времето и да го направи доста по-различно от това в съседната географска област.

Моделите на времето са резултат отчасти от глобалното движение на вятъра и водата по повърхността на цялата планета и отчасти от местните различия в температурата и атмосферното налягане, които довеждат до движението на въздуха. Те са причина за възникването на вятъра и за валежите.

Като цяло въздухът се движи от областите с високо атмосферно налягане към областите с ниско атмосферно налягане, като топлият въздух се разширява и издига, а по-хладният се движи под него. Топлият въздух издига влагата, но на голяма надморска височина или когато някаква друга причина понижи температурата му влагата започва да се кондензира в облак и в последна сметка пада върху земята като дъжд. Най-очевидният пример са местата, където планините издига принудително топлите потоци нагоре, а дъждът вали че склоновете. На някои места пада толкова много вода, че другата страна на планинския хребет има територия на

“дъждовна сянка”. Това обаче не означава непременно, че ако от територия се изкачите и се прехвърлите през хребета, ще в добре снабдена с вода зона. Планинската зона може да продължи по някакъв начин, преди да се достигне до зона на голяма кондензация на влага, или някаква особеност на терена може да води до това облаците да се освобождават от по-голямата част от дъжда.

Крайбрежни области

В крайбрежните области, независимо дали е океанът или някое вътрешно море или езеро, обикновено съществува постоянна посока на вятъра, която се обръща през нощта. Водата поглъща и освобождава топлината по-бавно от сушата и следователно тя е по-хладна от земята през деня и е по-топла през нощта. Разликите в температурата въздействат върху въздуха над нея и през деня бризът обикновено духа от морето към сушата, а през нощта обръща посоката си и духа от сушата към морето.

Там където някой остров се намира близо до по-голяма суша, тези модели могат да се преплетат с по-машабното движение на въздуха, но един твърде постоянен модел на денонощната промяна на посоката на вятъра подсказва за по-голямо количество вода в посоката, от която духа вятъра през деня.

Ветрове

Ветровете могат да носят със себе си миризми, осигуряващи информация за мястото, откъдето духат. Дори за нетренирания нос миризмата на море ще е ясно различима, а за корабостроителя миризмата на растения ще подскаже посоката, в която се намира сушата. Не разчитайте обаче изцяло на носа си, използвайте и други факти, за да потвърдите неговата информация.

На местата, където вятърът обикновено духа в една и съща посока, той може да бъде по-полза при следването на курса, но да поддържате посоката, трябва да правите и други проверки.

Запознайте се с посоката на вятъра и с останалите характеристики на времето. Отбележете си ги. Зависещ винаги от атмосферното налягане, вятърът от определена посока е много вероятно да предизвика подобни промени във времето. Той е помощник при определяне прогнозата за времето.

Ако вятърът е силен и сух, времето ще остане постоянно, докато вятърът стихне или промени посоката си, след това е възможно да завали.

Ако е мъгливо, може да има кондензация на влага, но не и дъжд - но ако вятърът се усили и разпръсне мъглата, тя може да се превърне в дъжд.

При хубав ден забележимото увеличаване на силата на вятъра показва промяна на времето. (Виж също *Урагани и торнадо*, *Природни бедствия*.)

ОБЛАЦИ

Наблюдавайте начина, по който се променят облаците, защото те са най-надежните показатели за промяната на времето.

Облаците се образуват от големи количества водни пари, които стават видими, когато се кондензират при охлаждане. Ако охлаждането продължи, размерът на капките се увеличава, и когато станат прекалено тежки, за да се носят във въздуха, падат на земята като дъжд. Когато температурата им се повиши в достатъчна степен, те се изпаряват и облакът се разпръсва.

Съществуват десет основни вида облачни образувания. За всеки вид е посочена и съответната надморска височина. Същите форми в полярните области се срещат на по-ниска надморска височина.



Перестокълбестите облаци са малки, кръгли маси, изглеждат като пясък на вълнички. Нормално са знак за хубаво време, обикновено се появяват след буря и се разпръсват, оставяйки брилянтно синьо небе. 5-8 км.

Дебелите кълбести облаци са облаци на хубавото време, подобни на перестокълбестите, но са с по-голям размер, по-дебели, не са толкова бели и са със сенки по тях. Обикновено се появяват след буря, носейки се на височина около 1.5-6 км.



Кълбестите буреносни облаци са ниски гръмотевични облаци. Тъмни и страшни на вид, могат да се издигнат до 6 000 м със сплескан връх, който често се нарича връх-наковалня. Това е облак, който носи градушка, силен вятър, гръмотевици и светкавици. Лъжливи перести облаци се появяват отгоре, лъжливи дъждовнослоести облаци отдолу. 1.5-10 км.

Кълбестите облаци се познават много лесно: те са пухкави и бели. Обикновено са знак за хубаво време, когато са широко разпръснати, но ако станат много големи и образуват много глави, те са в състояние да доведат до внезапни проливни дъждове.

Кълбестите облаци в морето в иначе безоблачното небе често са показател за суша под тях. 2.5 км и по-ниско.



Перестите облаци са високи, тънки облаци, образувани от ледени кристали, които им придават белия цвят. Могат да се видят при хубаво време. 5-9 км.

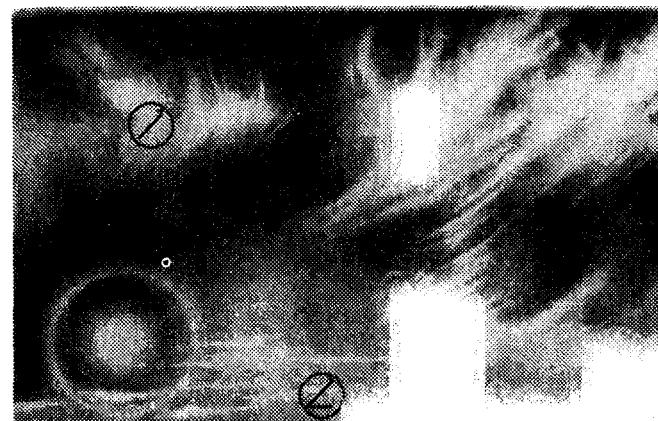
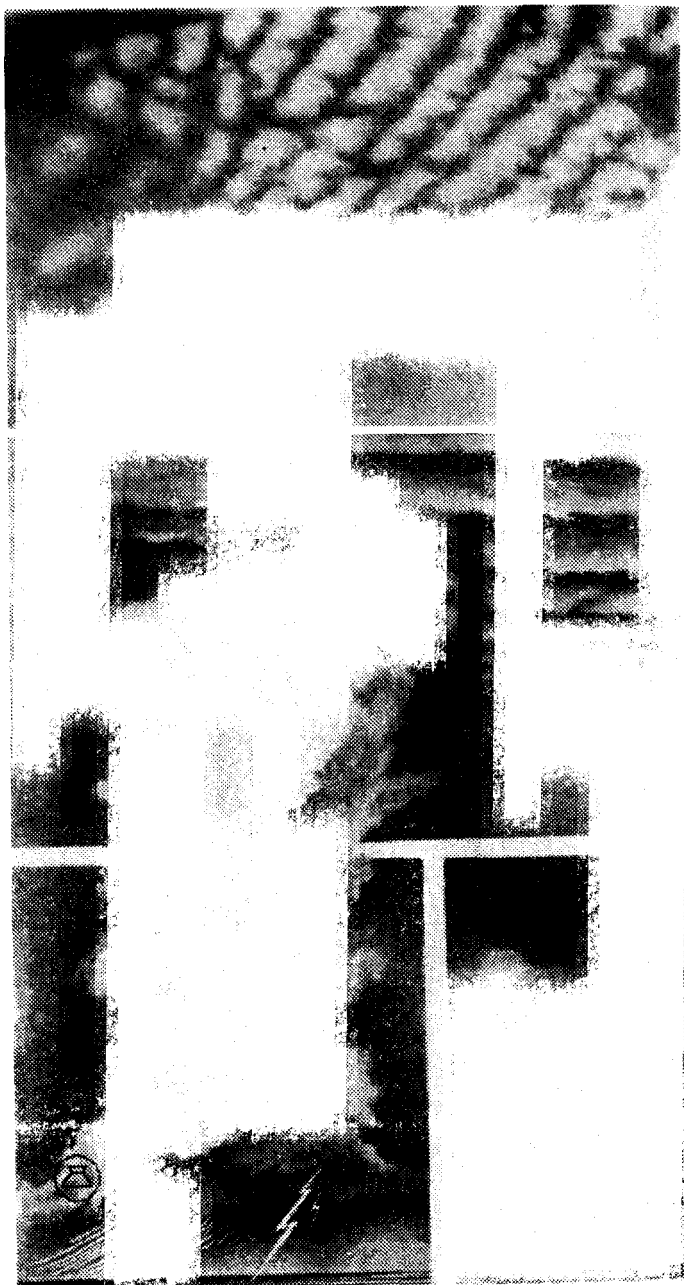


Перестослоестите облаци са образувани от ледени частици и изглеждат като бели вени. Това са единствените облаци, които създават ореол около слънцето или луната. Ако той стане голям, това е знак за хубаво време, ако е по-малък, е знак за дъжд.

Ако небето е покрито с перести облаци, а небето над тях потъмнява и формата им се променя към перестослоести облаци, това е знак, че идва дъжд или сняг. 5-9 км.



Дебелите слоести облаци образуват сивкав воал, през който може да се появи слънцето или луната като воднист диск. Ако се задава дъждовно време, дискът ще изчезне и облакът ще стане по-дебел и по-тъмен, докато започне да вали. 2.5-6 км.



 **Дъждовнослоестите облаци** образуват ниски, тъмни облачни пластове и се разстилат зловещо. Те означаващ дъжд или сняг до четири или пет часа и обикновено дъждът продължава с часове. 1.5-5 км.

Слоестокълбестите облаци образуват ниска, вълнообразна маса, обикновено покриваща цялото небе, въпреки че често изтънява дотолкова, че слънчевите лъчи могат да се процеждат през нея. От тези облаци може да падне слаб дъжд, но обикновено те се разсейват в следобедните часове и оставят ясно нощно небе. Под 2.5 км.

Слоестите облаци са най-ниските облаци и образуват еднороден пласт, подобен на мъгла – когато появят, често се определят като планинска мъгла. Не са нормален дъждовен облак, но от тях може да заръми. Когато се образуват през нощта и покриват сутрешиното небе, обикновено ще бъдат последвани от хубав ден. По-малко от 2.5 км.

ПРОГНОЗИ

Да попаднете в лошо време може да се окаже фатално за вашето оцеляване. Има време, когато да излезете и да се отправите на път, и време, когато да си останете в подслона. Имайки предвид някои знаци, можете да правите краткосрочни прогнози за времето, които да ви помогнат да решите какво да правите.

Преди да се заемете с дадена дейност, проверете какво е времето и какви са евентуалните промени, които могат да настъпят. Научете се да наблюдавате промените във вятъра и атмосферното налягане и си водете записки за времето, за условията, които го предшестват, и за това, в което след това се развиват.

Знаци от дивата природа

Животните притежават голяма чувствителност към атмосферното налягане, което им помага да предвиждат времето един или два дни предварително.

Птиците, хранещи се с насекоми, като лястовиците, летят на по-голяма височина при хубаво време и на по-малка, когато приближава буря.

Необичайната активност на зайците през деня или ако **катериците** събират повече храна в хралупите си, отколкото обикновено, може да е признак за разваляне на времето.

В природата обаче не се правят дългосрочни прогнози за времето. Запасът на катерицата от лешници и орехи е показател за нейното усърдие, а не за суровостта на настъпващата зима. Дълбочината на мечешката бърлога не е показател за това колко сурова ще бъде зимата, а отразява свойствата на почвата. Особено голямото количество от горски плодове е резултат от предишни лоши климатични условия, растението произвежда допълнително количество плодове, за да увеличи шансовете на вида за оцеляване.

Знаци от огнището

Ако пушекът от лагерния огън се издига равномерно, времето е спокойно и е вероятно да остане хубаво. Ако той започне да се върти или да се връща на тласъци надолу, след като се е издигнал на късо разстояние, това показва вероятното приближаване на буря или дъжд.

Дървените дръжки на сечивата се стягат при приближаването на буря. Солта увеличава влажността си и трудно се посипва.

"Усещания в костите ви"

Хората с къдрави коси установяват, че косата им става постегната и по-неуправляема, когато приближава лошо време – същото става с козината на животните. Всеки, който има ревматизъм, шипове или други подобни заболявания, обикновено **може** да ви каже кога приближава влажно време по това, че се **увеличават** страданията му.

Звук и мирис

Когато идва влажно време, звуците започват да се чуват по-дълго от обикновено, а далечните шумове изглеждат по-ясни – **наситената** с влага атмосфера действа като усилвател. Но **сравнявайте** сходни неща – помнете, че звукът винаги пътува по-добре над водата.

Мирисът на дърветата и растенията става по-отчетлив преди на дъжд, растителността се отваря в готовност да го **приеме**.

Знаци в небето

"Червено небе през нощта, радост за овчаря, червено небе сутринта, предупреждение за овчаря" е една от най-старите поговорки за времето. Понеже червеното слънце или червеното небе при залез показва, че въздухът съдържа малко влага, не е много вероятно в следващите два часа да започне да вали, но същото това червено небе рано сутрин е ясен знак, че ^{наближава} буря.

Сивата утрин обикновено е началото на сух ден. Убийният цвят е резултат от сухия въздух над маранята, образувана ся събирането на роса върху частиците прах, носещи се в ниските слоеве на атмосферата.

Вечерно небе, което е сиво и заоблачено, е знак за дъжд - частиците прах са така пропити от влага, че скоро ще паднат под формата на дъжд.

Ранната сутрешна мъгла, вдигаща се от някоя долина, е сигурен знак за хубаво време. В планинска местност, ако мъглата не се е вдигнала до обяд, тя ще остане през целия ден и вероятно следобед ще премине в дъжд.

Ясното нощно небе е признак за добро, спокойно време. В края на лятото може да е предупреждение и за мъгла: през нощта облаците изолират повърхността на земята от загубата на топлина. Без тях по-вероятно е да падне мъгла. Студеният въздух, тъй като е по-тежък, запълва дупките - избягвайте лагеруването в тях.

Ясното небе през едната нощ, последвано от нощ, през която се виждат само няколко звезди, е знак за промяна на времето.

Короната, оцветен кръг около слънцето или луната, ^{може} да се използва за точното предсказване на времето. Увеличаващият се кръг е знак за добро време - увеличаващият се кръг показва, че влагата в атмосферата се изпарява и денят или ^{нощта} ще бъдат ясни. Намаляващата корона около слънцето или ^{луната} е знак за дъжд.

Зелената светлина, мъждукаща от следобедното слънце, показва ясно време поне за 24 часа. Дъга в късния следобед ^{със} е знак за предстоящо хубаво време.



ЧАСТ СЕДМА

НА ПЪТ

След като сте избрали курса и сте планирали маршрута, трябва да сте в състояние да поддържате посоката, да контролирате придвижването си в съответствие със спецификата на терена и с характера на бедстващата група и да използвате всяка техника, която улеснява напредването ви. Настоящата част разглежда необходимите умения, когато сте на път. Тя трябва да се прочете заедно с техниките, описани по-рано в Климат и терен.

Може да е необходимо грижливо разузнаване, за да се изберат най-лесните маршрути, които могат и да не бъдат най-очевидните или най-бързите. Групите трябва да са организирани така, че да се съобразяват с най-неиздържливите или да се полагат грижи за тяхното носене.

Водните пътища могат да предложат най-лесните маршрути за придвижване, ако се плува лесно по тях и вие сте в състояние да построите сал. Те могат да представляват и страхотно препятствие, ако пресичат маршрута, който сте избрали. Реките могат да са опасни. Трябва да се научите да преценявате опасностите, които те крият, и да избирате най-добрите места и методи за пресичането им, ако това е неизбежно.

РЕШЕНИЕТО ДА ПОЕМЕТЕ НА ПЪТ:

Подготовка и Раници • Пренасяне на хора и товари

ПЛАНИРАНЕ НА МАРШРУТ:

Следване на реки и Поддържане на посоката

ДВИЖЕНИЕ НА ГРУПИ:

Разпределение на отговорностите • Темпо и напредване •

Придвижване през нощта

ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ПЛАНИНАТА

ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ДЖУНГЛАТА

ВОДНИ ПЪТИЩА:

Салове ■ Пресичане на реки • Прегазване напреко ■
Пресичане с въжета ■ Преплуване напреко ■ Плаващи
спомогателни средства ■ Изработване на плетена лодка

НА ПЪТ



Независимо дали предприемате ловна експедиция или пътуване за връщане към цивилизацията, ще са ви необходими умения за преодоляване на терен и за плаване по река - или за да обезпечите връщането си в лагера, или за да следвате избория от вас маршрут. Дори и да не разполагате с карта, ще можете да разучите терена, който ви заобикаля в непосредствена близост. Предположението за това, което следва, е много по-проблематично, ако трябва да го преценявате сами.

При експедиции на къси разстояния си водете бележки за терена, докато се отдалечавате, за да сте сигурни, че можете да намерите обратния път към лагера. На кратки разстояния физическите особености на местността ще бъдат вашите указания, а можете освен това и да маркирате своя маршрут, но когато се отправяте на по-дълъг път или сте тръгнали обратно към цивилизацията, ще имате нужда от всички навигационни помощни средства.

Решението да тръгнете на път

Винаги, освен когато опасностите, свързани с мястото, на което се намирате, или необходимостта да потърсите храна и вода ви принуждават да се отдалечите от мястото на катастрофата, за да си построите лагер, трябва да оставате наблизо с надеждата да пристигне помощ. Ако има ранени хора и сте ограничени запаси от вода и храна, разумно би било да изпратите група хора да потърсят помощ, докато останалите трябва да останат, за да се грижат за болните. Трябва да изберете най-

и най-способните да тръгнат на път, освен ако сред тях има опитен лекар, който трябва да остане с болните.

Но какво ще стане, ако спасителите не пристигнат? Наличните ресурси могат да се изчерпят: всеки ден отивате все надалеч, за да събирате дърва за огрев, дивечът в областта е избягал, растенията, гъбите, плодовете се откриват все по-трудно или изискват дълги преходи далеч от лагера. В ситуация на оцеляване съществува и увеличаващ се риск от заболяване, поради застояването прекалено дълго време на едно място. Дори и при спазване на най-стриктните санитарни изисквания опасността от заболяване постепенно се увеличава.

Всички посочени причини ще ви накарат да пътувате. Дали това ще бъде придвижване към нова територия, или началото на пътуване обратно към цивилизацията, пред вас ще изникнат редица сходни проблеми и тъй като много малко от ситуациите ще са толкова идилични, че бедстващите да предпочитат новия си живот пред стария, ще бъде напълно разумно да планирате всяко движение като първи етап на поход за измъкване от ситуацията. Изключенията са само в случаите, когато има болни хора, които са на път да оздравеят, или са необходими по-добри ресурси за осигуряване на усилията през чуждата територия. Придвижването към някой по-удобен лагер в по-гостоприемна местност ще осигури по-добри шансове за възстановяване на ранените или болните и възможност за изработване и допълване на вече наличното оборудване за окончателния преход към Цивилизацията.

Ако имате карта или ясна представа за своето местоположение, тръгнете към най-близкото населено място. Ако нямате представа къде се намирате, в такъв случай най-добрият курс обикновено е да вървите НАДОЛУ ПО ТЕЧЕНИЕТО на

Решението за това по кой път да тръгнете ще зависи от цялата информация, която сте успели да съберете, от годността и издръжливостта на групата и от природата и терена. Винаги помнете, че привидно най-прекият път да не е най-лесният за изминаване.

водните пътища, защото те ще определят ясно вашия маршрут и обикновено водят до населени области.

Дори ако само смените мястото на своя лагер, няма смисъл просто да се отдалечите с някоя и друга миля, тъй като скоро отново ще се изправите пред същите проблеми, които са ви накарали да напуснете стария си лагер. Територията няма да бъде изцяло нова. Предприемете най-малкото дву- или тридневен пътване, така че горивото, флората и фауната на новото място да бъдат изцяло незасегнати.

Въпреки че може да очаквате да намерите същите ресурси докато пътувате през сходен терен, помнете, че сте ловували и събирали храна с натрупания опит за това къде най-добре да откриете храна или да заложите капани и къде са най-добрите запаси от гориво и вода. На новата територия ще трябва да откриете източниците за задоволяване на основните си потребности, а когато се отправите към друг терен, наличните възможности могат да се променят по драматичен начин - за добро или за лошо.

Подготовка

Преди окончателно да напуснете лагера, оставете знаци, от които ще стане ясно, че сте били там и сте тръгнали на път (виж Сигнализиране, Спасяване). Оставете съобщение със списък на хората, които са в групата, и подробности за вашите намерения. Маркирайте пътя си, докато пътувате, така че ако спасителите наистина открият първия ви лагер, да могат да ви последват.

Създайте запас от консервирана храна, изработете бутилки за вода, както и по-големи съдове, ако смятате да пресичате някоя безводна местност, носилки или други средства за пренасяне на болните, старите и съвсем малките членове на групата. Направете подходящи обувки и дрехи, както и раници за носене на оборудването и припасите. Може би ще разполагате с някаква форма на транспортно средство - шейна или сал.

Материалите за изработване на подслон с вас - плат, брезент, метала, дори пръчките, ако има вероятност да са дефицитни в околната среда, през които ще минавате. Подслон, който може бързо да издигне отново, ще съхрани енергията ви за по-неотложното събиране на материали за покрива и за подпорите. Естествено - вземете със себе си и приспособленията за сигнализиране, тъй като може да ви се открие възможност да установите този жизненоважен контакт, който ще доведе до вашето спасение.

Изучете внимателно характерните особености на времето, за да изберете най-точно момента за пътуването, когато е вероятно времето да бъде хубаво.

Раница Хъдсън бей

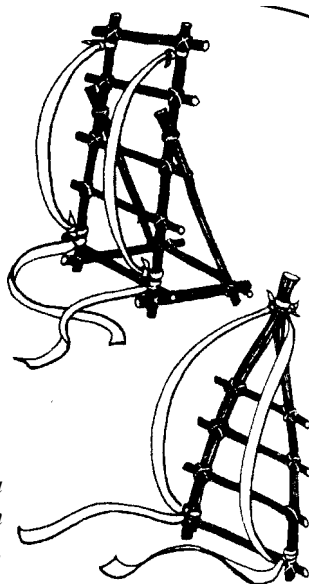
Удобен и лесен за импровизиране начин за носене на багаж, за него е необходимо да разполагате със здрава и по възможност водонепромокаема материя с формата на квадрат със страна около 90 см, с два малки камъка и връв или ремък, малко по-дълъг от необходимия за прехвърлянето му през гърдите ви.

Сложете камъните в двата диагонално противоположни ъгъла на плата. Сгънете краищата на плата върху камъните. Завържете връвта под камъните, застопорявайки на едно място. Камъните на свой ред не позволяват на връвта да се изхлузи от плата. Поставете плата върху земята и завийте стегнато в него своя багаж. Увийте раницата около тялото си - гърба или



Рамка за раница за гърба

Направете стълбовидна рамка, която да сложите на гърба си, с издадена под прав ъгъл допълнителна част в основата ѝ, закрепена с помощта на странични подпори. Добавете ремъци за раменете и колан за пояса. Използвайте я като опора за торба, вързоп с припаси или оборудване, завързано за нея.



Чаталестарамка

Една по-лесна, но не така ефикасна опора може да се изработи от някой чаталест клон с прикрепени за него напречни пръчки, към които може да се завърже багаж.

Торба за бебета

Носете бебетата или малките деца по папуаски - върху гърба или предната страна на тялото. Завържете долните краища на правоъгълно парче плат около кръста, пхнете детето вътре и завържете горните краища на плата около врата си. Сложете си подложка на врата, за да облекчите натиска и жуленето на кожата.



Носене на хора

Носенето на гръб не е практично при дълги разстояния,^а носилките са неудобни за използване. Сложете малките деца върху рамки за раници за гърба или изработете столове за носене върху пръти, които да се носят от няколко души. Ако сте сами, опитайте шейна (виж *Обзавеждане на лагера*, Умения³ лагериране). Оборудването може да се носи по същия начин.

Изработване на шейна

Шейните са особено полезни при сняг и лед, когато ще се ижат по-лесно, но могат да се използват и върху гладка земя. Форматана предните плъзгачи е от решаващо значение, особено в сняг. Можете да използвате врати и капаци от останките на тастрофиралия самолет или автомобил. За предните плазове вържете въжета с помощта на възела булин за хората, които ще дърпат - в идеалния случай това садвамадуши отпреди двама души отзад като спирачи при наклоните. Изпробвайте я внимателно, преди да я използвате на дълъг път.

Изберете два чаталести клона и махнете едната страна на всеки от чаталите. Огладете ги, за да се плъзгат, и завържете върху тях напречни пръчки. Друг вариант - изберете два по-дълги, гъвкави

плъзгачи. Огнете ги и ги вържете, както е показано на рисунката. Този тип конструкция държи връзките на разстояние от земята и може да е по-удобна за ранените. И при двата метода добавете поне една диагонална пръчка за по-голяма здравина.



ПЛАНИРАНЕ

Ако се намирате във високо разположена местност, над която голяма равнина, може би ще успеете да начертаете маршрут с известна прецизност. В повечето случаи видимостта е ограничена и вие ще трябва да предполагате какво има зад^з "Далечния планински хребет и какво се намира на "мъртвата" пред вас. Дори когато можете да видите терена пред вас,

ще е трудно да забележите подробностите. Това, което изглежда като преодолим склон, може да се окаже преграда, когато се доближите до него. Ако разполагате с бинокъл, възползвайте се максимално ефикасно от него, за да проучите всеки възможен маршрут.

За да видите по-надалеч, може да се изкачате на някое дърво - но се придържайте близо до неговия ствол и проверявайте всеки клон, преди да рискувате да прехвърлите тежестта си върху него. Сега НЕ е моментът да рискувате да паднете.

Следване на реките

Следването на някое водно течение, колкото и малко да е то, предлага маршрут към цивилизацията и животно-поддържаща система, докато сте на път. Повечето рски накрая достигат до морето или до някое голямо езеро. С много малко изключения, когато реките изчезват внезапно под повърхността на земята, те предлагат ясно очертани маршрути за следване. Понякога в горното си течение те могат да минават през тесни клисури и има вероятност да е невъзможно или неразумно да вървите покрай бреговете им, които може да бъдат стръмни, каменисти и хлъзгави. В този случай се изкачете на високо и се отклонете от брега, следвайки посоката на движение на реката.

При по-равна повърхност е по-лесно да се следва реката, а е вероятно и да се натъкнете на следи на животни, от които да се възползвате. В тропическите условия растителността обикновено е по-гъста край реката - защото светлината може да прониква надолу през дърветата - и затова да е трудно да се върви покрай брега. Ако реката е достатъчно широка, ще трябва да обмислите възможността да построите сал. Дори ако няма бамбук, който е превъзходен материал за построяването на салове, много вероятно е да откриете голямо количество паднали дървета, които да използвате като строителен материал.

Когато в равнините реката прави големи завои, вътрешната страна на завоя може да е заблатена и предразположена към наводнения - може да познаете подобна много влажна земя с сочната растителност и по тръстиковите растения. Отбягва

очурливите местности, ако можете, и пресичайте завоите на пряко.

Поддържане на посоката

След като вече сте избрали посоката, опитайте се да я поддържате. Изберете някой характерен белег в далечината и се движете към него. Пътуването през горите прави ориентацията много трудна и компасът се превръща в ценна придобивка.

Ако сте в местност без характерни особености, но сте група от трима или повече човека, разделете се, за да вървите на по-голямо разстояние един от друг и често се оглеждайте за останалите членове. Ако вървите по следите си, тези, които са зад вас, ще бъдат точно един зад друг. Ако групата се движи винаги на смени - един се движи най-отпред, след това почива, докато го задминат всички и той остане последен - ще може да поддържа права линия. Ако сте сами, можете да се опитате да поддържате права линия, като се оглеждате назад за следите си. Те вероятно ще се виждат, особено ако се движите в сняг или пясък. Още по-добре е, ако поставите пръчки или купчинки камъни в права линия, така че да проверявате дали не сте се отклонили от своя маршрут.

Ако е възможно заобикаляйте издадените скали и гъстата растителност и след като сте се изкачили нависоко, повървете известно време, докато се уверите, че сте открили хребет, по който можете да се спуснете и да продължите да напредвате по най-добрия начин в избраната от вас посока.

ДВИЖЕНИЕ НА ГРУПИ

Винаги се движете организирано, в някакъв строй, а не като самоуправяема група. По този начин ще е по-лесно да проверявате дали няма изостанали и дали някой не се нуждае от помощ. Преди да се отправите на път, съберете се и обсъдете накратко маршрута, всички възможни препятствия и всички специални процедури.

Разпределяне на отговорностите

Един от хората се превръща в разузнавач, отговорен за избирането на най-добрия маршрут, за избягването на смъртоносни падания, търкалящи се камъни и т.н. и за намирането на най-добрия път надолу по склона.

Номер две отговаря за това разузнавачът, който ще бъде прекалено зает с препятствията върху повърхността на земята да се придържа към правилната обща посока. Другите трябва често да ги сменят, защото работата на разузнавача е твърде уморителна.

Останалите членове на групата трябва да бъдат с насочено внимание за ядивни растения, горски и други плодове и всеки трябва да отговаря най-малко за един човек от групата, за да е сигурно, че никой няма да се изгуби. Преброяването и проверката на състоянието на всеки член от групата е особено важно след прекосяването на реки или преминаването през по-сложни участъци. Трябва често да се проверява оборудването.

Винаги пътувайте най-малко по двама души и бъдете особено внимателни да не разкъсате групата при лошо време и ако се налага да пътувате през нощта. Обикновено този, който е начело, се откъсва от групата, а другите трябва да се оглеждат за изостанали. Съгледвачът се катери по някое препятствие, вторият от групата открива някой по-лесен маршрут за преминаване, останалите го следват и човекът отпред се откъсва от групата. Очевидно е, че ВСЕКИ трябва да знае следвания маршрут и характерните особености по него, използвани като сборни пунктове. Ако се загуби или изпадне в затруднение, всеки да знае мястото, където групата ще се събере отново.

- Наличието на вода, гориво и растения може да е знак за това какво ще откриете на подобни места по-нататък по пътя си. Очите ви трябва да са винаги отворени за места, предлагащи добър подслон - ако времето внезапно се развали, можете да върнете назад към някой от тях.

СТЕМП И НАПРЕДВАНЕ

Голямата група може да изпрати напред авангард със задача да разчисти маршрута и да построи бивака за пренощуване, който да е готов за по-бавно подвижните ранени или немощни членове. Един разчистен път ще направи носенето на багажа и на слабите хора много по-лесно. Болните и ранените трябва да са осигурени с изцяло оборудвани придружители, при положение че се натъкнат на някакви трудности.

Уверете се, че водачът на групата не върви прекалено бързо за тези, които го следват. След преодоляването на дадено препятствие изчакайте и дайте възможност на всеки да си поеме дъх, преди да продължите отново.

Най-добре е да се опитате да поддържате равномерно темпо - еднообразното, махалоподобно движение изморява краката по-малко в сравнение с резките промени на темпото или свиването на коленете. То подпомага движението на ръцете - и те не трябва да бъдат пъхани в джобовете, особено когато се изкачвате или спускате по височини, защото ако се подхлъзнете, имате по-малък шанс да се спрете, докато падате или се плъзгате надолу.

Почивайте често (независимо дали сте група, или сте сами). Спрете, седнете и се огледайте какво правят останалите. Нагласете багажа, който ви е неудобен, и ако е необходимо, го преупакувайте. Почивайте по 10 минути на всеки 30-45 минути, в зависимост от терена и състоянието на групата. Върху стръмни наклони крачката трябва да се скъси, върху равни терени - да се удължи. При спускания избягвайте изпускането на крачки, тъй като това разтърсва тялото и увеличава умората.

Върху стръмен или хлъзгав склон можете да използвате въжета, които осигуряват опора за хващане, за да помогнете на хората да преминат особено трудните участъци (съвсем Различна техника от абсейлинга и другите техники за

катерене). Те са ценно предимство по сипеите, още по заледените склонове.

- Можете да използвате и въже със завързани за него пруски възли, така че старите хора и малките деца да бъдат вързани към неподвижно въже за допълнителна сигурност (виж **Възли, Умения за лагеруване**).
- Ходете със скорост 3 километра в час, но когато се изкачвате нагоре, намалете на два.

Г ДВИЖЕНИЕ ПРЕЗ НОЩТА

Преминаването нощем през непозната територия може да бъде много опасно, но понякога е наложително при определени обстоятелства, каро в пустинята например, когато е по-удобно да се върви през нощта.

Нощта никога не е абсолютно тъмна и човек не изгубва напълно способността си да вижда. Но тъй като е трудно нещата да се различават ясно, вие лесно губите ориентация, което води до усещането, че сте се загубили. Компасът е от голяма полза при поддържането на посоката и за разпръскването на подобни страхове. Сред дърветата винаги е по-тъмно, отколкото на открито, така че ако е възможно, се придържайте към откритите местности.

След като очите свикнат с тъмнината, започват да виждате все повече и повече като придобивате "нощно зрение". Необходими са около 30-40 минути за очите, за да привикнат към тъмнината. След като това стане, очите трябва да се пазят от ярка светлина или ще изгубите за известно време нощното си зрение. Ако възникне някаква неотложна причина да използвате светлина, покрийте едното си око, така че да запазите зрението си поне с него. Ако се налага например погледнете картата, червеният филтър върху фенерчето ще ви помогне да запазите нощното си зрение.

Когато се взирате в някакъв предмет през нощта, по-добре е да гледате към него от едната му страна, вместо да го гледате фронтално. Трудно е да различите нещо в една тъмна централна маса, докато ръбовете се очертават по-ясно, а освен това при слаба видимост можете да виждате по-добре предметите с крайчетата на очите си.

Ушите са добри сензори в тъмното - шумът на реката, например, предлага добър ориентир за това колко е бързо нейното течение. В тъмното растенията могат да се подушат и познатите миризми могат да ви помогнат да ги идентифицирате.

В тъмното ходете **БАВНО** и проверявайте всяко място, на което стъпвате, преди да пренесете изцяло тежестта си върху него. Ако се спускате по склон, влачете краката си.

ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ПЛАНИНА

В планините и неравните местности е най-добре да вървите по високите места - това прави ориентацията ви по-лесна. В клисурите със стръмни склонове може да има реки, както и бързеи, водопади и хлъзгави скали, през които да е трудно да се премине пеша. Можете да умрете, ако прекарате нездравословно дълъг период от време във водата.

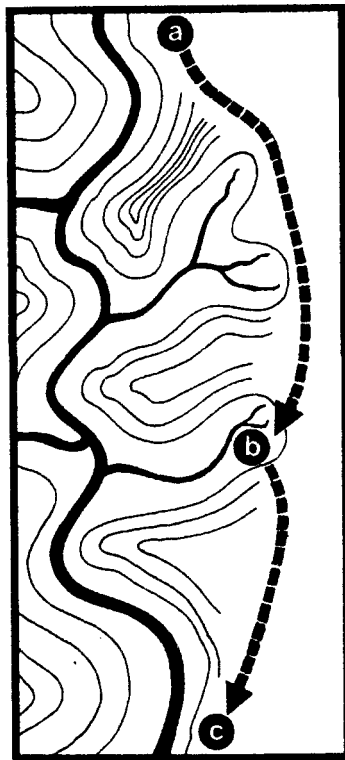
Използвайте склоновете на планините, за да се изкатерите от долините и да стигнете до планинските хребети. Ако те са твърде открити, може да се наложи да се спуснете в долината, за да се подслоните през нощта и за да намерите вода, но ще бъдете в състояние да изминете по-голямо разстояние, отколкото ако преодолявате планинските склонове.

Стръмни склонове

В планините и хълмистите местности може да се натъкнете на сняг и лед, но и без тях те могат да бъдат опасни със своите разхвърляни сипеи, стъмни склонове и канали, които трябва да се преминават.

Пресичайте стръмните склонове на зиг-заг и когато сменяте осоката, винаги се уравновесявайте със задния крак. По този

Няма смисъл да вървите край река, ако тя лъкатуши в дълбоките долини през някоя много хълмиста местност. Изкатервайки се от долината в точка А и вървейки по хребета, вие избягвате стръмните



и измерителни спускания и изкачвания. В точка В спирате за през нощта спускайки се към първия възможен източник на вода. Това място може да ви предложи и подслон, който не можете да откриете върху открития хребет.

Бъдете нащрек за намаляването на светлината и за отслабването на собствените ви сили. Потърсете подслон, преди силите ви да са се изчерпали и светлината да е изчезнала. Не се спускайте в долината, ако можете да откриете подслон и вода по пътя си. Не само ще спестите енергия, може да ви е и по-топло. Твърде често студеният въздух пада в ниската част на долините. Ако носите със себе си вода и материали за подслон, останете на високото, избирайки най-закътаното място.

След това маршрутът върви по хребета, преди да се спусне надолу към разширяващата се основна долина, за да се присъедини отново към течението на реката в точка С.

Придържайте се към върха на планинското разклонение, за да се спуснете в долината, когато реката стане по-голяма и долината се разшири.

начин не се налага да кръстосвате краката си един върху друг, което може да доведе до изгубване на равновесие.

Когато се спускате по стръмни склонове, дръжте коленете си свити. Опитайте се да се спускате право надолу и ако наберете прекалено голяма скорост, седнете. Отбягвайте нестабилните камъни и сипеи, но ако се налага да преминете през ронлив участък, ще трябва да забивате петите си в земята и да с

наклоните назад, докато се спускате. При катерене проверявайте всяко място, на което стъпвате, преди да пренесете изцяло тежестта си върху него. Не стъпвайте върху камъни или дънери яа стръмните склонове - те могат да се откъртят.

С повече практика е възможно да скачате по ронливите участъци - забивайте пети и се плъзгайте, при положение че по-надолу няма внезапни пропадания. Дръжте стъпалата си успоредни едно на друго и на широчината на раменете и се плъзнете надолу. Когато скоростта ви се увеличи, под стъпалата ви ще се натрупа пръст и вие ще изгубите контрол. Тогава скочете и започнете отново. Ако склонът е много стръмен, откажете се от този метод - решението е абсейлингът (рапелингът) (виж Планини, Климат и терен).

ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ДЖУНГЛАТА



В гъстата джунгла може да се наложи да изсичате пътя си през нея, ако няма начин да заобиколите. Сечете стъблата надолу и колкото се може по-ниско, при това и от двете страни, така че да падат встрани от пътя, който проправяте, а не върху него. Не оставяйте шиповете изправени, бамбуковите върхове могат да бъдат смъртоносни, ако някой се спъне. Високите стъбла и пълзящите растения често могат да се отсичат и вие да преминавате по-нататък.

Растителността в джунглата изглежда покрита с тръни и бодли. Може да се наложи да се извивате и въртите, за да избягвате растенията, които ви обгръщат. Втурването в тях прави положението още по-лошо. Онези видове пълзящи и виещи се палми, които са известни като **нанти сикит**, "чакай малко", в Малая, на края на листата си имат тръни като рибарски куки. Когато се закачите за тях, трябва да се върнете назад и да се освободите. Не се опитвайте да се откъснете от пълзящо растение Т типа "чакай малко" - то ще разкъса дрехите ви. Скоро ще зберете защо е наречено така! Все пак този тип палми имат ного приложения, а ратановата палма е един от най-добрите точници на вода в джунглата.

Краката ви трябва да бъдат обути в нещо, за да ги **предпазят** от бодлите на фиданките, змиите и бълхите. Спирайте често за да се чистите от паразитите. Бълхите, на които не сте **обърнали** внимание повече от един час, ще предизвикат инфекция.

ВОДНИ ПЪТИЩА

Ако реката е достатъчно широка, ще е много по-лесно да плувате по нея, отколкото да вървите покрай нея. Бедстващият за по-продължителен период от време може да експериментира с построяването на кану - да изгори средата на дънера, за да направи от него лодка, или да покрие скелет, направен от върба, с брезова кора или кожа; или да изкопира лодките, направени от тръстика, подобно на **онези**, изработвани от древните египтяни и месопотамци, които могат да се срещнат и до днес в езерото Титикака в Перу.

Всички те са доста трудни за изработване, за да издържат на едно пътуване по вода, и дори сред народите, за които изработването им е традиционно умение, те обикновено са дело на малък кръг специалисти.

САЛОВЕ

По-практично за бедстващия ще е да конструира сал, който няма да се прекатури така лесно, дори и конструкцията да не **е** свършена. Всички лодки и салове трябва да се изпробват много сериозно в спокойни води близо до лагера, преди да предприемете пътуване с тях.

В джунглата може изведнъж да откриете, че реката, **край** на която сте се установили на лагер, е придошла вследствие **ед** сезонните дъждове, и това да направи пътуването ви със сал **дърв** реална възможност. Тук можете също да намерите материал в изобилие - или бамбук (който е идеален) **Ако** изкоренени дървета, които са здрави и не са изгнили. **па** 1 налага да сечете дървета, изберете наклонените, защото те

й-лесно. При падналите изсъхнали дървета върховете им **бикновено** са достатъчно здрави, за да се използват за **изработване** на сал.

Можете да използвате бидони или някакви други плаващи предмети за поддържане на сала и ако не можете да намерите ярав дървен материал, можете да използвате парче насмолен брезент или някакъв друг водонепромокаем материал като вариант на лодка от плетени върби, описана по-късно при съоръженията за преплуване на реки.

Никога не рискувайте с нестабилен сал, независимо какви са водите, в които ще плувате. В планинските реки често има бързеи, на които могат да издържат само наистина много здрави конструкции. В широките участъци от долното течение на реките ще трябва да преплувате много голямо разстояние до брега, ако салът под вас се разпадне.

Пътуване със сал

Завържете надеждно целия си багаж за сала или за обезопасително въже, уверявайки се, че нищо не се влачи извън ръба на сала, откъдето може да се закачи за някой клон в плитчините.

Всеки на борда на сала трябва да е с въже булин около кръста, завързано за някакво обезопасително въже или за самия сал.

Спасителните въжета трябва да бъдат достатъчно дълги, за да позволяват свободно движение, но не толкова дълги, че да се влачат във водата. В тесните и бързо течащи реки, с опасни бързеи и прагове, е по-добре да не се връзвате за сала. Ако салът **излезе** извън контрол и се понесе към опасните води, е по-добре да се насочите към брега.

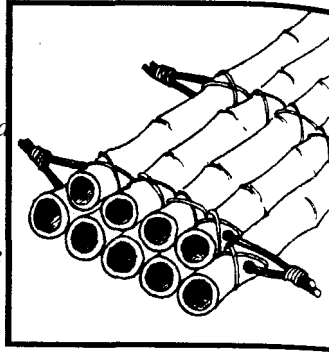
В плитки води **най-добрият** начин за контролиране на сала **е** както при плоскодънните лодки, но за предпочитане с два дълги **пръта** - като човекът с единия прът е в предния ъгъл на сала, а **другият** - в противоположния по диагонала заден ъгъл на сала.

Ако групата на оцелелите е много голяма, ще са ви **обходими** няколко сала. Най-подготвените трябва да се **мират** на първия сал, без да носят никакви провизии или

Бамбуков сал

Единичен пласт няма да ви държи над водата, освен ако не е много дълъг, затова се заемете с построяването на модел от два пласта.

Отрежете въздебели бамбукови стъбла с дължина 3 метра. В двата края и по средата на стъблата пробийте дупки в тях. През тях промушете пръчки, които да свържат стъблата. Вържете всяко от стъблата към всяка от пръчките с въже или някакво увивно растение. Направете втора палуба, която да поставите върху първата, и завържете двете една за друга.

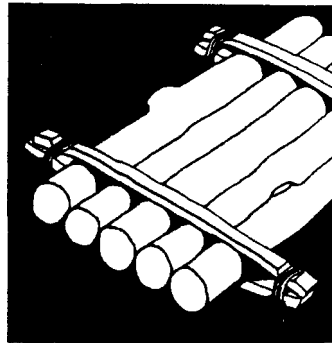


Сал със стягащи пръти

Това е най-бързият за построяване сал. Необходими са ви дървени трупи за палубата и четири дебелички дървени парчета с известна гъвкавост, които да са достатъчно дълги, за да обхващат широчината на сала.

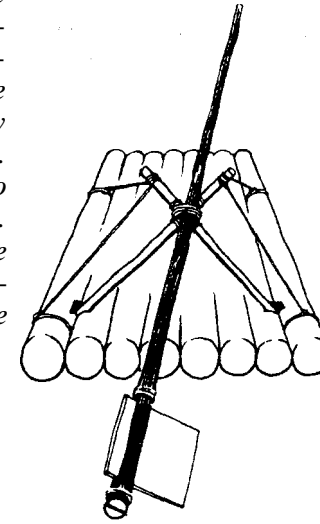
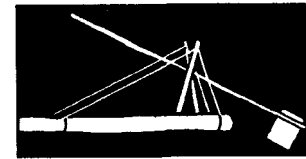
Поставете две от дървените парчета върху земята и наредете дървените трупи върху тях.

Поставете останалите две парчета отгоре. Завържете здраво всяка от двойките дървени парчета от едната страна на сала. След това, с помощта още на един човек, който е стъпил отгоре, за да приближи противоположните краища на дървените парчета един към друг, ги вържете така, че трупите да останат стегнати между тях. **Издълбаването** на нарезки върху краищата на тези стягащи дървени парчета няма да позволи на въжетата да се изплъзнат.



Управление

За да управлявате сала, направете кормило от весло и го качете върху А-рамка близо до края на сала. Вържете А-рамката с обтяжки (ванти) за гелите на сала, а след това и кормилото върху рамката, така че то да не се изплъзне. Кормилото може да се използва също така и като гребло за тласкане напред. Може би ще е необходимо да направите нарезки върху сала за краката на А-рамката. Обтяжките могат да се завържат за напречните греди.



оборудване. Те могат да бъдат наблюдатели и да предупреждават за опасностите, които трябва да се избягват. Ако се наложи да напуснат сала си, нищо от багажа няма да бъде изгубено.

Водопадите и бързеите могат да бъдат чути известно време, преди да стигнете до тях, и често се познават по пръските или леката мъгла, носеща се във въздуха. Ако не сте сигурни за безопасността на течението пред вас, акостирайте със сала на брега и направете разузнаване по брега.

Ако достигнете до труден или опасен участък от течението, разтоварете сала и пренесете багажа по брега под опасното място. След като поставите някой на пост надолу по течението, където водата става спокойна и салът по-лесно може да се постави под контрол, пуснете сала и го оставете да се понесе по Реката през трудния участък. Вероятно ще се нуждае от ремонт, но поне Вие ще сте здрави и ще сте запазили цялото си оборудване.

ПОМНЕТЕ

Пътувайте само през деня, НИКОГА на тъмно. През нощта вържете сала здраво, така че на сутринта той все още да си е на мястото, и издигнете временен подслон на по-високо място и по-далеч от реката.

БЛАТА И МОЧУРИЩА

Ако не можете да избегнете пресичането на някое блато, проправете си път, като скачате от туфа на туфа с трева. Ако усетите, че потъвате в блато, "преплувайте" с бруст до твърда земя - не се опитвайте да скачате. Прострете тялото на повърхността и разпределете равномерно тежестта.

Използвайте същата техника и в плаващите пясъци.

ПРЕСИЧАНЕ НА РЕКИ

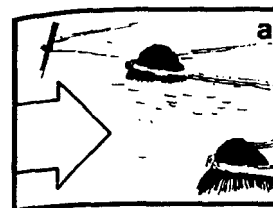
Притоците по горното течение на реката ще бъдат тесни и бързо течащи. Въпреки че бреговете могат да бъдат стръмни и каменисти, обикновено се намира място за пресичане. Там където водата е плитка, може да успеете да прегазите - но проверявайте пред себе си с прът за скрити дълбочини. Можете да откриете камъни, по които да пресечете или да сте в състояние да поставите камъни в малките потоци.

Някои от членовете на групата може би ще успеят да прескочат през потока на най-тесните му места или да го пресекат, скачайки от камък на камък, но не може да окажете кой знае каква помощ на онези, които не могат да го направят. Подхлъзването върху речен камък е най-лесният начин да си изкълчите глезена.

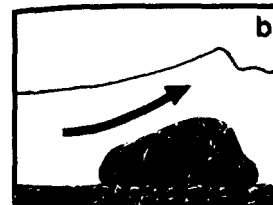
Устието на река, заливано от прилива, е широко, със силни течения и е подвластно на прилива, който може да окаже влияние върху някои реки на много мили от мястото им на вливане в океана. Избягвайте пресичането на реките на това място, освен ако не сте снабдени с лодка или сал. Върнете се обратно нагоре срещу течението до някое по-лесно за пресичане място.

ИЗСЛЕДВАНЕ НА ВОДАТА

Движението на повърхността на даден поток или река може да ви каже много за това, което е отдолу. Основното течение на водата обикновено се забелязва по обрнатото V на по-спокойната вода, което се образува около всеки камък или издатина (a). V-то се разширява надолу по течението.



Вълните, които като че ли стоят на едно място на повърхността (b), обикновено са доказателство за речен камък на дъното, отклоняващ водата над себе си.



Ако е по-близо до повърхността, препятствието ще създаде едно въртопче надолу по течението от себе си, където повърхността на водата като че ли се движи обратно срещу течението. Ако някой голям речен камък съвпадне със стръмно пропадане на нивото на речното дъно (c), тези въртопи могат да предизвикат под препятствието мощен, обрнат срещу течението тласък и да запрятат плувачия в него - те са **МНОГО** опасни.



На всеки широк участък от реката и особено когато е близо до морето, дори ако сте снабдени с лодка или сал, не се насочвайте директно към точката на оторещния бряг, до която искате да стигнете, а преценете по какъв начин течението ще повлияе на вашето пресичане и направете съответните корекции.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ****ЛЕДЕНОСТУДЕНАТА ВОДА Е УБИЕЦ.**

Не се опитвайте да преплувате или да прегазите поток, когато водата е с много ниска температура, това може да се окаже фатално. Направете си някакъв сал. Прегазете реката, ако сте сигурни, че ще намокрите само стъпалата си, и ги изсушете енергично веднага щом стигнете до другия бряг.

Прегазване

Дори много широките реки могат да бъдат сравнително плитки и да е възможно да бъдат прегазени, но никога не подценявайте който и да е участък от реката. Отрежете си пръчка която да ви помага да пазите равновесие, и пресечете с лице срещу течението, така ще можете в по-голяма степен да не позволите краката ви да бъдат пометени от него. Навийте си панталоните, така че да излагате по-малка повърхност на течението или ако има опасност те да се намокрят по някакъв начин, събуйте ги, за да имате сухи панталони на другия бряг. Останете с обувки на краката си, те ще ви дадат по-добра опора в сравнение с голото стъпало. Развържете поясния ремък, с който връзвате раницата, така че да можете по-лесно да я изхлужите от себе си, ако течението ви понесе. Но не я изпускайте от ръка. Почти сигурно е, че тя ще плува по водата и вие можете да я използвате, за да си помогнете.

Застанете леко под ъгъл, гърбът ви да е обърнат към брега, до който искате да достигнете, течението ще ви движи в тази посока. Не крачете, а си влачете краката настрани, използвайки пръчката, за да проверявате дълбочината и да изследвате всяко място за стъпване, преди да го използвате.

Пресичане на група

Ако група хора прегазват реката едновременно, те трябва да се наредят в редица зад най-силния от групата, както беше описано по-горе. Всеки от останалите държи застаналия пред него за кръста и всички се движат в синхрон, оказвайки възможно най-малкото съпротивление на течението.

Друг начин за пресичане е като хората се хванат за ръце и заедно с това се хванат за прът или клон, който да ги държи подредени в редица. Пресичат с лице към брега и вървят напред. Само едната страна на тялото на първия човек оказва съпротивление на потока, а групата осигурява стабилност на всички свои членове.

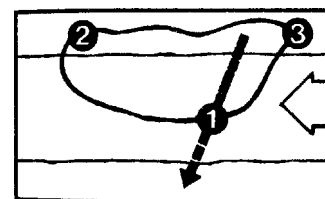


ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

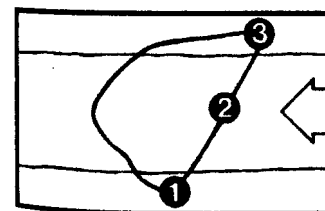
Огледайте се за потопени под водата клони. Можете да се заплетете в тях и да навехнете крайник или да изгубите равновесие. Когато се движите по течението, вие не забелязвате неговата сила, но ако то ви заправи в някакво препятствие, можете да бъдете сериозно наранени.

Пресичане с въжета

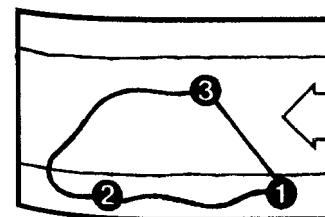
Ако разполагате с въже, то може да направи преминаването на реката по-сигурно, но ви трябва вързано в кръг въже, което е три пъти по-дълго от ширината на реката, а групата трябва да се състои поне от трима души. Двама от тях непрекъснато контролират въжето, за да го държат извън водата колкото е възможно и за да изтеглят пресичащия на брега, ако възникнат трудности.



Пресичащият е вързан с въжето около кръста. Най-силният член на групата пресича първи. Другите двама не са вързани за въжето - те отпускат въжето колкото е необходимо и могат да спрат преминаващия реката, ако реката го отнесе.



Когато достигне до брега, 1 развързва себе си, а 2 се връзва. 2 пресича, контролиран от останалите двама. По този начин през реката могат да се прехвърлят всякакъв брой хора.



Когато 2 е достигнал брега, 3 се връзва и пресича. 1 поема по-голямата част от силата на опъване, а 2 е в готовност, в случай че нещо се обърка.

РЕКИТЕ СА ОПАСНИ

- Никога не влизайте във водата, освен ако няма друг начин да я пресечете, и изберете много внимателно мястото на пресичане.
- Избягвайте високите брегове, по които е трудно да се изкатерите и да излезете навън.
- Избягвайте препятствията във водата.
- Течението може да бъде по-бързо от външната страна на завоите, а стръмните брегове на такива места може да са подкопани от течението, което прави излизането на сушата невъзможно.
- Потърсете равен участък от речното корито - речният чакъл е най-добрата повърхност за прегазване на реката.

Пресичане с плуване

Ако не можете да плувате, НЕ СЕ опитвайте - разчитайте на другите да ви пренесат през реката с помощта на някаква шамандура. Дори и най-силните плувци трябва да се възползват от различни плаващи помощни средства, когато пресичат река; а за хората, които не могат да плуват, те са изключително важни. Те ще намалят изразходването на енергия и ще ви помогнат да запазите дрехите и багажа сух. Не плувайте с дрехи. След като се намокрят, няма да ви предпазват от студа - ако са сухи, те са нещо топло, което можете да облечете, когато достигнете отсрещния бряг.

Винаги се уверявайте, че сте открили място на другия бряг, откъдето ще можете да излезете от водата. Ако няма брегове, ще се нуждаете от опори, за да се изтеглите върху земята, но избягвайте плетеницата от клони във водата, защото може да попаднете в капан. Влезте във водата на достатъчно голямо разстояние нагоре срещу течението, за да компенсирате разстоянието, на което течението ще ви носи надолу, докато пресичате реката. По-добре да надцените разстоянието и да престоите малко повече във водата, отколкото да подминете мястото за излизане на брега.

Проверете силата на течението, като наблюдавате носещи се по водата дървета и други плаващи предмети, и проучете повърхността на водата за скрити препятствия и въртопи.

Ако се натъкнете на бурени във водата, започнете да плувате кроул, за да преминете през тях. След като най-силният плувец е изчистил участъка, останалите могат да го последват през направения канал.

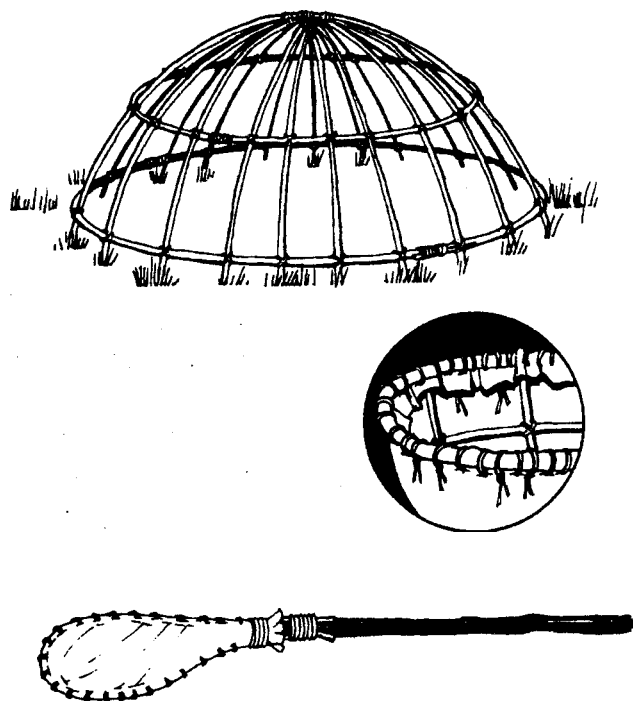
Плаващи спомагателни средства

Бидони за гориво, пластмасови бутилки, дървета - всичко, което плува, може да се използва. Ако разполагате с водонепромокаема торба, сложете дрехите и принадлежностите си в нея, оставяйки голямо пространство с въздух, завържете отвора ѝ, след това го прегънете и го завържете още веднъж и я използвайте като шамандура. Хванете се за нея и използвайте само краката си, за да се тласкате напред.

- Без торба, но с водонепромокаем плат, струпайте клонки и сламки в центъра, за да създадете въздушни джобове, след това поставете дрехите и принадлежностите си отгоре, преди да завържете надеждно вързоп.
- Не се опитвайте да седате върху вързопите или да пренасяте тежестта си върху тях.
- Ако сте група, разделете се по четирима. Всяка група от четирима души трябва да завърже раниците си една за друга и да ги използва като опора за някой ранен човек от групата или за този, който не може да плува.
- Ако не разполагате с водонепромокаема материя, направете малък сал или плетена лодка, за да пренесете нещата си в нея. Направете вързоп от принадлежностите и ако са тежки, нека салът да е от два пласта, така че само долният пласт да се потопи във водата, а вашите принадлежности да останат сухи.

Отрежете гъвкави фиданки с дължина 2 м - леската и върбата са идеални за целта. Забийте двата края на едната от тях в земята, за да образува дъга и след това наредете останалите напречно на нея, на интервали от около 25 см, за да се образува купол.

Завържете ги на върха. Вържете около тях, на нивото на земята една фиданка и друга на половината разстояние до върха, за да поддържате получената форма, и след това изтеглете цялата конструкция от земята. Окастрете по-голямата част от фиданките, които стърчат над ръба на лодката.



Покрийте лодката с мушама, брезент, наметало или животинска кожа, обшита с връв или ремък около горния ръб на лодката. Разбира се, не трябва да дупчите под "ватерлинията". За да спестите тежка дърводелска работа, греблото можете да направите, извивайки фиданка във формата на клуп, завързвате за дървен прът и покривате с водонепромокаем материя.

ИЗРАБОТВАНЕ НА ПЛЕТЕНА ЛОДКА

Построяването на традиционните плетени лодки е истинско изкуство, а използването им изисква доста увереност. Придържайки се към дадения тук метод, направете гребло и проверете своята плетена лодка в безопасна плитка вода. Преди да започнете, уверете се, че притежавате водонепромокаемо покривало за нея - мушама, брезент, наметало или животинска кожа ще ви свършат работа. Животинската мас и смолата от дърветата са добър материал за придаване водонепромокаемост на тъканите.



ЧАСТ ОСМА

ЗДРАВЕ

Когато не разполагат с професионална медицинска помощ бедстващите трябва да се заемат с медицинските задачи, които нормално се поемат от хората със специално медицинско образование.

Традиционните процедури за първа помощ са предназначени за справяне с дребни проблеми и за поддържане на сериозно ранените хора, докато те получат професионално лечение. Ако обаче няма възможност за навременна външна помощ за спасяване на живота на бедстващия, понякога може да се наложи да се вземат драстични мерки. Част от съветите, дадени тук, са предназначени ЕДИНСТВЕНО за такива обстоятелства.

При лечението на болести и разстройства може да се използва много добре вековният опит на билковото лечение и природните лекарства, когато не разполагате с други лекарства или искате да ги запазите за по-сериозни случаи. Билковите лекарства, посочени тук, се приготвят с помощта на елементарни методи на извличане и приготвяне.

ПРИОРИТЕТИ ПРИ ПЪРВА ПОМОЩ

ПРОЦЕДУРИ:

1: Отдалечаване от опасността и 1а: Дишане/безсъзнание

2: Дишане и пулс ■ 2а: Задушаване/блокирания • 2б: Задушаване: специални случаи • 2в: Драстично действие и 2г: Предотвратяване на задушаване • 2д: Няма дишане
няма пулс

3: Изкуствено дишане и 3а: ИД при повърхностно раняване • 3б: ИД с лице надолу

4: Бие ли сърцето? • 4а: Сърдечен масаж и 4б: ИД с масаж:

5: Опасно кървене и 5а: Артериално кървотечение и 5б: По-слабо кървотечение • 5в: Вътрешен кръвоизлив

6: Рани и превръзки ■ 6а: Шиене на рани и 6б: Открито лечение

7: Изгаряния

8: Фрактури • 8а: Обездвижване

9: Навяхвания/'размествания

10: Шок и 11: Превързване • 12: Дребни неразположения и 13: Обезболяващи

14: Пренасяне на ранените и 14а: Повдигане със собствени сили ■ 14б: Пожарникарско повдигане • 14в: Повдигане с примка • 14г: Столче от двама души

15: Разждане при спешни обстоятелства

16: Ухапвания • 17: Общо отравяне 18: Общи неразположения • 19: Заболявания • 20: Заболявания, свързани с топлия климат ■ 20а: Неразположения • 21:

Опасности, свързани със студения климат

ПРИРОДНА МЕДИЦИНА

Приготвяне на растенията • Билкови лекарства •

Лечебни растения

ОПАСНИ ЖИВОТНИ

ОТРОВНИ ЗМИИ

ОПАСНИ РИБИ И МОРСКИ ЖИВОТНИ

ПЪРВА ПОМОЩ

Поддържането на здравето е от първостепенно значение за бедстващия. Не поемайте никакви излишни рискове, които могат да доведат до нараняване. Стремете се към разнообразен и балансиран режим на хранене и се уверете, че си почивате достатъчно.

В първите етапи от ситуацията на оцеляване нито едно от тези неща може да не е изпълнимо, но след като вече сте построили лагера си, открили сте източници на храна и вода, дисциплинираният подход ще ви позволи да съхраните ресурси и енергия. Далеч от хората вие не сте изложени на опасността от инфекции, освен ако не сте ги донесли със себе си. Въпреки че някои от заболяванията се причиняват от насекомите и водата, разумните предпазни мерки, особено преваряването на водата и подходящото готвене на храната, ще ви предпазят от много инфекции.

Екстремалните климатични условия носят със себе си свои опасности и познаването на симптомите ще ви помогне да лекувате себе си и другите. Неопитността или лошият късмет могат да доведат до нараняване, колкото и внимателни да сте. Познанията за оказване на импровизирана първа помощ, когато не разполагате с медицинско оборудване, е основно умение за оцеляване. При злополуки подобна импровизация може да се окаже ключът към оцеляване на засегнатите хора, когато бързото действие е от съществено значение. Във всяка експедиция трябва да има поне един човек със специализирани медицински познания, но **ВСЕКИ** трябва да знае как да се справи с основните наранявания, неразположения и заболявания.

ПРИОРИТЕТИ

При злополука, включваща много ранени хора, трябва да **сте** наясно на кого да окажете най-напред помощ. Когато един пострадал има много рани, приоритет се дава на дишането, пулса и спирането на кръвотечението. Преценете раните и процедирайте в следната последователност:

- *Възстановете и поддържайте дишането и пулса*
- *Спрете **кървенето***
- *Покрийте раните и изгарянията*
- *Обездвижете счупените места*
- *Лекувайте шока*

БЕЛЕЖКА: Преди да се заемете с пострадалия при злополука, проверете за евентуална опасност и вземете мерки да се защитите от нея. Гледайте за електрически кабели, тръби за газ, падащи отломки, опасни сгради или останки. Направете първоначален оглед, без да премествате пострадалия, ако това е възможно, но ако има постоянна заплаха, преместете се заедно с пострадалия на по-безопасно **място**.

ОТДАЛЕЧАВАНЕ ОТ ОПАСНОСТТА

Най-напред намалете риска от допълнителна опасност за пострадалите и себе си, като ги пренесете на по-сигурно място – Далеч от **горящото** превозно средство или сграда. Когато става **въпрос** за пътнотранспортно произшествие, спрете движението. **При** ударен от електрически ток, спрете тока. Ако не можете, **стъпете** върху сух изолационен материал и избутайте или **повдигнете** пострадалия от източника на ток с помощта на **електронепроводим** прът или пръчка, **ПРЕДИ** да го пипате. Ако **съществува** заплаха от газови или отровни изпарения, спрете **даването** на газта и изведете пострадалия на чист въздух.

При пренасянето на пострадалите винаги има риск от неизвестни рани, но ако за тях съществува допълнителна заплаха, те трябва да бъдат преместени, за да имат някакъв шанс да оцелеят. Хората с наранявания на гръбначния стълб подложени на най-голяма опасност при преместване - гръбначният мозък може да е прекъснат. Единственият сигурен начин за тяхното пренасяне изисква участието на няколко човека (виж 8 Счупване на гръбнака).

Пострадали, изпаднали в безсъзнание

Ако човекът е в безсъзнание, най-напред проверете дали диша и започнете незабавно изкуствено дишане, ако се налага. Проверете за външни кръвоизливи и наранявания, опитвайки се да установите причината за състоянието на безсъзнание.

1а • ДИША, НО Е В БЕЗСЪЗНАНИЕ

Ако пострадалият диша и не личи да има нараняване на гръбначния стълб, проверете дали няма никакви запушвания в устата, заемете се с всяко от сериозните кръвотечения и го поставете в позиция на възстановяване. Ако пострадалият лежи по гръб, ще трябва внимателно да го обърнете на една страна, което обикновено става най-лесно като го хванете за дрехите на хълбоците. Това довежда до едно устойчиво положение на тялото, при което всички течности или стомашни сокове, отделени от носа или при повръщане, няма да се върнат обратно и да запушат белите дробове, а езикът няма да пада назад и да запуши пътя към белите дробове.

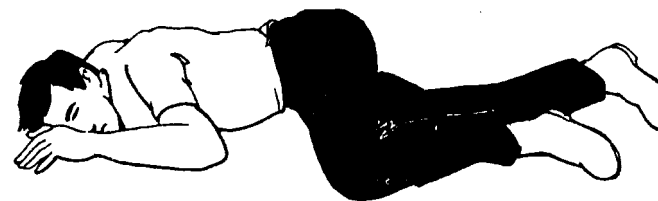


ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

НЕ поставяйте пострадал с предполагаемо нараняване на гръбначния стълб в позицията на възстановяване. Използвайте изкуствен въздушен път (виж 4б), за да поддържате дишането му и като средство за управляване на изкуственото дишане уста в уста.

ПРОВЕРЕТЕ ДИШАНЕТО И СЪРДЕЧНИЯ ПУЛС!

Позиция за възстановяване



Преместете крака и ръката встрани от едната страна на тялото, за да не лежи пострадалият плътно опрян в земята, лакътят и коляното трябва да бъдат свити. Обърнете главата в същата посока. Наместете другата ръка покрай другата страна на тялото. Другият крак да бъде леко присвит. Издърпайте брадичката леко напред, за да сте сигурни, че езикът е в предната част на устата и не блокира пътя на въздуха. Разхлабете стегнатите дрехи.

ДИШАНЕ И ПУЛС

Нормалното дишане е тихо и спокойно. Шумното дишане, пияна около носа или устата и посиняване около устните и ушите са признаци за затруднено или блокирано дишане. Проверявайте редовно дишането, поставяйки ухо и слушайки внимателно близо до носа и устата. Отстранете задръстванията и при отсъствие на дишане направете изкуствено дишане (виж 3). Проверете за пулс на врата или китката (виж: 4).

Спиране на дишането

ТОВА УЖАСНО КРИТИЧНО ОБСТОЯТЕЛСТВО МОЖЕ ДА БЪДЕ ПРЕДИЗВИКАНО ОТ:

- ▶ Блокиране на горните дихателни пътища, предизвикано от наранявания на лицето и врата или от чужди тела (виж 2а).
- ▶ Удавяне или удар от електрически ток (виж 2д).
- ▶ Задушаване (виж 2а).
- ▶ Възпаление и спазъм на въздушните пътища, причинени от вдишването на дим, газове или пламък (виж 2г).

- Липса на кислород (виж 2г).
- Притискане на гърдите (виж 2г).

2а ► ЗАДУШАВАНЕ И ЗАПУШВАНИЯ

Ако дишането е спряло, незабавно отстранете всякакви възможни запушвания на въздушния път и направете изкуствено дишане.

Изчистете въздушния път от всякакви чужди тела: бурени повръщано, изкуствени зъби или храна. Изчистете устата с пръст и се уверете, че езикът не се е обърнал назад, за да запуши дихателните пътища.

Ако някой изглежда така, като че ли се задушава, но може да диша и кашля, собственото му кашляне е по-ефикасно от вашата помощ. Ако пострадалият не може да говори, използвайте процедурата "Хаймлих" при възрастни, но вижте другите методи за специалните случаи (виж: 2б).

Процедура "Хаймлих"

Застанете или коленичете зад пострадалия с ръце, увити около него. Поставете едната си длан върху другата, страната откъм палеца на юмрука натиска между кръста и основата на ребрата. Натиснете и тласнете бързо четири пъти нагоре.

Ако това не действа

Нанесете четири резки удара по гърба между лопатките, за да изхвърлите предмета, и още четири "прегръдки". Спрете, когато пострадалият започне да диша или да кашля високо.



ПОВТОРЕТЕ, ако този метод не постигне успех в началото **НЕ СЕ ОТКАЗВАЙТЕ!** Имайте готовност да направите изкуствено дишане (виж 3), ако запушването е отстранено, но пострадалият не започва да диша. Сложете изпадналия **безсъзнание** да легне по гръб, коленичете до него, поставете

ръцете си една върху друга, с месестата част на дланите (основата китките) върху пъпа и направете няколко бързи тласъка нагоре към центъра на гръдния кош. Ако запушването не се е отместило, бързо превъртете пострадалия на една страна и го ударете четири между лопатките. Повторете, ако се налага.

ОКАЗВАНЕ НА ПОМОЩ НА СЕБЕ СИ

Ако сте сам, използвайте процедурата "Хаймлих", като се бутате в някоя заоблена издатина – земен насип или паднало дърво (или в облегалката на стола при домашна обстановка).



2б • ЗАДУШАВАНЕ: Специални случаи

• БЕБЕТА

Дръжте бебето с лице надолу, положено върху предмишницата ви, като главата му е видимо по-ниско от гърдите. Използвайте основата на свободната си длан, за да нанесете четири бързи удара между лопатките.

Поставете свободната си ръка върху тила на бебето и го обърнете по гръб. Използвайте върховете на два от пръстите си, за да натиснете четири пъти, бързо и доста здраво, центъра на гърдите. **ПОВТОРЕТЕ**. Имайте готовност да направите изкуствено дишане уста в уста (и нос) (виж 3), ако дишането спре.

► ДЕЦА

Дръжте малките деца с главата надолу и нанесете четири удара между лопатките, използвайки основата на дланта. Големите деца ги сложете да легнат върху коляното ви или

ги наведете напред от седнало положение, поддържайки с една ръка, докато с другата нанасяте ударите. Друг начин е да изпълните процедурата "Хаймлих", използвайки по два пръста на всяка ръка вместо юмруци. **Отсъствие на дишане** - виж 3.

• БРЕМЕННОСТ ИЛИ ЗАТЛЪСТЯЛОСТ

Коремна процедура "Хаймлих" е невъзможна. Вместо това опрете юмруците си по средата на гръдната кост и изпълнете същата процедура. **Отсъствие на дишане** - виж 3.

ДРАСТИЧНО ДЕЙСТВИЕ

В редките случаи, когато няколкото опита с процедурата "Хаймлих" не довеждат до отстраняване на запушването, се налага драстично действие: прерязване на гърлото на пострадалия под мястото на запушването. Използвана също така и в случаите, когато нараняване на челюстта на пострадалия не му позволява да диша, **това е техника, която се прилага само в ситуация на живот или смърт. Опасно е да я прилага необучен човек, но си струва да се опита да се спаси животът на пострадалия, когато без тази намеса той със сигурност ще умре.** Няма да има значително кръвогечение, ако използвате техниката на щитовидната жлеза и хрущяла на ларинкса, при която разрезът е разположен по-нагоре по гърлото в сравнение с техниката на трахеотомията (при която разрезът се прави под адамовата ябълка).

ПОДГОТОВКА

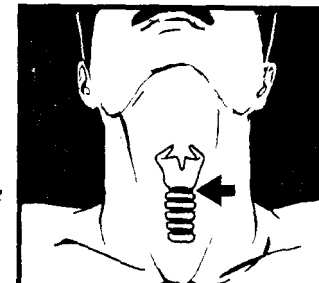
Имате нужда от острие, скалпел или малко ножче, н° > широк нож, и от куха тръба (били са използвани автоматичен молив, ЧИСТА тръба от бензинопровод¹ хидравликата на автомобил, тръба от самарчето на ранш малка спринцовка и дори кухо стъбло).

Те трябва да бъдат стерилизирани, ако разполагате с вряща вода или огън, но не си губете времето да ги доставяте.

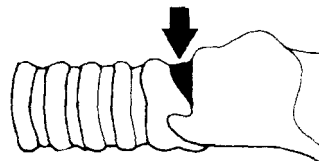
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Замърсяването с масло или бензин мръсни автомобилни маркучи може да предизвика пневмония.

Поставете пострадалия по гръб, раменете повдигнати, тилът на лавата и вратът да образуват права линия-

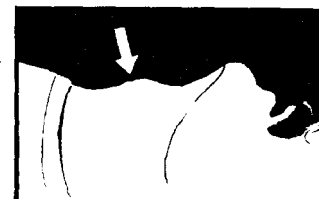
2 Прокарайте пръст надолу по адамовата ябълка - костообразен издатък върху врата (по-изпъкнал при мъжете в сравнение с жените) - и открийте една друга малка издатина под нея. Между адамовата ябълка и тази по-малка издатина ще откриете една централна вдлъбнатина.



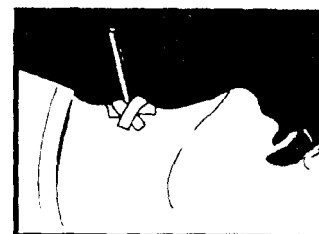
3. На това място направете разрез точно в центъра. Разрезът да е малък, но дълбок - право надолу, около 1-2 см, предварително отбележете разстоянието върху острието. Ще усетите, че острието се движи по-лесно, след като пререже гръкляна. Не натискайте острието по-навътре.



АЛТЕРНАТИВНА ВЪЗМОЖНОСТ: Вместо разрез, пробийте с дебела винтообразна игла - предизвиква по-малко кръвене (и се предпочита от лекарите). Инструментът се произвежда и трябва да се включи в общото медицинско оборудване.



4. Завъртете острието встрани, за да разширите отвора.



• "оставете тръбичка в разреза и я натиснете навътре, така че да поддържа отвора и да доставя въздух до Рововете. След като я поставите, крепете я с бинт или лейкопласт, за стои изправена и да предотвратите падането ѝ.

След като въздушният път е чист - по естествен или устен начин - ако пострадалият все още не диша, трябва да прави изкуствено дишане (виж 3).

2г ► ПРЕДОТВРАТЯВАНЕ НА ЗАДУШАВАНЕ

• НАТИСК

Всяко стягане на гърдите може да доведе до задушаване. Алпинист, който се подхлъзне и виси на въже, вързано около гърдите му, ще открие, че му е много трудно да диша. Отпуснете въжето с помощта на клуп (възел булин или запънка за хамут за хора, виж *Възли, Умения за лагеруване*), за да помогнете и да облекчите натиска.

Снежна лавина или падане върху земята може да упражни натиск върху гърдите и да затрудни дишането. Ако е възможно, свийте тялото, свийте ръцете и краката и ги приберете към тялото и това ще защити гърдите.

Ако човек е затиснат под останките на катастрофирало превозно средство с натиск върху гърдите и тежестта не може да се вдигне, използвайте лост, за да я повдигнете и подпрете надеждно.

• ДИМ И ГАЗ

За да не позволите на пушека да влезе в белите дробове, върху устата и носа сложете мрежест плат, за да го филтрира.

Пушекът може да се види и това дава възможност той да се избегне. Газовете обикновено не могат да се забележат и безопасността се постига само на чист въздух, заставайки срещу вятъра над мястото на тяхното възникване или с респиратор. Пострадалите трябва да са на чист въздух.

• ЛИПСА НА КИСЛОРОД

Кислородът може да свърши в подслон, в който няма вентилация или е блокиран и запушен от отломъци или сняг. Това представлява опасност за иглуто, особено ако отворите за дима от огъня са запушени. Печката и огнището не само че черпят кислорода, но и отделят въглероден окис. Пострадалите трябва да се изведат на свеж въздух.

• ОТРАВЯНЕ С ВЪГЛЕРОДЕН ОКИС

Този газ е СМЪРТОНОСЕН в затворени пространства. Симптом обитателите рядко разбират за неговото наличие. Симптом

отравяне с въглероден окис напомнят на тези на поемането свръхдоза алкохол: паметта и преценката са засегнати, величава се самоувереността и се пренебрегват опасностите.

Винаги се уверявайте, че имате подходяща вентилация, особено когато използвате печки. Нагласете нещо, което гори с жълт огън. Запалете свещ в своя подслон. Ако пламъкът стане по-висок, в някои изключителни случаи той достига до тавана, това означава, че има сериозен недостиг на кислород и е крайно време да проветрите помещението. Пострадалите трябва да са на чист въздух.

2д ► ОТСЪСТВИЕ НА ДИШАНЕ/ОТСЪСТВИЕ НА ПУЛС

► ДАВЕНЕ

Симптоми: Може да се случи при запушване на пътищата с течност, но обикновено пострадалият е във водата или лицето му е потопено във вода. Лицето, особено устните и ушите, посиняват. Възможна е фина пяна около устата и носа - това е пяната, която блокира пътя на въздуха.

Не се опитвайте да отстраните течността от белите дробове - не можете. Започнете изкуствено дишане (виж 3) веднага щом можете. Ако все още сте във водата, поддържайте тялото на пострадалия на повърхността и започнете дишане уста в уста, след като бързо сте отстранили водораслите, тревите, изкуствените зъби и всякакви други предмети в устата. Ако сте на сушата можете да използвате и метода Холгър Нилсен.

• УДАР ОТ ЕЛЕКТРИЧЕСКИ ТОК

Симптоми: Причината обикновено ще е ясна. Ударът на тока може да спре сърцето, а мускулният спазъм може да отхвърли пострадалия на известно разстояние. Изгарянията от тока могат да бъдат много по-дълбоки, отколкото изглеждат на пръв поглед. Никога не се докосвайте до пострадалия, преди токът да е изключен или контактът между тока и пострадалия да е прекъснат. Ако е замесен някакъв електрически уред, вероятно ще можете да прекъснете тока, като издърпате изолирания му кабел от контакта. Внимавайте обаче а всякакви течности, които ще се превърнат в проводници на тока - пострадалият може да се е напикал. Направете изкуствено дишане

• ПОРАЗЯВАНЕ ОТ СВЕТКАВИЦА

Симптоми: Друга форма на удара от ток. Жертвата обикновено е зашеметена и изпада в безсъзнание. Дрехите може би ще горят, а освен това пострадалият ще има изгаряния от електрически ток, които могат да бъдат по-жестоки, когато се носят часовници, бижута, катарами или други метални предмети.

Направете изкуствено дишане (виж 3), ако е необходимо, и се заемете с изгарянията (виж 7). Може да се наложи продължителна борба за живота на пострадалия. Възстановяването често е дълго.

• ОТРАВЯНЕ

Симптоми: Отровите, които влизат в белите дробове или засягат нервната система, могат да доведат до задушаване (виж 1). Отравяне;

• СЪРДЕЧЕН ПРИСТЪП

Симптоми: Остри болки в гърдите, плитко дишане, и пострадалия му се вие свят, възможно е да падне на земята често изпитва тревога и безпокойство. Силно изпотяване, нередовен пулс, посиняване на устните или кожата.

Ако дишането спре, направете изкуствено дишане (виж 3) и външ масаж на сърцето, когато пулсът не се усеща.

3

ИЗКУСТВЕНО ДИШАНЕ

Уста в уста ("Целувката на живота")

Най-бързият и най-ефикасен метод. Започнете веднага, след като гърлото е изчистено. Нормалното възстановяване е бързо като гърлото е изчистено. Нормалното възстановяване е бързо с изключение на случаите на удар от електрически ток, отравяне с наркотици или въглероден окис. В тези случаи нервът мускулите са парализирани или въглеродният окис е замесен кислорода в кръвта. Имайте готовност да продължите дълго време.

Поставете пострадалия да легне по гръб, отворете широко устата и извийте главата му назад (предотвратява падането на езика и апушването на въздушния път). С другата ръка запушете ноздрите.



Проверете дали устата и гърлото не са запушени с нещо. Сложете си устата върху устата на пострадалия и издишайте.

Наблюдавайте гърдите на пострадалия, докато издишвате внимателно в белите му дробове - те трябва да се повдигнат. Отделете се от устата на пострадалия. Поемете дълбоко въздух, докато отбелязвате, че гърдите на пострадалия автоматично спадат. Трябва да чувствате или да чуετε, че въздухът се връща.

Първите шест напомпвания направете колкото се може по-бързо, след това правете по 12 на минута, докато дишането се възстанови.



При дете: Не издухвайте въздуха. Дишайте нормално или като лек полъх при бебетата. Първите четири напомпвания направете колкото се може по-бързо. Ако издухвате със сила въздуха в устата на детето, можете да увредите нежните бели дробове.

Ако лицето е наранено или се предполагат изгаряния от отрова или химически съединения, използвайте метода на Силвестър (виж 3а).

Уста-нос: Използвайте го, ако не можете да поставите Устните си около устата на пострадалия; дръжте устата му затворена. При бебетата покрийте едновременно устата и носа им с вашите устни.

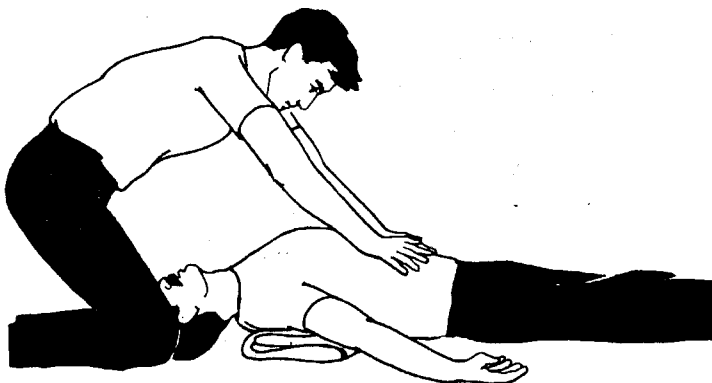
Е СПИРАЙТЕ!

а всяка форма на съживяване първите пет минути вероятно най-критичните, но ако дишането не се възстанови, с изкуственото дишане най-малко един час. Ако сте група, редувайте се. **ПРОВЕРЯВАЙТЕ ПУЛСА.**

I За • ИД: При рани по лицето

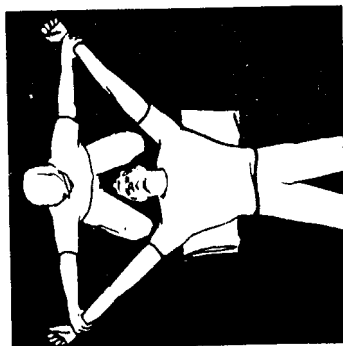
Методът на Силвестър

Препоръчва се, когато отравяне или раняване по лицето не позволяват използването на изкуственото дишане уста в уста особено когато пострадалият се нуждае и от сърдечен масаж* (който може да се направи от същия човек, оказващ първа помощ).



Сложете пострадалия да легне по гръб, повдигнете раменете му с подложка от сгънато одеяло или дреха.

Коленичетe до главата на пострадалия. Поставете ръцете си върху долните ребра и се залюлейте напред, за да натиснете здраво надолу.



Повдигнете ръцете на пострадалия⁴ нагоре и встрани толкова бързо, колкото е възможно.

ПОВТОРЕТЕ ритмично около 12 пъти на минута при възрастните. Ако не настъпи подобрене, обърнете пациента на една страна и го ударете бързо между раменете, за да отстраните всяко евентуално запушване, преди да възобновите цикъла.

НЕ ОТКАЗВАЙТЕ! Техниките за съживяване са спасявали живота на пострадалите от удавяне, хипотермия и удар от електрически ток след три часа отсъствие на спонтанно дишане.

36 ► ИД: С ЛИЦЕ НАДОЛУ

Методът на Холгър Нилсен

Това е техника, която се препоръчва за съживяване на жертви при удавяне, ако дишането уста в уста е неприложимо или ако пострадалият не може да бъде обърнат по гръб. Пострадалият лежи по корем, водата може да изтича свободно от устата и няма да го задави.

Поставете го да легне с глава, обърната на едната страна, ръцете са свити, лицето е поставено върху тях. Разкопчейте стегнатите дрехи и проверете дали езикът е изтеглен напред, дали устата е изчистена от боклуци, трева, кал и т.н.

Застанете с лице към пострадалия, коленичейки с едното коляно до главата му, поставете ръцете си върху лопатките на раменете, палците ви се докосват, а пръстите са изпънати. Изпълнете следната процедура, броейки до осем:

ПОВТОРЕНИЕ - 12 пъти на минута.

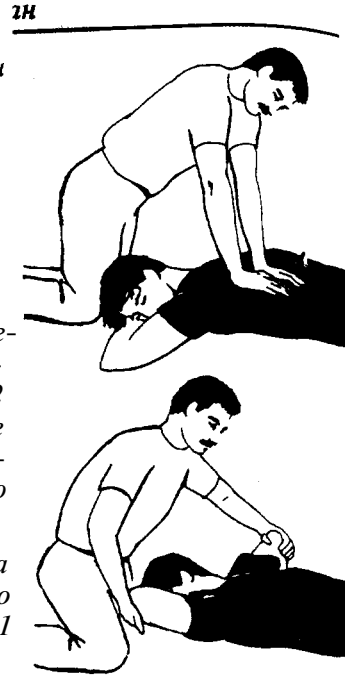
АБЕЛЕЖКА: Ако ръцете на пациента са пострадали, оставете сгъната дреха под лицето и повдигайте за мишниците. Този метод не е приложим, ако ребрата и рамене са лошо ранени.

КАТО ДИШАНЕТО Е БИЛО ВЪЗСТАНОВЕНО: След гане на всички форми на съживяване, сложете пострадалия да заеме възстановяваща позиция на тялото. Не и в случаите на раняване на гръбначния стълб.

1-2-3: Залюлейте се напред с изпънати ръце, предизвиквайки лек, равномерно нарастващ натиск. (Около 2 секунди)
4: Залюлейте се назад, плъзгайки ръцете си, за да хванете ръцете на пострадалия между лакътя и рамото). (½-1 секунда)

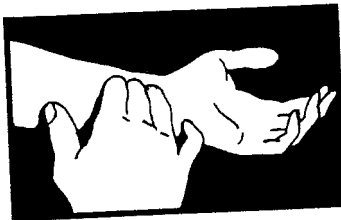
5-6-7: Внимателно дръпнете и повдигнете ръцете на пострадалия, продължавайки движението си назад. (2 секунди) Отбягвайте да повдигате трупа на пострадалия или да нарушавате покоя на главата прекалено много.

8: Спуснете ръцете на пациента на земята и плъзнете ръцете си обратно до изходното им положение. (Уг-1 секунда)



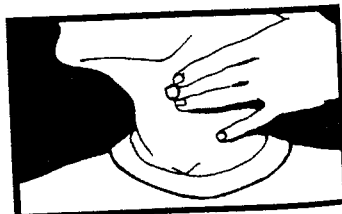
4

БИЕ ЛИ СЪРЦЕТО?



Премерване на пулса на китката

Сложете си пръстите леко върху предната част на китката, върху радиалната артерия, на около 1 см от страната на палеца.



Премерване на пулса на шията

Обърнете лицето на една страна. Плъзнете си пръстите от адамовата ябълка във вдлъбнатината от страни. Могат да се използват и други точки за измерване.

Нормален пулс

При спокойния възрастен индивид той е 60-80 удара в (средно 72), при малките деца е по-бърз, около 90-140 а в минута. Вълнението повишава пулса.

Не губете скъпоценно време - измерете пулса за 30 секунди и умножете по две. Използвайте часовник със секундарник, за да измерите прецизно времето, и запишете резултата.

АКО НЯМА ПУЛС

Ако не можете да усетите пулс и зениците на очите са по-големи от нормалното, започнете масаж на сърцето, като същото време не спирате с изкуственото дишане. Методите уста в уста и Силвестър позволяват да се извършват и двете дейности по едно и също време (46).

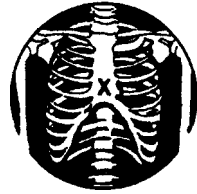
4а • МАСАЖ НА СЪРЦЕТО

Независимо от това кой метод на съживяване се използва, ако няма пулс и след 10-12 дишания не се вижда видимо подобрение в състоянието на пострадалия, трябва да се започне масаж на сърцето (външен сърдечен масаж).

НЯМА ВРЕМЕ ЗА ГУБЕНЕ!

Първо, поставете пострадалия върху твърда повърхност - обърнете го да легне върху земята с гърдите нагоре. Използвайки ръба на дланта, ударете здраво върху долната част на гръдната кост (централната кост между ребрата). Ударът може да накара сърцето да заработи. Ако все още няма пулс, продължете с масажа.

Коленичетe отстрани на пострадалия. Поставете основата на едната си длан върху долната половина на гръдната кост (стернума) - централната кост между ребрата. Уверете се, че дланта ви не е върху края или под гръдната кост. Поставете основата на другата длан върху първата. Дръжте останалата част на ръката ОТДЕЛЕНА от гърдите. С изпънати в лактите ръце се залюлейте напред и натиснете надолу 6-8 пъти след всяко на въздух в белите дробове на пострадалия.



При възрастните натискайте надолу на около 4 см. Повторете поне 60 пъти в минута. Натискайте равномерно и силно. Непостоянното и грубо натискане може да причини допълнително увреждане.

Бебетата и децата се нуждаят от по-слаб натиск и от повече натискания. При бебетата и малките деца лекият натиск с два пръста е достатъчен при темпо от 100 пъти в минута. При по-големите деца, до десет години, използвайте основата само на едната длан и натискайте 80-90 пъти в минута.

Проверявайте за разширяване на зениците и връщането на пулса във вратната артерия, което показва постигане на успех.

ВСЕ ОЩЕ МОЖЕ ДА ИМА НУЖДА ОТ ИЗКУСТВЕНО ДИШАНЕ.

46 ► ИД С МАСАЖ

Ако сте сами: Използвайте метода уста в уста (3) или Силвестър (3а) за съживяване, прилагайки последователно петнадесет натиска върху сърцето, последвани от две бързи напълвания с въздух на белите дробове.

Ако сте двама: Направете пет масажа на сърцето, последвани от едно дълбоко напълване на белите дробове с въздух. Повторете. Този, който прави изкуствено дишане, освен това трябва да търси и пулс върху шията и да наблюдава зениците.

След като дишането е възстановено, то трябва да се поддържа. Поставете пострадалия в позиция на възстановяване (ОСВЕН когато гръбнакът или вратът са наранени), което намалява опасността от течностите, които той може да повърне, докато се възстановява. Проверявайте редовно състоянието на пациента.

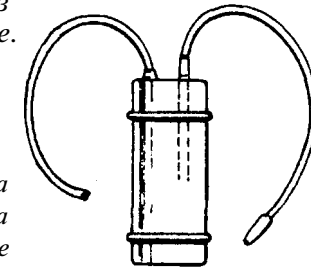
Ако имате, използвайте ИЗКУСТВЕН ВЪЗДУХОПРОВОД, за да държите въздушния път открит при хора, които са в безсъзнание.

ПРЕПОРЪЧИТЕЛНА ЕКИПИРОВКА

Изкуствен въздухопровод

Преди да го използвате, проверете въздушния път и на пациента, и на приспособлението..

Вкарайте изкуствения въздухопровод до 1/3 от дължината му с насочен към небцето край, след това го завъртете на 180°, за да се обърне надолу към гърлото. След като бъде поставен, пострадалият ще може да диша. Насъбралата се слюз може да предизвика кашляне и гъргоре. Изчистете я с екстрактор.



Екстрактор за слюзта

Поставен навътре, еднопосочната клапа на изкуствения въздухопровод позволява слюзта да бъде изсмукана, без да бъде преглътната. Вероятно подобен е бил използван и върху вас веднага след раждането ви! Ако не **Разполагате** с такъв, можете да използвате всяка тръба или **сламка** (за предпочитане стерилизирани), като внимавате вие да **НЕ** глътнете слюзта.

ОПАСНО КЪРВЕНЕ

Човек има средно около 6.25 литра циркулираща в тялото му кръв. Загубата на 0.5 литра причинява лека слабост, на 1 литър - слабост, с **увеличаване** на пулса и честотата на дишането, на 1.5 литра - припадане. Загубата на повече от 2.24 литра кръв може да доведе дори до смърт. Трябва да се предприемат незабавни мерки за спирането на кръвта. След като някой малък кръвоизлив е бил спрян обаче, количеството на кръвта бързо се възстановява от течността от тъканите - настъпилата в резултат от това слаба анемия не е от значение. Телесните течности трябва да се компенсират с приемането на вода, така че да бъде възстановен течният баланс.

ПРИОРИТЕТИ

Кръвта пренася животодаряващия кислород. Когато кръвотечението е съчетано със спиране на дишането, грижете се и за двете едновременно. Правете изкуствено дишане И спирайте кръвотечението.

Кръвотечението от вените и капилярите може да бъде спряно с обикновен натиск върху мястото на кръвене, с или без превръзка; а малките артериални кръвотечения също могат да бъдат контролирани с помощта на локален натиск. Крайниците с рани по тях трябва да се вдигнат над нивото на сърцето, без натискът върху тях да се прекратява.

Можете да използвате всичко, за да спрете кръвта - ръка, носна кърпа, риза, но **използвайте възможно най-чистата материя и я поставете бързо и здраво**. Съществува опасност от инфекция от нестерилни материали, но ако човекът кърви до смърт, няма време за тревога. Смъртта е по-сигурна при сериозно кръвотечение.

Поддържайте непрекъснат, стабилен натиск в продължение на 5-10 минути и ще спрете кръвенето. Трябва да устоите на

кушението да вдигнете и да погледнете. Ако кръвта се процежда през подложката, отгоре поставете друга.

Големите превръзки от попиващ хигроскопичен памук, известни в армията като превръзки-пашкул, са идеални за спиране на кръвотечението. Включете ги в медицинския си комплект.

Закрепете с помощта на лейкопласт и след това с още една превръзка отгоре, която ще държи неподвижна долната.

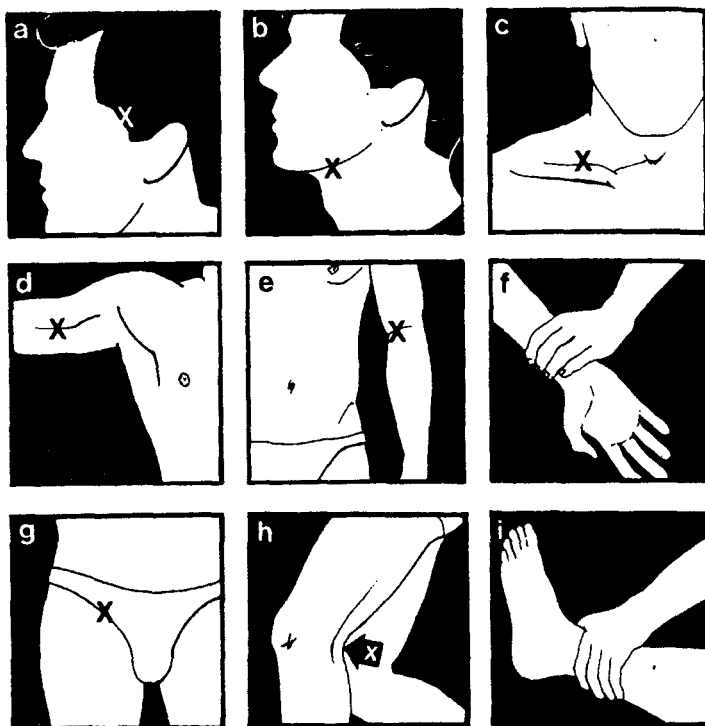
5а ►АРТЕРИАЛНО КРЪВОТЕЧЕНИЕ

Това е най-сериозното кръвотечение и при спирането му скоростта е от съществено значение. Кръвотечението от някоя артерия става на мощни, бързи избликвания, които са в синхрон с пулса. Временно може да бъде поставено под контрол чрез притискането на артерията в някоя кост, на местата където тя пресича костта, в точките за притискане.

Точки за притискане

Това са места, на които артериите се намират съвсем близо до повърхността над костите, така че могат да се притиснат в костта, преустановявайки притока ета кръв. Всяка от тях е ефикасна при изтичането на кръв от определена област. **Наблюдавайте раната. Ако изтичането на кръвта не намалее веднага, местете пръстите си, докато това стане.**

- **Слепоочие или скалп:** Напред и над ухото (a)
- **Лице под очите:** Отстрани на челюстта (b)
- **Рамо или мишница:** Над ключицата (c)
- **Лакът:** Долната страна на мишницата (d)
- **Предмишница:** Вътрешната страна на лакътя (e)
- **Ръка:** Вътрешната страна на китката (f)
- **Бедро:** Точката, намираща се по средата между слабините и горния край на бедрото (g)
- **Подбедрица:** Задната страна (сгъвката) на коляното (h)
- **Сгъвало:** Предната страна на глезена (i)



ЗАВЪРЗВАНЕ НА АРТЕРИИТЕ

Когато раните са големи и към тях не може да се приложат притискащите превръзки, там където достъпът е ограничен или крайникът е частично прерязан, намерете кървящата артерия и я завържете.

Това е рисковано, когато го прави нетрениран човек - артериите често са съпътствани от нервни окончания и включването им в прищипването или връзването може да доведе до трайна увреда, като например загуба на функцията на крайника.

Направете временен турникет, който да контролира кръвотечението, но може да се наложи да оставите кръвта да избликва, за да откриете артерията.

Стерилизирайте парче рибарска корда, конец или тънък канап, като го преварите или го накиснете в алкохол. Съдържанието на някоя бутилка с алкохол или шише с одеколон ще премахне бактериите. Чистотата е от съществено значение. **Преварете** всички превръзки. Изтъркайте грижливо ръцете си в **преварена** вода, използвайки сапун, ако имате такъв.

Изчистете раната със стерилизирана (преварена) вода и внимателно я проучете с чист пръст, за да локализирате прекъснатата артерия. Завържете я здраво със стерилизиран край. Това е единственият път, когато отворената рана се пипа.

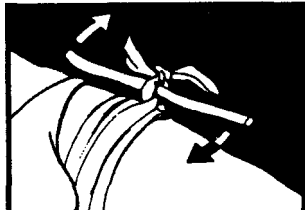
Ако артерията е напълно прекъсната, нейните краища може да са се отдръпнали, което ще направи по-трудно локализирането ѝ. Ако сте сигурни, че кървящият кръвоносен съд се намира в парче тъкан, тогава цялата област може да бъде защитена с голяма игла.

Внимателно отпуснете турникета веднага щом това стане възможно, за да разберете дали вашата работа е била успешна. Проверете дали няма повече от един основен кръвоносен съд, който кърви. Ако забележите увеличаване на кървенето, незабавно стегнете турникета и опитайте отново. Останалите помалки кръвоносни съдове ще осигурят достатъчно кръв, за да се поддържа животът на крайника.

НЕ забравяйте да махнете турникета.

ТУРНИКЕТИ

Има само две места, на които може да се постави турникет: **върху** мишницата, точно под **подмишницата**, и около бедрото. **За** предпочитане е да използвате парче плат, което е поне 5 см **широко**. Ако се налага да използвате нещо по-тясно (жица или **върв**), **ТРЯБВА** да я сложите върху сгънат плат, за да намалите **дискомфорта** и да избегнете увреждането на нервите и плътта.



Омотайте три пъти около крайника направите полувъзел. Поставете пръчк или някакъв подобен предмет върху полувъзела и над пръчката вържете две възел. Завъртете пръчката, стягайки превръзката, докато кръвотечението спре. Турникетът трябва да е достатъчно

стегнат, за да спре притока на кръв, но често да се отпуска, затова след слагането му, РАБОТЕТЕ БЪРЗО. Разхлабете го ИЗЦЯЛО, когато свършите работата.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Турникетът прекъсва кръвния поток и ако остане твърде дълго време, може да доведе до сериозни увреждания - дори и до загуба на крайника.

- Използвайте турникет САМО върху крайник. НИКОГА върху главата, врата или торса.
- **НИКОГА** не покривайте турникета. Ако трябва да оставите някой без надзор, върху челото на пострадалия с червило или фулмастер напишете времето на поставянето му.

ПРОВЕРЯВАЙТЕ ЦИРКУЛАЦИЯТА

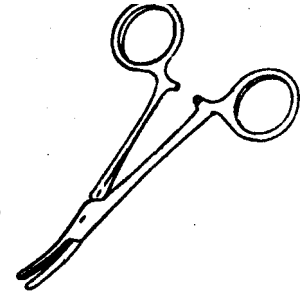
След превързването на крайника, проверявайте често дали пръстите на краката и ръцете не са посинели, студени, или вкочанени. Ако са, **разхлабете** превръзката. Ако не го направите, **МОЖЕ ДА СЕ РАЗВИЕ ГАНГРЕНА**, която вероятно ще доведе до загуба на крайника.

Поради същата причина **НЕ** използвайте турникет (освен когато шиете артериите). **Най-напред** опитайте директен натиск. След това използвайте точките за натиск, продължавайки да поддържате директния натиск върху раната. Ако раната е върху някой крайник, **дръжте** го повдигнат през цялото време.

ПРЕПОРЪЧИТЕЛНА ЕКИПИРОВКА

Хемостатичен инструмент

Този инструмент, подобен на плоски клещи, може да се прищипне кръвоносния съд, като по този начин се спре кръвния поток и се улесни връзването на кръвоносния съд. Хемостатичният инструмент има многобройни приложения и си струва да се включи в медицинския комплект. Той е идеален за държане на иглата, докато се шие - дори жилава кожа може да бъде защитена. **ИЗБЯГВАЙТЕ** да прищипвате нервите.



56 ► ПО-СЛАБО КРЪВОТЕЧЕНИЕ

Венозно кръвотечение

Кръвотечението от вена не е толкова драматично като артериалното кръвотечение. По-тъмната венозна кръв тече по-бавно. Има време да се избере най-добрата от наличните превръзки. Ако бликането на кръвта от някоя дълбока рана прави трудно точното локализиране на кръвоизлива, използвайте голяма подложка и приложете натиск върху колкото се може по-широка област. След десет минути вероятно ще можете да закрепите тази подложка на място - можете да използвате връзки или ивици, откъснати от дрехи, колкото са по-широки, толкова по-добре, така че да не се врязват в плътта на пострадалия.

Капилярно кръвотечение

Капилярите са малки кръвоносни съдове, при които кръвотечението ще спре от самосебе си. Не си губете времето с кръвотечението от капилярите, то не е нищо сериозно. **Най-напред** се заемете с основните неща и по-късно превържете.

5в • ВЪТРЕШЕН КРЪВОИЗЛИВ

Това сериозно състояние се среща често след силен удар тялото, счупени кости, куршум, дълбоко проникващи рани В началото може да не се усеща, че има вътрешно нараняване, може би само слабо натъртване под кожата. Пострадалият ще се чувства леко замаян, уморен и слаб, ще изглежда блед, със студена и влажна на пипане кожа и със слаб, но много бърз пулс.

Кървенето в тъканите настъпва при всички счупвания и натъртвания и едно счупено бедро може да доведе до загубата на повече от половин литър кръв от мястото на счупването.

СИМПТОМИ

Симптомите за вътрешно **кръвотечение**, които освен това са и показател за източника на кръвоизлива, включват:

- От бъбреците и пикочния мехур: червено или винено оцветяване на урината.
- От долните черва: кръв с фекалиите.
- От горните черва: частично смляната храна придава катраненочерен цвят на фекалиите.
- От стомаха: повръщане на кръв. Ако е светлочервена, е от пресен кръвоизлив. Ако е с цвета на зърна от кафе, е престояла известно време в стомаха.
- От белите дробове: кашляне на кръв, често под формата на червена пяна.

ЛЕЧЕНИЕ

Сложете пострадалия да легне на равно място с повдигнати крака, с което се улеснява работата на сърцето да изпомпва кръв към главата. Поддържайте пациента умерено затоплен, но не и прекалено затоплен - това би довело до отклоняването на кръвта към кожата. Сериозното вътрешно кървене може да настъпи в някой вътрешен орган, като например ако един от **бъбреците** черният дроб или далакът е бил увреден. Единственото лечение е медицинската помощ. Надявайте се на скорошна **евакуация**.

КЪРВЕНЕ НА НОСА

Лекувайте, като поставите пострадалия да седне с **изправен** гръб и с леко наведена напред глава и **прищипете** меката част на носа за пет минути. Накарайте пострадалия **да** диша през устата. Той не трябва да **подсмърча**. Разхлабете всички стегнати дрехи.

6

РАНИ И ПРЕВРЪЗКИ

Откритите рани са опасни винаги заради възможността от инфекция от бактерии. Най-важната от тях е *Tetanus bacillus*, която причинява заболяване от тетанус. Имунизацията против тетанус е разумна предпазна мярка за всеки човек и е много важна за хората, които се отправят на пътешествия.

Раните, предизвикани от стъкло, метал или изгаряния, обикновено са чисти рани. Всички чужди тела трябва да бъдат извадени. Обикновено това се прави от квалифицирани лекари, но в ситуация на оцеляване трябва да го извърши някой от вас. За тази цел най-добрите инструменти са стерилните хемостатични (кръвоспиращи) инструменти или пинсетите. Рана, която е била в контакт със земя или с мръсни дрехи, **ТРЯБВА** да бъде изчистена и **ЦЯЛАТА** мъртва плът да бъде отстранена.

Махнете дрехите от мястото на раната, изчистете наоколо **и** промийте раната, за да изчистите всички замърсявания. Чистете раната от центъра навън, **НЕ** я промивайте отвън навътре. Подсушете и сложете чиста превръзка. Обездвижете Раната в удобно положение.

Превръзките трябва да се сменят, ако се намократ, ако започнат да миришат лошо или ако болката в раната се усили и **тя** започне да пулсира, което говори за инфекция.

Локалната инфекция може да се третира чрез накусване в **гореща** солена вода или с поставяне на лапа. Лапата ще извлече **гноята**, която е спътник на инфекциите, и ще спомогне за **намаляване** на изпотяването. Всичко, което може да бъде

смачкано, може да се използва за лапа: ориз, картофи, корени настъргана кора на дърво и семена, всички те са подходящи. Глината също може да се използва. Сварете ги и ги увийте в плат. Сложете ги върху инфектираното място толкова горещи колкото можете да издържите - не рискувайте да попарите кожата си. Човешкото тяло притежава огромни способности за съпротива на инфекциите, ако му бъде осигурена подходяща почивка и хранене.

Топлината също подпомага лечението. Може да използвате затоплен камък, увит в плат или дреха.

САПУНЪТ Е АНТИСЕПТИК

Сапунът е отличен антисептик и е подходящ за промиване на рани. Използвайте преварена вода, за да и шие ръцете си, преди да се заемете с почистване на раната. Измийте раната с преварена вода, а ако не разполагате с такава, използвайте урина. Урината е стерилна течност и няма да предизвика инфекция. Освен това притежава и леко благоприятно въздействие поради пикочната киселина, която помага за изчистването на раната.

6а • ЗАШИВАНЕ НА РАНИ

Малките рани могат да се затворят чрез зашиване, ако не разполагате с инструменти, с които да го направите (кръво-спиращите инструменти и тук са много полезни). Препоръчва се за чисти срязвания, предизвикани от нож, при които има нужда от приближаване на срязаните ръбове един до друг, или за повърхностни наранявания, които пречат на храненето и дишането.

Най-напред почистете грижливо раната, след това я зашийте напречно или използвайте специалните хирургически скоби за зашиване на рани (от вашия медицински комплект), които могат да се използват без никакви специални умения. Някои примитивни народи използват огнената мравка за тази работа като я слагат върху раната, за да ухапе двата ѝ ръба, а след това

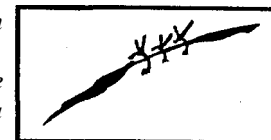
я **откъсват** главата, така че челюстите ѝ да държат раната затворена.

Ако раната се инфектира - зачервена, подута, напрегната - **махнете** част или всички шевове, за да позволите на гноята да изтече. Оставете я да изсъхне.

Шевове

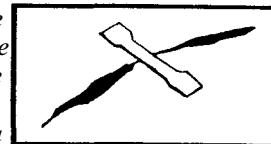
Със **стерилизирана игла и конец или черво** направете всеки шев отделно, започвайки от средата на раната.

Съберете ръбовете на раната и завържете конца, след това продължете по същия начин към периферията на раната.



Залепващи се скоби

Използвайте хирургически скоби или отрежете лейкопласт във формата на пионка. Съберете ръбовете на раната един до друг. Залепете лейкопласта от едната страна на раната, затворете я колкото се може по-плътно и залепете и другия край на лейкопласта.



6б ► ОТКРИТО ЛЕЧЕНИЕ

"Откритото лечение", покриване с превръзка, но без зашиване, е единственият безопасен начин за третиране на раните, с изключение на вече споменатите. Ако не можете да изчистите основно раната, тя трябва да се остави отворена, за да заздравее отвътре. Тя ще образува устойчива на инфекция тъкан, която ще разпознаете по нейната влажна, червена, зърниста повърхност - признак на оздравяване за всяка рана.

Независимо от предпазните мерки, които са взети, някаква **инфекция** винаги ще се появи. Може да се наложи дълбоките рани да бъдат дренирани и понякога може да е по-добре да се **твори** абсцесът (натрупване на гной) и да се вмъкне стерилен **ет** от рядка тъкан (марля) във формата на бинт или лента **ат**. Оставете краят да виси навън, за предпочитане с безопасна **а**. Оставете раната да се отцеди няколко дена. Ако отворите **отново** раната, стерилизирайте острието на скалпела или ножа,

за да предотвратите влизането на нови бактерии. Пакетът раната покрита, но ѝ позволява да се **оцежда**, докато **зараства** отвътре. Намалете пакета с напредването на заздравяването докато стане възможно да го махнете изцяло, и след това покрийте с превръзка.

• ГРЪДНИ РАНИ

Една от най-големите опасности при гръдните рани е, че ако гръдната кухина е пробита, въздухът се всмуква в раната с дишането на пациента. Това може да предизвика колапс на белите дробове. Поставете дланта си върху такива всмукващи рани, за да не позволите на въздуха да влиза през тях. Сложете пострадалия да легне, главата и раменете са подпрени наклонени към ранената страна. Тампонирайте с голяма, рядка, за предпочитане влажна превръзка или покрийте с найлоново парче или алуминиево фолио (за предпочитане намазано с петролно желе) и бинтовайте здраво.

• КОРЕМНИ РАНИ

Това са сериозни рани, поради опасността от увреждане на вътрешните органи и от вътрешен кръвоизлив. Не трябва да се дават течности или твърда храна. Жаждата трябва да се облекчава с помощта на влажно парче плат, с което да се мокрят устните и езикът на пострадалия. Ако се е показало черво, то трябва да се покрие и да се поддържа влажно. Не се опитвайте да го напъхвате обратно на мястото му (това ще усложни работата на хирурга след спасяването). Ако не се показват никакви органи, превържете и стегнете здраво.

• НАРАНЯВАНИЯ НА ГЛАВАТА

Нараняванията на главата поставят проблеми с евентуално засягане на мозъка, а раните могат да пречат на храненето и дишането. Проверете дали въздушният път е чист и дали езикът не е обърнат назад в гърлото. Махнете всякакви изкуствени ялсчупени зъби. Контролирайте кървенето. Пострадалият, който в съзнание, може да седне, но този, който е изпаднал в безсъзнание, трябва да бъде поставен в позиция на възстанов

ане, при положение че не са открити наранявания на врата или гръбначния стълб (виж 8а, Фрактура на черепа).

► АМПУТАЦИЯ

Ако човекът е заклещен за крайник в горящи останки или е изпаднал в някаква подобна ситуация, може да се наложи драстично действие, за да бъде измъкнат. Може да се наложи да замените крайник за живот, ако иначе човекът ще изгори и ще умре.

Времето е от критично значение, ако работите под напрежение и с нарастващ за вас самия и за пострадалия риск от огън или някаква друга опасност. Въпреки това обаче трябва да направите всичко, което е възможно да се направи.

Ако е заклещен някакъв крайник, отрежете го колкото се може по-близо до нараненото място, което вероятно означава, че трябва да срежете костта. Ще ви е необходим някакъв трион. Гъвкавият трион във вашия комплект за оцеляване си е хирургически инструмент и ще ви свърши работа. Ако не разполагате с трион или ампутацията се налага поради гангрена, режете в най-близката става.

Най-напред сложете турникет и бъдете готови да завържете артериите, когато те се покажат, или да използвате хемостатични инструменти, ако разполагате с тях.

Направете разрез в кожата и в подкожната тъкан. Дайте възможност на кожата да се отдръпне, след това срежете мускулите. Те също ще се дръпнат встрани, откривайки костта или ставата. Срежете костта или прережете ставата. Завържете артериите, ако не сте го направили вече, но оставете чукачето открито, за да се дренира. Направете лека превръзка, за да покриете мястото на ампутацията.

• ТРАВМАТИЧНА АМПУТАЦИЯ

Ако някой крайник е откъснат вследствие на злополука, кървенето ще е съвсем слабо. Нараненият мускул в стената на Ртерията получава спазъм и затваря артерията. Ще имате възможност да разгледате раната и да завържете всички, показали се на повърхността артерии.

ИЗПОЛЗВАНЕ НА АНТИСЕПТИЦИ

Ако разполагате с **антисептик**, използвайте го за порязванията и **ожулванията**. **НЕ** прилагайте антисептици при дълбоки рани. Те причиняват допълнително увреждане на тъканта. Почистете нараненото място с антисептик, но промийте раната с преварена вода.

ИЗГАРЯНИЯ

Изгарянията, които са често срещано поражение при самолетни катастрофи, причиняват силна болка и загуба на течности. Пострадалите са **СИЛНО** предразположени към шок и инфекция.

В зависимост от това каква област от тялото е изгорена, могат да се преценят шансовете за оцеляване. Изгаряния, които обхващат повече от 50% от тялото, обикновено са фатални, ако не разполагате с подходящата медицинска апаратура. Като приблизителен ориентир в това отношение могат да ви послужат следните данни относно засегнатата област:

Глава = 9%

Ръце = 9% всяка

Предна част на торса = 18%

Задна част на торса = 18%

Област на половите органи = 1%

Предна част на краката = 9% всеки

Задната част на краката = 9% всеки

Гасене на горящи дрехи

Жизнено важно е да изгасите горящите дрехи, без да раздухвате пламъците. Повечето хора инстинктивно ще тръгнат да бягат от опасното място, но като го направят, създаденото въздушно течение само ще разгори още повече пламъците. **Съборете пострадалия на земята и го овъргалайте**, покривайки го, ако е възможно, с одеяло, наметало или спален чувал. Ако се

лага, овъргалайте се върху пострадалия, за да изгасите пламъците (това са моментите, когато разбирате, кои са истинските ви приятели!). Свалете тлеещите дрехи от пострадалия и всички прилепнали дрехи, бижута и т.н., които могат да апочнат да го стягат, ако се появят отоци. От съществено значение е да свалите тлеещите дрехи веднага, защото те задържат топлина и могат да бъдат по-горещи от самите пламъци.

Снижаване на температурата

Намокрете изгорените места с вода, за да ги охладите. Най-добре е, ако можете да ги потопите в бавно течаща студена вода в продължение поне на 10 минути. Не си и помисляйте да използвате каквото и да е за облекчаване на изгарянията. Не трябва да използвате никакъв антисептик, масло, мазнина, свинска мас, вазелин, нито нещо подобно. Преодолейте импулса! Охлаждането трябва да продължи, докато престане да носи облекчение и изваждането от водата не води до увеличаване на болката.

След първоначалното охлаждане не правете нищо за изгорените места, освен да им слагате превръзки, колкото е възможно по-сухи и стерилни, за да предотвратите инфекцията. Между изгорените пръсти на ръцете и краката сложете превръзки, преди да ги превържете, за да не им позволите да залепнат един за друг.

По-късно можете да преварите кора от дървета с твърда дървесина, като дъб или бук. След като изстинат, могат да се поставят върху пострадалите места, за да успокоят изгорената плът.

Давайте течности

Трябва да давате течности, за да заместите изгубените. Давайте често малко количество студени напитки. Ако е възможно, прибавяйте по половин чаена лъжичка сол или още по-добре - щипка сода бикарбонат към половин литър вода. Ако не разполагате със сол, давайте на пострадалия да пие малки количества сварена животинска кръв.

ВИДОВЕ ИЗГАРЯНИЯ

Дълбоките изгаряния на външен вид са бели или овъглени като е възможно да се виждат мускулът и костта. Като акт на милосърдие от страна на природата тези изгаряния са безболезнени, тъй като са унищожени нервните окончания. Повърхностните изгаряния са много болезнени и ако се простират на голяма повърхност, загубата на течности може да доведе до изпадане в шоково състояние, което е по-силно дори и от това при дълбоките изгаряния. Кожата ще се покрие с мехури, но тези мехури НИКОГА не трябва да бъдат пукани нарочно. Ако има изгаряния около лицето и шията, уверете се, че въздушният път е чист.

• ПОПАРВАНИЯ

Попарванията са мокри изгаряния, причинени от горещи течности - вода, пара, масло или дори лапа, които се третираят като сухите изгаряния.

• ИЗГАРЯНИЯ НА УСТАТА И ГЪРЛОТО

Възможни са вследствие от вдишването на пламък или горещи газове, пиене по невнимание от много горещ съд или поемане на много горещи течности или разяждащи химикали. Дайте няколко глътки студена вода, за да охладите. Подуването в гърлото може да наруши дишането и да се наложи правенето на изкуствено дишане.

► ИЗГАРЯНИЯ НА ОЧИТЕ

Цвъртяща мазнина или разяждащи химикали могат да изгорят очната ябълка. Дръжте клепачите разтворени и я облейте обилно с вода, за да измиете химикалите. Наведете главата така, че химикалите да не се отмият в устата или носа или в другото око, ако е засегнато само едното.

• ХИМИЧЕСКИ ИЗГАРЯНИЯ

Използвайте големи количества вода, за да разределите и отмиете химикалите. Махнете дрехите, които могат да задържат корозивните субстанции. Не се опитвайте да неутрализирате

киселината с основа и обратното, защото химическата реакция де доведе до още по-голяма топлина. Продължете да третирате като при топлинното изгаряне.

• ИЗГАРЯНИЯ ОТ ТОК И СЕТКАВИЦИ

Проверете дишането. Третирайте като топлинните изгаряния. Не поемайте рискове, ако токът продължава да тече (виж 1).

ИЗГАРЯНИЯ И ШОК

Всички изгаряния, с изключение на повърхностните и предизвиканите от ток, е много вероятно да доведат до изпадане в шок, като неговата сила зависи от количеството плазмена течност, което е изгубено. Заливането със студена вода в случаите с външни изгаряния може да задълбочи шока, но опасността от това трябва да се прецени на фона на значителното намаляване на увреждането на тъканта. Продължавайте да охлаждайте поне 10 минути.

О ФРАКТУРИ

Катастрофите могат да доведат до навяхвания и натъртвания, до счупени ръце и крака и до фрактури на гръбнака. Счупените кости трябва да се прегледат внимателно още в началото, преди подуването да затрудни огледа. Винаги гледайте, преди да пипате и местите ранения човек. Най-напред обаче се погрижете да възстановите дишането и да спрете кръвотеченията и не се стремете да наместите счупените кости в критична ситуация, когато има други пострадали, грижата за чиито наранявания не търпи отлагане. Ако е възможно, обездвижете, преди да ги преместите, и довършете лечението по-късно.

Има два вида фрактури: открити и закрити. При откритата фрактура костта може да се е показала през кожата или да има ран която стига до фрактурата. При тези фрактури инфекцията да получи директен достъп до костта и те трябва да се

566

Джон Уайзман

третира много внимателно. Ако вследствие от фрактурата крайникът е видимо изкривен, той трябва да се изправи, преди да бъде поставена шина. Ще бъде болезнено. Ако пострадалият е в безсъзнание, направете го веднага.

Фрактури, които нито са пробии кожата, нито са изложени на въздух, са известни като закрити фрактури.

СИМПТОМИ

- Болка, обикновено силна, влошаваща се при опит за раздвижване на наранената част.
- Болезненост и при най-слабия натиск.
- Подуване (причинено от загубата на кръв в тъканите), което по-късно изглежда потъмняло и натъртено.
- Деформираност: видимо скъсяване на крайника, неравност, видима или при пипане, неестествено движение, опуснати и люлеещи се крайници - сравнете предполагаемата област на счупване с незасегнатата противоположна страна.
- Стържещ звук при движение на крайниците (НЕ движете крайниците, само за да проверите дали издават подобен звук).

Сравнете пострадалия със здравия крайник.

НАМЕСТВАНЕ

Ако очаквате лекарска помощ, обездвижете счупените кости и ги оставете, докато за тях се погрижи специалист, но ако не очаквате лекар, "наместете" ги веднага щом това стане възможно, преди настъпването на болезнения мускулен спазъм.

Използвайте опъване (бавно, силно опъване, но не дърпане), докато стърчащите краища на счупената кост застанат в една линия. Сравнете с другия крайник. След това сложете шини и обездвижете, продължавайки да опъвате, за да не се разместят отново. Сега ви е необходима шина, която може да се ^{направ} от всякакъв материал - щеки, клони, корабни греди, парчет отломки, плаващи дървета, навити на руло вестници и други.

Забележка: Отделете твърдата шина от кожата с подложки, можете да използвате мъх за тази цел, защото и могат да възникнат възпаления, вследствие от притискане

8a ► ОБЕЗДВИЖВАНЕ

Обездвижете целия крайник. Използвайте превръзки през рамото, за да поддържате в свито положение счупената ръка. Ако не разполагате с шини или с цел повишаване степента на обездвижване, пристегнете болния крайник към здравия или към тялото. Вмъкнете меки подложки във всички естествени кухини, за да държите крайника в необходимото положение. Завържете здраво над и под фрактурата и под най-близките стави. Вържете с материал, с който разполагате. Разположете всички възли от едната страна, осигурявайки си лесен достъп, и използвайте рифови възли или рифови панделки.

ПЕРИОДИЧНО ПРОВЕРЯВАЙТЕ ЦИРКУЛАЦИЯТА НА КРЪВТА.

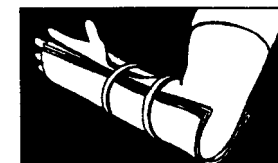
Материали за превръзки през рамото

Триъгълните превръзки са превъзходни за правене на превръзки през рамото (виж: 11, *Превързваме*), но презраменните превръзки могат да се импровизират и от парчета плат, колани и т.н., както се вижда от илюстрациите. НЕ връзвайте презраменните превръзки директно върху раната и не позволявайте на възлите да притискат крайника.

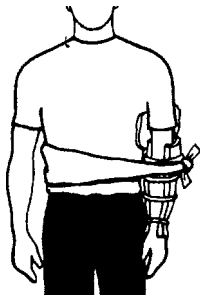
ПРОВЕРЯВАЙТЕ ЦИРКУЛАЦИЯТА НА КРЪВТА.

- Фрактура на ръката под лакътя
- Фрактура на дланта или пръстите

Поставете превръзка през рамото (в този случай тениска с дълги ръкави) между ръката и тялото. Обездвижете от лакътя до средата на пръстите с шина с подложки. Прекарайте единият ръкав на тениската зад главата и го вържете за другия върху срещуположната на счупения крайник страна на тялото. Вържете под лакътя, за да спрете плъзгането.



- **Фрактура в лакътя**



Ако лакътят е свит: Закрепете го с тясна превръзка през рамо. Вържете около мишницата и гърдите, за да не позволите на ръката да се движи. Проверете пулса, за да сте сигурни, че не сте притиснали някоя артерия. Ако няма пулс, опитайте се да изправите малко ръката, за да видите дали той ще се появи отново. Ако няма пулс, е необходима спешна медицинска помощ.

Ако лакътят е прав: Не го свивайте. Поставете подложка в подмишницата и вържете ръката към тялото или сложете шини с подплънки от двете страни на ръката.

- **Фрактура на мишницата**

Поставете подложка в мишницата. Сложете шина от рамото до лакътя от външната страна на ръката. Тясна превръзка през рамо около китката.



- **Фрактура на лопатката**

- **Фрактура на ключицата**

Направете превръзка през рамото, за да облекчи от тежестта счупеното място. Обездвижете с превръзка през ръката и тялото.



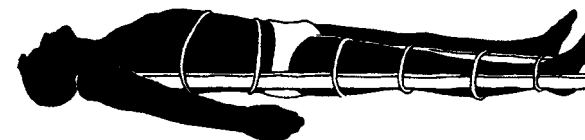
ВНИМАНИЕ

ПРОВЕРЯВАЙТЕ периодично дали кръвообращението не е затруднено. Посинели или пепеляви пръсти на ръцете и краката са опасно предупреждение, че превръзките са прекаленостегнати.

За всички фрактури на бедрото или подбедрицата трябва да се правят превръзки-осморки, които вързват стъпалата и глезените и на двата крака. По този начин се пречи на въртенето около оста и свиването на крайниците.

- **Фрактура на хълбока или бедрото**

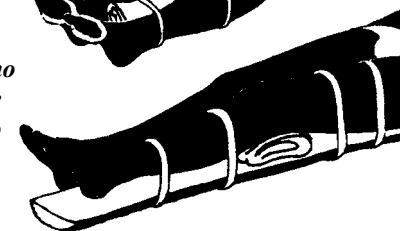
Поставете шина от вътрешната страна на крака и друга от глезена до подмишницата. Използвайте пръчка, за да пхнете превръзки в празнините между шините и болния крак.



Ако не разполагате с шини, поставете подложка между двата крака (сгънато одеяло е идеално за целта) и вържете към здравия крак.



► **Фрактура на коляното**
Кракът е изпънат: сложете под крака. На коляното студен компрес (ако е възможно лед).



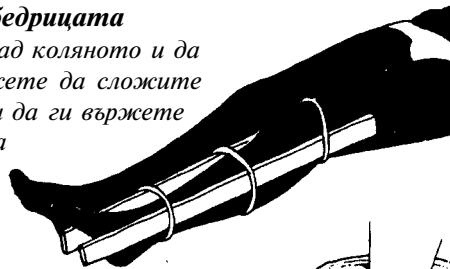
Кракът е свит и вие не можете да го изправите: съберете краката един до друг, поставете подложки между сците и бедрата и вържете места.



Всичко това е само временна мярка, до оказването на ^{подходяща} медицинска помощ. Ако оказването на помощ е изключено, ^{кракът} трябва да се изправи колкото е възможно повече.

► Фрактура на подбедрицата

Шината трябва да започва над коляното и да излиза извън стъпалото; можете да сложите и подложка между краката и да ги вържете един за друг (виж: Фрактура на хълбоците).



• Фрактура на глезена или стъпалото

Обикновено не се поставя шина. Повдигнете стъпалото, за да намалите подуването. Обездвижете с възглавница или одеяло, сгънати около глезена и под стъпалото, превързани на две места около глезена и на едно място около стъпалото.

Друг вариант: ако няма рана, не събувайте обувката или ботушите, за да осигурите стабилност. НЕ позволявайте на пострадалия да поставя тежестта си върху стъпалото.



• Фрактура на таза

Симптомите включват болка в слабините или долната част на корема. Сложете подложка между бедрата. Вържете около коленете и глезените. Поставете възглавница под свитите крака и вържете за плоска опора (врата, плот на маса, носилка) в раменете, кръста и глезените.



ИЛИ

Поставете подложка между краката. Вържете около стъпалата, коленете и с две застѣпващи се превръзки около



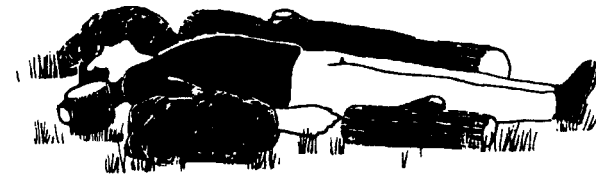
• Фрактура на черепа

Кръв или сламено жълта течност, просмукваща се от очите носа, може да е индикатор за фрактура на черепа. Сложете пострадалия в позиция на възстановяване, като счупеното е надолу към земята. Оставете течността да изтича - превързването или запушването на счупеното място може да доведе до натрупването ѝ в черепа и притискането на мозъка.

Следете внимателно за дишането на пострадалия. Обездвижете го напълно и му създайте всички удобства.

• Фрактура на гръбнака

Може винаги да се предполага, когато пострадалият се оплаква от болка в гърба или врата, с възможна загуба на чувствителността в долните крайници. Направете тест за "усещане", докосвайки леко крайника. Накарайте пострадалия да си мърда пръстите на ръцете и краката. **Предупредете го да лежи неподвижен.** Ако се очаква пристигането на медицинска помощ и районът е безопасен, обездвижете го, като поставите меки, но стабилни предмети, като багаж или камъни с подложки, за да не позволите на главата и тялото да се мърдат.



• Фрактура на врата

Ако предполагате фрактура на врата, **МНОГО Е ВАЖНО** Да го обездвижите с яка за шията (иммобилизационна яка) или Да поставите торбичка с пръст или с нещо подобно от всяка страна на врата, за да го обездвижите.

Когато раменете и тазът на пострадалия са здраво вързани, поставете подложки от някакъв материал между бедрата, коленете и глезените. Вържете глезените и стъпалата едни за други с превръзка-осмица. Около коленете и бедрата поставете широки превръзки. Дръжте пострадалия напълно обездвижен се надявайте на скорошно спасение.

• Яка за шията

Направете я от навит вестник, навит пешкир, автомобилно килимче и т.н. Сгънете до получаването на ширина от около 10-14 см, това е разстоянието от върха на гърдната кост до челюстта. Подвийте краищата ѝ, за да направите по-тясна отзад, отколкото отпред. Увийте я около врата, като застъпите двата ѝ края. Вържете я с колан или връв.



9

НАВЯХВАНИЯ/РАЗМЕСТВАНИЯ

НАВЯХВАНИЯ

Навяхването се случва в ставата и се причинява от извиване или разкъсване на тъканите, свързани със ставата. Симптомите са болка, подуване, а по-късно и поява на натъртвания. Ако не знаете дали става въпрос за навяхване, или за счупване, третирайте го като счупване.

Навяхванията се установяват най-добре с пълната гама от движения, но НЕ подлагайте навехнатото на прекалено голямо напрежение, което може да доведе до дълготрайно увреждане. Полейте навехнатото със студена вода, за да намалите отока. Поддържайте го с превръзка, с креп, ако е възможно (той не трябва да стяга). Вдигнете засегнатия крайник и стойте абсолютно неподвижни.

Ако си навехнете глезена и се налага да продължите да вървите, не си събувайте обувката. Ако я събуете, подуването няма да ви позволи да я обуете отново. Оставете я върху крака, обувката действа като шина.

РАЗМЕСТВАНИЯ

Разместванията обикновено се причиняват от падания, удар или внезапна сила, приложена към някоя става, която я разкъсва. Има болка и очевидна деформация, като често единият край костта може ясно да се усети под кожата. Няма стържеш звук, защото обикновено краищата на костите не са увредени.

Мускулните спазми "фиксира" костта неподвижно, което прави наместването ѝ много болезнено. Раменете са особено податливи на разместване.

• Разместено рамо

Събуйте си обувката и поставете стъпалото си в подмишницата на пострадалия. Дръпнете ръката.

Един друг, по-опасен метод, е да свиете лакътя под прав ъгъл и да го използвате като лост.

Поддържайте ръката с превръзка през рамото и я обездвижете с превръзка пред гърдите; да остане в пълен покой.

• Разместен пръст

Наместването става с дърпане на пръста и с внимателното му отпускане след това, така че костта да се плъзне обратно на мястото си. Добре е, ако някой друг държи китката на пострадалия.

Опитайте този метод, само че много внимателно, и с палеца. Ако не постигнете успех още от първия път с палеца, по-добре вече не го пипайте или ще го повредите още повече.

• Разместена челюст

Обикновено е резултат от удар, макар че понякога е следствие и от прозяване!

Поставете подложка от плат върху долните зъби от двете страни. След като поставите главата на пострадалия да легне върху твърда опора, натиснете надолу върху тези подложки с палците, като едновременно с това въртите засегнатата страна на челюстта назад и нагоре с помощта на пръстите си. Тя ще се намести с щракване.

Направете превръзка около главата и под челюстта и я оставете така две седмици. Давайте мека храна.

ШОК

може да убие. Предотвратяването и лекуването му да бъде основна цел на първата помощ.

Симптомите за всички видове шок са:

- Състояние на колапс;
- Извънредна бледност;
- Студена изпотена кожа;
- Слаб, но бърз пулс;
- Възбуждане и страх.

Нервна система: Този първоначален шок довежда до силно забавяне пулса на сърцето с падане на кръвното налягане. При сериозни наранявания той може да спре сърцето. Главните причини са болката и извънредната нервна стимулация.

Шок от загуба на **кръв**: Шокът може да настъпи със закъснение от няколко минути до няколко часа след някое раняване. Той се причинява от загуба на кръв, изгаряния, коремни рани и продължителна значителна загуба на телесна течност, дължаща се на повръщане или диария. Отравянето на кръвта, причинено от рани и инфекции, довежда до друг вид шок.

ЛЕЧЕНИЕ

Поставете пострадалия да легне и повдигнете краката му. Разхлабете стегнатите или ограничаващи го дрехи около врата, гърдите и корема. Да остане в покой и да му се вдъхне спокойствие.

НЕ давайте течности. Поддържайте топлината на тялото, но не добавяйте топлина - затоплянето на повърхността на тялото ще изтегли кръвта от вътрешните органи, които се нуждаят в по-голяма степен от нея.

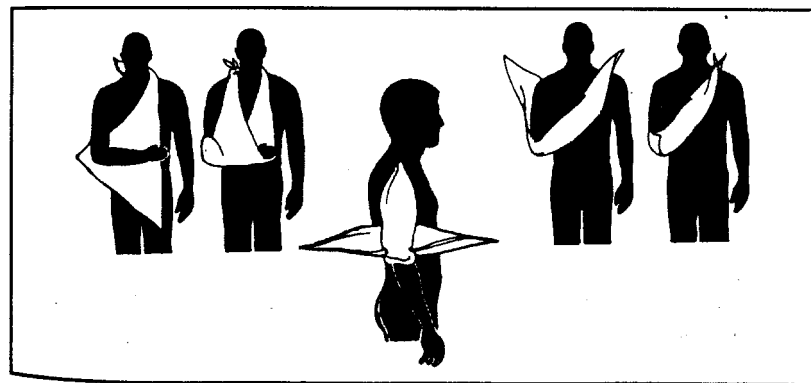
При лечение на шока вашето отношение и действия са много важни. Ако изглеждате спокойни и сте поели отговорността за ситуацията, пострадалият ще чувства, че за него се полагат грижи, и ще реагира. Ако можете, останете с него, не го оставяйте сам. От полза ще е да държите ръцете му, за да го успокоявате и да му вдъхвате увереност, и от време на време да бършете челото му с мокра кърпа.

до него, за да направите изкуствено дишане **и на сърцето**, ако дишането на пострадалия или **сърцето спре**. Лекувайте всички наранявания **и облекчавайте болката с хапчета**, ако имате **подръка**. Доста време може да е необходимо, за да отмине шока. **НЕ се движете**, когато това не се налага, **и насърчавайте болния да стои неподвижен**.

ПОСТАВЯНЕ НА БАНДАЖ

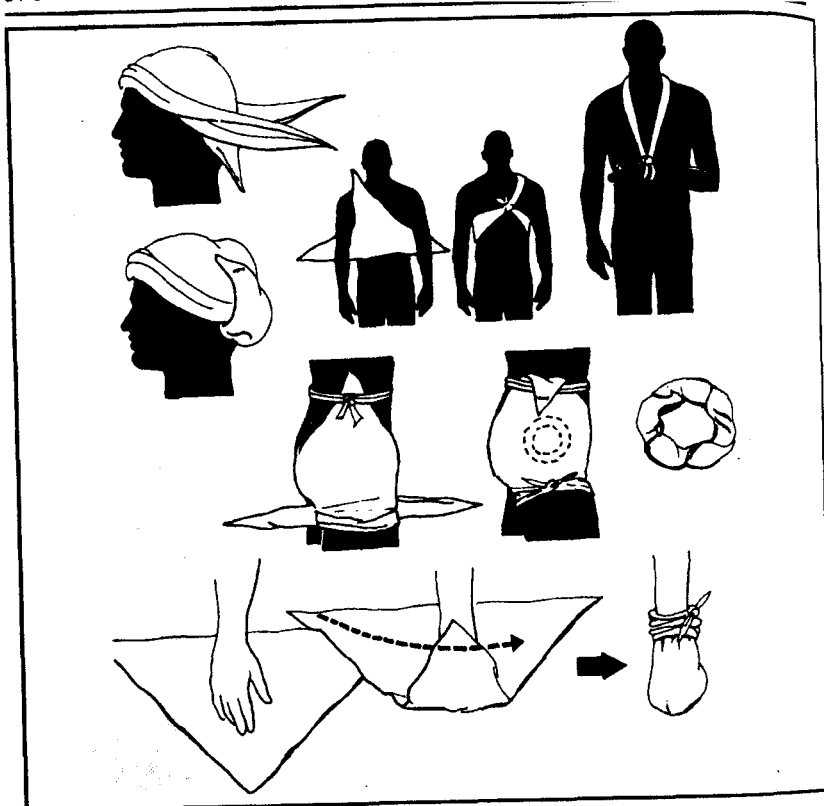
• Триъгълен бандаж

Един триъгълен бандаж, късите страни на който са не по-малко от метър, е многофункционална превръзка. Използвайте го като превръзка през врата или го сгънете, за да оформите най-различни бандажи и опори.



• Навити и импровизирани бандажи

Навитите бандажи обикновено са от тъкана марля, но онези от **креп** (който се разтяга) са по-лесни за използване, по-слаба е **вероятността** да се разхлабят и натискът от тях е по-равномерен. **лей** копластът може да е полезен за закрепване на превръзките местата, които са трудни за превързване. Някои хора са **гични** към тях, като в този случай използвайте самозалепва-се лента за закрепване на бандаж към бандаж.



За импровизиране на бандажи и опори могат да се използват всякакъв вид материали и особено дрехи, но те **никога** не трябва да упражняват по-голям натиск, отколкото е необходимо, нито да се врязват в плътта.

Превръзки

Превръзката обикновено се състои от подложка от памук, покрита с марля и закрепена към бандаж или към лейкопласт. Обвита в стерилна опаковка. Сложете я, без да се докосвате до подложката на превръзката. Импровизирайте превръзки от чистия материал, с който разполагате. Не използвайте директно върху откритата рана. Ще залепне за повърхността. Сменяйте превръзките, когато се овлажнят, започнат да мир или пулсирането на раната показва инфекция.

ЕЛЕМЕНТАРНИ БАНДАЖИ

Бандажите трябва да се поставят достатъчно стегнато, за да не се плъзгат, но НЕ толкова стегнато, че да пречат на кръвообращението или да предизвикват болка. Дори и при импровизираните бандажи ще установите, че слагането им е лесно, ако ги навие, за да започнете да ги поставяте. Развиването на бандажа, докато го слагате, ще ви помогне да го поставите равномерно и гладко.

Винаги започвайте поставянето на бандажа със стегната, коса намотка, за да го закрепите. Всяка намотка трябва да застъпва предишната на две трети, като ръбовете им са успоредни. Пъхнете краищата на превръзката под последната намотка и хванете с безопасна игла или с лейкопласт или разделете края на превръзката, обърнете разцепените краища в противоположни посоки и ги завържете с рифов възел на известно разстояние от раната.

- **Ръка:** Започнете от китката. Прекарайте превръзката над горната страна на дланта, около пръстите (точно под ноктите), през дланта и около китката. Правете го, докато покриете ръката и превръзката стане надеждна.
- **Стъпало:** Започнете с глезена, за да предотвратите изплъзването. Придържайте се към техниката за бинтоване на ръката.
- **Лакът или коляно:** Започнете с намотка около ставата, след това продължете последователно над и под нея.
- **Мишница или крак:** Сложете превръзката във формата на спираловидна осмица. Ако бинтоването започне над коляното или лакътя, просто продължете нагоре по същия начин.

ПОМНЕТЕ

Не съединявайте превръзките с възли. Ако се налага да отделни парчета, навийте новото парче върху поставеното, за да го задържи на мястото му.

- Винаги връзвайте възела или **фльонгата** на края на превръзката върху ненаранената страна или **ненаранения** крайник, иначе пострадалият ще има неприятни усещания
- Използвайте рифови възли или **фльонги**, които лесно се развързват. Поставете възлите или връзките от външната страна, така че да можете лесно да ги достигате, когато махате или сменяте превръзките.
- Редовно проверявайте дали превръзките не са прекалено стегнати. Следете за всеки признак на посиняване на крайниците, който ще показва затруднено кръвообращение.
- Прекарвайте превръзките под пострадалия, използвайки естествените вдлъбнатини на тялото: врат, кръст, таз, колене.

12

ДРЕБНИНЕРАЗПОЛОЖЕНИЯ

В ситуация на оцеляване дори и най-дребното неразположение НЕ трябва да се пренебрегва. Дребните проблеми стават по-големи, ако не ги решавате навреме. Всяко нещо, което подлага тялото на напрежение, ще затрудни справянето ви с останалите проблеми и стресове.

НЕ се изкушавайте да се справите с мазолите или втвърдените места като ги отрежете. Рискувате да отворите канал за инфекция, която може да бъде много по-лоша от мазола.

Пришки

Обикновено това е проблем при стъпалата, въпреки че ръцете, които не са свикнали да боравят с различните сечива, необходими в ситуацията на оцеляване, също могат да се покриват с мехури. Намалете опасността, като носите ръкавици или превръзки върху ръцете. Избирайте внимателно држките и сечивата и обувките, които трябва да са ви по мярка! Обувките, които ви убиват, могат да ви смъкнат кожата. Направете ги удобни, като ги накиснете във вода и след това ги натриете с мазнина, за да омекнат.

Една от основните причини за излизането на мехур Този краката са чорапите, които са се смъкнали и нагънали-

проблем много често възниква след газенето във вода. Опънете ги ако е необходимо, ги вържете за върха на обувките. За предпочитане е да се носят два чифта чорапи - един вътрешен от изкуствена материя, до кожата, и един външен, от вълна. Това не им позволява да се смъкват.

Лечение: Измийте мястото на мехура. Стерилизирайте игла. Пробийте мехура близо до ръба му. Внимателно изстискайте навън течността. Покрийте с плат и лейкопласт или бинтовайте.

Предмети в окото

Най-напред проверете очната ябълка и долния клепач, издърпвайки го надолу, за да разгледате вътрешната повърхност (накарайте пострадалия да гледа нагоре). Отстранете всяко чуждо тяло с навлажнения край на парче плат.

Ако там не забележите нищо и проблемът е под горния клепач, може би ще успеете да махнете чуждото тяло, като издърпате клепача върху долните мигли и ги оставите те да го изчистят. Ако това не реши проблема, хванете миглите на горния клепач между палеца и показалеца и издърпайте клепача нагоре. Ако го правите за някой друг, по-добре ще бъде, ако върху клепача поставите кибритена клечка или някоя вейка и го навиете назад върху нея. Накарайте пострадалия да гледа надолу. Проверете и двете очи и долната страна на клепача. Почистете с навлажнен ъгъл на кърпа, с чиста четчица за рисуване или дори с перо. Ако правите това на себе си, гледайте в огледало, а не се опитвайте. Да действате чрез пипане.

Болка в ушите

Ако не се дължи на инфекция, обикновено е резултат от натиска на ушната кал върху **тъпанчето** и може да е непоносима. **атоплете** няколко капки от каквото и да е масло, годно за **нсумация**, капнете ги в ухото и запушете с памук. Топлината **ма** по себе си ще донесе облекчение, а маслото ще размекне **ушната** кал.

Зъбобол и загуба на зъби

Обикновено предизвикана от дупка в зъба или от падането **омба**, оголваща нерва, болката в зъба е проблем, с който

вие можете да се справите напълно задоволително в ситуация на оцеляване.

Лекувайте със запушване на дупката, за да покриете пер и болката ще спадне. Смолата от бор или някое подобно дърво ще помогне. Направете разрез върху ствола и смолата ще започне да сълзи. Напоете малко памук с тази смола и снего запушете дупката.

Ако в някоя катастрофа се окажете с избит зъб, поставете подложка плат върху празната кухня и го натиснете върху нея като го стиснете с челюсти, за да спрете кръвенето.

Грижете се за зъбите си. Използвайте разцепено меко дърво за да ги почиствате. Откъснете вътрешната сърцевина на парашутното въже, за да го използвате като конец за чистене на зъби.

БОЛКОУСПОКОЯВАЩИ

Морфин

Морфинът е стандартно приетият аналгетик, който се носи като част от медицинския комплект на корабите, самолетите и от войската. Много мощно болкоуспокояващо, обикновено давано с инжекция, той е превъзходен за пострадали, изпитващи непоносима болка, и за намаляване на ефекта от шока, но не има няколко странични ефекта.

Потиска дишането и същност може да го преустанови напълно. Причинява повръщане. Затова НЕ трябва да на хора, които има вероятност вече да са засегнати по МГ.

Морфинът се опакова в ампули от 10-15 мг. Из фиксирана и той може да се самоинжектира. Из големия мускул. Ако сами си правите инжекция, в горната четвърт на бедрото. Ако го инжектирате на горната странична повърхност на буталето.

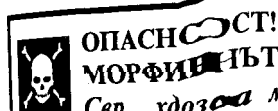
ИЗПОЛЗВАЙТЕ МОРФИНА ПРИ:

- Фрактури;
- Ампутации;

- Сериозни изгаряния с перфорация на предната стена, причинени
- Коремни рани върху предмет.
- от някакъв остър предмет.

ДАВАЙТЕ МОРФИН НА:

- ДАВАЙТЕ МОРФИН НА:
 - с
 - гърдите;
 - Жертви на ухапвания от змии (змийската отрова засяга дихателната система);
 - Деца или ранени жени;
 - Пострадали, които са изгубили голямо количество кръв;
 - Хора със смразени тела и предполагаеми вътрешни увреждания



МОРФИНЪТ МОЖЕ ДА ПРИЧИНИ СМЪРТ
 Свръхдоза морфина убие. НЕ повтаряйте дозата поне три часа. След като сте го инжектирали на пострадалия, запишете дозата и часа, за предпочитане върху челото на пациента, и забодете празната игла на матаму.

Таблетки

Те са алтернатива на морфина. Действат по-бавно, но могат да се използват, когато не разполагате с морфин и когато става въпрос за коремни рани, например. Поставят се под езика и не трябва да се дъвчат или гълтат. Дайте една таблетка при умерена болка, две, когато болката е силна, но не повече от 4 на ден. Избягвайте сънливост и халюцинации. НЕ давайте на жени.

за слаба болка
 и парацетамолът са най-добрите лекарства за
 е на общоболкови симптоми. Аспиринът помага
 а оладяване на температурата при грипните
 Е давайте аспирин на хора със слаб стомах, язва

вие можете да се справите напълно задоволително в ситуация на оцеляване.

Лекувайте със запущване на дупката, за да покриете нерва и болката ще спадне. Смолата от бор или някое подобно дърво ще помогне. Направете разрез върху ствола и смолата ще започне да сълзи. Напоете малко памук с тази смола и с него запустете дупката.

Ако в някоя катастрофа се окажете с избит зъб, поставете подложка плат върху празната кухина и го натиснете върху нея като го стиснете с челюсти, за да спрете кървенето.

Грижете се за зъбите си. Използвайте разцепено меко дърво, за да ги почиствате. Откъснете вътрешната сърцевина на парашутното въже, за да го използвате като конец за чистене на зъби.

БОЛКОУСПОКОЯВАЩИ

Морфин

Морфинът е стандартно приетият аналгетик, който се носи като част от медицинския комплект на корабите, самолетите и от войската. Много мощно болкоуспокояващо, обикновено давано с инжекция, той е превъзходен за пострадали, изпитващи непоносима болка, и за намаляване на ефекта от шока, но той има няколко странични ефекта.

Потиска дишането и всъщност може да го преустанови напълно. Причинява повръщане. Затова НЕ трябва да се дава на хора, които има вероятност вече да са засегнати по този начин.

Морфинът се опакова в ампули от 10-15 мг. Иглата е фиксирана и той може да се самоинжектира. Изберете най-големия мускул. Ако сами си правите инжекцията, това да е горната четвърт на бедрото. Ако го инжектирате на друг човек, горната странична повърхност на бутоните.

ИЗПОЛЗВАЙТЕ МОРФИНА ПРИ:

- Фрактури;
- Ампутации;

► Сериозни изгаряния;

► Коремни рани с перфорация на предната стена, причинени от някакъв остър предмет.

НЕ ДАВАЙТЕ МОРФИН НА:

- Хора с дихателни затруднения при рани върху главата и гърдите;
- Жертви на ухапвания от змии (змийската отрова засяга дихателната система);
- Деца или бременни жени;
- Пострадали, които са изгубили голямо количество кръв;
- Хора със смазани тела и предполагаеми вътрешни увреждания.



ОПАСНОСТ!

МОРФИНЪТ МОЖЕ ДА ПРИЧИНИ СМЪРТ

Свърхдоза морфин ще убие. НЕ повтаряйте дозата поне три часа. След като сте го инжектирали на пострадалия, запишете дозата и часа, за предпочитане върху челото на пациента, и забодете празната игла на яката му.

Таблетки темгесик

Те са алтернатива на морфина. Действат по-бавно, но могат да се използват, когато не разполагате с морфин и когато става въпрос за коремни рани, например. Поставете се под езика и не трябва да се дъвчат или гълтат. Дайте една таблетка при умерена болка; две, когато болката е силна, но не повече от 4 на ден. Може да предизвикат сънливост и халюцинации. НЕ давайте на деца или бременни жени.

Хапчета за слаба болка

Аспиринът и парацетамолът са най-добрите лекарства за лекчаване на общи болкови симптоми. Аспиринът помага за овладяване на температурата при грипните олявания. НЕ давайте аспирин на хора със слаб стомах, язва

на стомаха и т.н. - той може да предизвика възпаление и ^{кървене} от лигавицата на стомаха.

ПРЕНАСЯНЕ НА РАНЕНИЯ

Всеки, който е с рани на гръбначния стълб или долните крайници, трябва да бъде носен на носилка, ако е възможно.

Носилката може да се импровизира с промушването на два пръта през чували от зебло, по-здрави пластмасови торби или дрехи - вълнени фанелки, закопчани сака, ризи и други. Или от одеяла, увити около прът, а след това увити около друг прът. Или от врати и плотове на маси. Ако не можете да намерите пръти, навийте двата края на някое одеяло и използвайте навитите краища като дръжки, за които да носите. Винаги проверявайте импровизираната носилка с помощта на някой здрав човек, преди да я използвате за ранения.

ОТДАЛЕЧАВАНЕ ОТ ОПАСНОСТТА

Може да се наложи да преместите дори и човек с увреждане на гръбнака, ако е ^{застрашен} от по-нататъшна опасност. Ако има трима или четирима души, претъркаляйте го върху някоя импровизирана носилка.

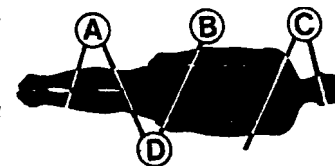
Не го свивайте и усуквайте. Единият от хората трябва да отговаря само за поддържане на устойчивото положение на главата и врата. Друг да придържа раменете. Ако няма носилка или дъска, претъркаляйте го върху одеяло или палто. Поддържайте главата и торса неподвижни, дори и краката да се влачат. Ако сте сами, не се опитвайте да преобърнете пострадалия. Дърпайте го за раменете, ако е с ^{лице} към земята; за глезените, ако е с лице нагоре, в ^{посока}та, в която лежи тялото. Не го усуквайте. Върху неравна ^{земя} или стъпала го влачете отзад, дърпайки го за раменете, като главата му лежи върху ^{предмишниците} ви.

Поставяне върху носилка

Ако пострадалият е върху одеяло или може да бъде претърколен върху него, краищата на одеялото се навиват, за да ^{ви} осигурят стабилна опора за хващане. Методите за вдигане без помощта на одеяло зависят от броя на хората. Когато вдигате ^с помощта на други хора, най-напред уговорете сигнали за синхронизиране на вашите движения.

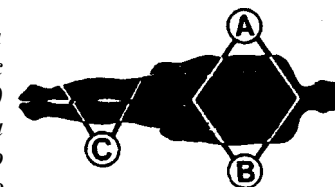
С четирима души

Трима от тях вдигат от едната страна. С поддържа главата и раменете. ^Дпреплита пръсти с ръцете на В и А, които му помагат да вдига. А, В, С поддържат, докато ^Д намества носилката. ^Дпомага за спускането на пострадалия.



С трима души

Сложете носилката до главата на пострадалия. Свдига за коленете. А, с лице към В, преплита пръстите си под раменете и хълбоците. Вдигнете и сложете пострадалия, пренасяйки го откъм долния край на носилката по нейната дължина и поставяйки го да легне.



С двама души

Двамата прекрачват върху пострадалия. В сключва ръцете си под раменете му. А повдига с една ръка под бедрата, а с другата под коленете. Двамата местят напред, над носилката и по протежение на нея. Използвайте тази техника в тесни пространства, дори ако ^{сте} повече хора.



14а • ПОВДИГАНЕ СЪС СОБСТВЕНИ СИЛИ

Ако разполагате с помощ, НЕ се опитвайте сами да пренасяте пострадалия. Ако нямате избор, изберете метод в съответствие с килограмите и състоянието на пострадалия - и с разстоянието, на което трябва да го пренесете. Не пробвайте начин, на който не можете да издържите. Изпускането на пострадалия на земята не само рискува още по-сериозното му нараняване, но и ще намали доверието му във вас. Ако пострадалият е прекалено тежък, за да го вдигнете, влачете го върху одеяло или палто.

Люлка

Подходяща е за малки деца или за много леки възрастни. Повдигнете с една ръка под коленете, другата е около раменете. При по-тежките хора ще е по-лесно да ги поддържате в седнало положение.

Патерица

Сложете и задръжте ръката на пострадалия около врата си (не и ранена ръка). Сложете ръката си около кръста на пострадалия. Оигурете му допълнителна опора, като го хванете за дрехите на хълбока.

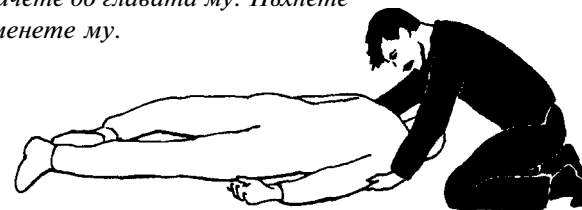
Пренасяне на гръб

Наведете се, за да може пострадалият да обвие ръце около врата ви. Хванете краката му от двете страни на тялото си. Пострадалият трябва да е в съзнание, а раните му да позволяват да се държи за раменете или за врата ви.

С 14б • ПОЖАРНИКАРСКО ПОВДИГАНЕ

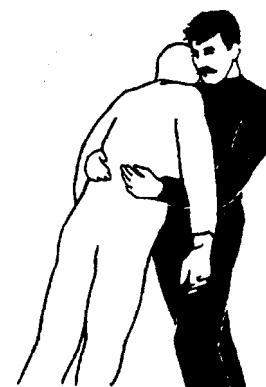
Този метод не е подходящ за тежки хора. Когато пострадалият е в съзнание, помогнете му да се изправи в стоеж. Ако седи на стол, накарайте го да се смъкне напред върху раменете ви. В останалите случаи методът се прилага като при пострадали, които са в безсъзнание.

Ак пострадалият е в безсъзнание: Обърнете го по корем. Коленичете до главата му. Пъхнете ръцете си под раменете му.

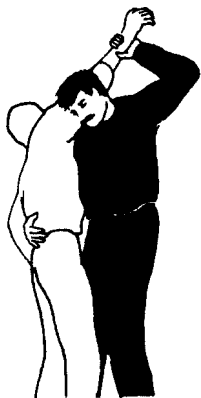


Повдигнете пострадалия, държейки го под мишниците, докато коленичи, след това продължете да го повдигате до изправено положение. Вдигнете дясната ръка на пострадалия (с вашата лява ръка).

Друг начин: Пострадалият лежи по гръб, повдигате го, хващайки го откъм гръба. Прекрачете върху пострадалия с лице към него. Повдигате за подмишниците до коленичено положение. След това издърпайте за гръба, за да го изправите върху краката му, и го поддържайте под мишниците. Вдигнете дясната ръка на пострадалия и бързо се мушнете под нея, пускайки я и завършвайки обрънат с лице към пострадалия, все още поддържайки го. Повдигнете дясната му Ръка (с вашата лява ръка).



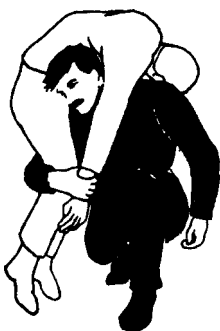
ПОСТРАДАЛ В СЪЗНАНИЕ: Започнете от тук



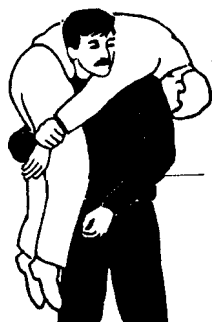
Наведете се, за да пхнете главата си под ръката на пострадалия (като в същото време го вдигате върху главата си). Наведете се още, намествайки дясното си рамо до нивото на долната част на корема на пострадалия.



Ако искате, отпуснете се на дясното си коляно. Нагласете тежестта на пострадалия да падне върху раменете и гърба ви. Поставете дясната си ръка между или около краката му.



Хванете дясната китка на пострадалия с дясната си ръка и го повдигнете, поемайки тежестта му върху дясното си рамо. Подпрете се с лявата ръка върху лявото си коляно, за да си помогнете да се изправите.



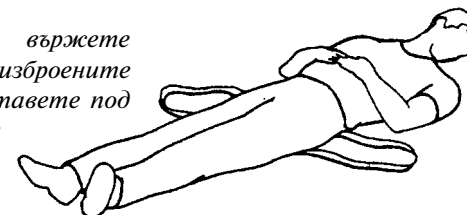
Това е една относително удобна позиция, при която тежест е разпределена върху рамене ви. Главата на пострадалия обаче виси надолу - не е до при рани върху главата лицето.

14в ► ПОВДИГАНЕ С ПРИМКА

Друг метод за повдигане на човек в безсъзнание и най-добрият за пренасянето му от сам човек на голямо разстояние. Трябва ви примка, която е достатъчно широка, за да не се вреже в плътта на пострадалия, и да е достатъчно дълга, за да може да се прехвърли около раменете ви и два пъти около гърба на пострадалия. Можете да използвате две триъгълни превръзки, ремък за пушка, широки колани или каиши за овързване на багаж. Ако използвате въже, под него трябва да сложите подпънки, за да не се вреже в месото на пострадалия.

Направете примка

Направете примка като вържете двата края на някой от изброените по-горе материали и я поставете под бедрата и долната част на гърба на пострадалия.



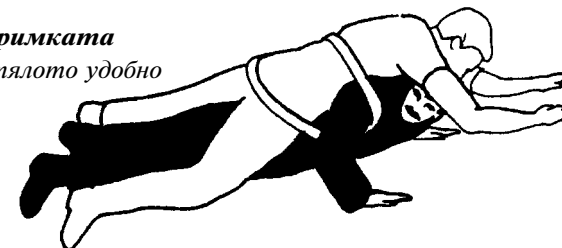
Легнете между краката на пострадалия

Мушнете си ръцете от двете страни на примката. Оберете луфта на примката. Уловете ръката на пострадалия и го хванете за панталона или крака откъм наранената страна на тялото. Завъртете се в посока към здравата страна на пострадалия, така че той да легне върху вас.



Нагласете примката

За да наместите тялото удобно върху гърба си.



Изправяне на едно коляно

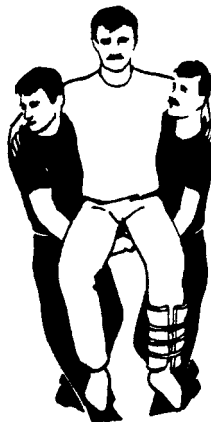
Колянът ще вдигне пострадалия върху гърба ви. Ако примката ви се струва слаба или пострадалият не е добре закрепен, върнете се в предишната си позиция и нагласете презрамките. Подпрете се с ръка върху повдигнатото си коляно, за да си помогнете при изправяне.

**Пренасяне на пострадалия**

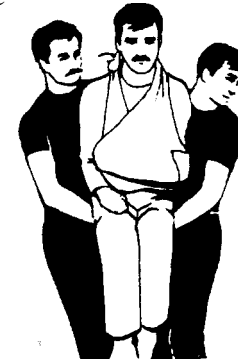
Сега тежестта е легнала върху гърба ви. Можете да държите пострадалия за китките, за да не мърда, но трябва да можете да се движите.

ОТ ДВАМА ДУШИ

Ако пострадалият е в състояние да използва двете си ръце, прехвърлете го около врата на пренасача. Ако пострадалият не може да използва двете си ръце, прехвърлете го около врата на пренасача. Ако пострадалият не може да използва двете си ръце, прехвърлете го около врата на пренасача.



Пострадал, който не може да използва ръцете си, може да бъде вдигнат от двама носачи, застанали от двете му страни и зад гърба му, хванали го за дрехите, ако това е възможно. Поставили са предните си ръце под ведрата му и са се уловили за тях с извити като кука пръсти.

**РАЖДАНЕ ПРИ СПЕШНИ ОБСТОЯТЕЛСТВА**

Напрежението при критична ситуация понякога ускорява родилния процес. Симптомите включват болки в долната част на гърба, постоянни контракции в долната част на корема, отделяне на слюз с кървави петна, понякога и "изтичане на водите".

Стерилизирайте ножици или нож и три, двадесетсантиметрови парчета връв. Подгответе удобна и чиста повърхност за майката. Пригответе голямо количество гореща вода. Помощниците трябва да измият много добре ръцете си и сред тях не трябва да има хора и с най-леките симптоми на настинка или инфекция или с ранички върху ръцете.

ПЪРВИ ЕТАП НА РАЖДАНЕТО

Контракциите на матката са по 10-20 в минута. Увеличават се изцапаната с кръв слюз. Болезнените спазми, траещи и до една I, стават значително по-чести. Този етап може да продължи часа.

ВТОРИ ЕТАП

Стремително изтича около половин литър течност и повече. Изтичането на водите". Майката трябва да лежи по гръб. По

време на контракциите трябва да свие колене и да ги хване с ръце, навеждайки главата си към тях и задържайки дишането си. Между контракциите да лежи неподвижно.

Когато се появи издутина, раждането е близо. Майката трябва да заеме положение за раждане. Или да лежи настрани с прибрани колене и хълбоци, разположени близо до ръба на леглото или плота на масата и т.н., или наведена (което често е по-добрата позиция, ако майката се чувства достатъчно силна).

РАЖДАНЕ

Майката НЕ трябва да задържа дишането си и НЕ трябва да се напруга по време на контракциите. Трябва да диша бързо с отворени уста. Забързаното дишане улеснява бавното и равномерно излизане на бебето. Ако по време на раждането майката изпусне съдържанието на червата, почистете отпред назад.

- Обикновено най-напред се показва главата на бебето, но не винаги.
- Разкъсайте всяка мембрана, покриваща лицето на бебето.
- Ако пъпната връв е около врата на бебето, махнете я оттам и я сложете върху главата или я увийте около рамото на бебето.
- Крепете главата на бебето върху дланите на ръцете си. Когато се появят раменете, поддържайте тялото за подмишниците и го повдигайте към корема на майката. Бъдете подготвени, че бебето е много хлъзгаво.
- Уверявайки се, че пъпната връв не е опъната, сложете бебето до краката на майката (или ако лежи по гръб, а не на една страна, между краката ѝ), като главата е по-ниско от тялото.
- Ако главата на бебето не се покаже най-напред и раждането продължи повече от три минути, след като се **покажат** раменете, дърпайте много внимателно.

СЛЕД РАЖДАНЕТО

Увийте парче плат около глезените на бебето. Пъхнете ^{една} или два пръста във формата на кука под плата, за да **държите** бебето, навеждайки главата му надолу, за да дадете **възможност**

на течността да изтече от носа и устата му. Дръжте главата леко **назад** с отворена уста. Изчистете всякаква слуз или кръв. Когато детето изплаче, сложете го на гърдите на майка му.

Ако то не изплаче и не показва признаци на дишане в продължение на две минути след раждането, започнете много нежно изкуствено дишане уста в уста.

Сега за майката е по-добре да лежи по гръб с разкрасени крака за освобождаване от плацентата, което обикновено става 10 минути по-късно. След отделяне на плацентата или след като пъпната връв е престанала да пулсира, кръвта трябва да се оттегли от нея в бебето и тогава пъпната връв става бяла, вместо да е **синя**.

Здраво вържете парче стерилизиран конец около пъпната връв на ¹⁵ см от пъпа на бебето. След това я вържете с още един конец на 20 см от пъпа. Уверете се, че първата връзка е наистина добре вързана, защото иначе детето може да изгуби кръв. Със стерилизирани ножици или нож прережете пъпната връв по средата между двете вързани места. Поставете стерилна превръзка около прерязания ѝ край. След десет минути проверете **дали** няма някакво кървене. Вържете още една връв на 10 см от бебето.

Измийте майката, дайте ѝ нещо топло за пиене и я насърчете Даспи.

УХАПВАНИЯ

► Ухапвания от бозайници

Ухапванията от животни са опасни главно заради **инфекциите**, които могат да бъдат предизвикани от бактерии в устата **на животното**. Бесът, най-сериозната, почти винаги е с фатален **раи**, ако е успял да се развие в достатъчна степен, за да доведе до симптоми на нарастваща раздразнителност, дразнене от **светлината**, хидрофобия (силно отвращение от водата) и **арализа**. При критична ситуация на оцеляване, без наличието

на ваксина, няма надежда за неговото лечение. Големи грижи трябва да се положат заразеният да не предаде заразата на ^{някой} друг. Дивите котки, представителите на семейство кучета и много други животни могат да бъдат носители на бяс; съществува дори и форма, чиито носител са прилепите.

Ако сте ухапани по време на ситуация на оцеляване, дори и ако ухапването е излекувано и всичко ви се струва наред, вие ТРЯБВА да съобщите за ухапването, след като ви измъкнат и спасят от ситуацията на оцеляване. Трябва да бъдете прегледани от лекар.

Всяко ухапване освен това може да причини и тетанус. Инжекцията против тетанус, както и противобясната ваксина, са задължителни за всеки, който се кани да пътува в райони, където може да се очаква наличието на бяс.

Почистете грижливо раната от ухапването на животното. чистейки я най-малко пет минути, за да махнете слюнката и да изчистите всички евентуални микроби. След това се заемете с кръвенето, сложете превръзка и бинтовайте.

• Ухапвания от змии

Ухапванията на много малко змии са смъртоносни, ако имате противоотрова. Пострадалият, който бъде откаран в болница до един или два часа след ухапването, обикновено бива излекуван, при положение че се знае видът на змията, така че да може да се приложи подходяща противоотрова. В ситуация на оцеляване достъпът до нея е малко вероятен и пострадалият може да няма този късмет, но за щастие много малък процент от змиите са отровни.

Отровните зъби, от които се излива отровата, при много от змиите са разположени върху предната страна на горната челюст и оставят характерни белези от ухапването (тези на кораловите змии от двете Америки могат да останат незабележими).

Неотровните змии също могат да предизвикат свиреп^о ухапване. Ако не сте сигурни дали змията е отровна. или не, третирайте я като отровна (въпреки че, ако кажете на ухапания, че тя не е отровна, това може да го успокои).

ЛЕЧЕНИЕ: Целта е да не позволите на отровата да се разпространи в тялото. Успокойте ухапания. Накарайте го да се отпусне, да остане неподвижен, като мястото на ухапването трябва да бъде по-ниско от сърцето. Ако по повърхността на кожата е останала някаква отрова, измийте със сапун, ако е възможно. Сложете пристягаща превръзка, НЕ турникет, над ухапването и превържете надолу върху мястото на ухапването. Например, ако пострадалият е ухапан по глезена, започнете да превързвате от коляното. Тази превръзка не позволява на отровата да се разпространява бързо и да бъде поета от лимфната система.

Сложете раната в студена вода, например в някой поток. Използвайте лед, ако имате, за да държите мястото на ухапването колкото се може по-студено.

Пострадалият почти сигурно ще се нуждае от лечение от шока, а освен това може да има нужда и от изкуствено дишане; постоянно следете неговото дишане.

Никога не разрязвайте мястото на ухапването и не се опитвайте да измучете змийската отрова.

• Отровни и опасни животни

За разпознаване и подробности относно СИМПТОМИТЕ, виж илюстрациите към Отровни змии.

► Ухапвания от паяк

Ухапванията от паяк трябва да се третират по същия начин, както и ухапванията от змии. Студеният компрес (като лапа, но студена - увитият в плат лед е идеален, ако разполагате с него) помага за намаляването на болката.

► Ужилвания

Скорпионите могат да впръскват силна отрова. Ужилванията на пчелите, осите и стършелите при някои хора могат да доведат до остри реакции. Многобройните ужилвания са особено опасни - количеството отрова и възпалението, което причиняват, могат да засегнат дишането.

Жилото на пчелите остава в кожата и трябва внимателно да се махне. Не стискайте жилото за края, защото по този начин

ще вкарате в тялото си още повече отрова. Вкарайте отстрани на жилото игла, за да го измъкнете - НЕ ровете в кожата с върха на иглата. Лечението е като при ухапване от змия.

• **Бълхи, кърлежи, комари**

Ухапванията на повечето малки насекоми са по-скоро неприятни, отколкото опасни, но някои могат да са носители на паразити. Виж *Заболявания, свързани с топлия климат* (в настоящата част) и *Тропически райони*, в Климат и терен.

® ОБЩО ОТРАВЯНЕ

Най-бързият начин да се освободите от отрова, която сте погълнали, е да я повърнете, но това е **ОПАСНО**, ако става въпрос за разяждащи материали и петролни продукти, които могат да причинят допълнително увреждане, когато бъдат повърнати. В случаите на предполагаемо растително отравяне предизвиквайте повръщане с пъхане на пръст в гърлото.

В домашни условия, както и в ситуация на оцеляване, е възможно различни съдове да са били неправилно използвани за съхранението на отровни вещества (независимо от факта, че това противоречи на закона в Англия). Винаги проверявайте действителното им съдържание, независимо какво пише на етикетите, и вземете специални мерки децата в групата да не се доберат до някои вкусни напитки, които всъщност са горивото на лагера или са избелващи препарати.

Ефикасна, "универсална" противоотрова, която освен това ще помогне и за абсорбиране на отровната течност, може да се приготви от чай (танинова киселина) и дървени въглища - с равна част магнезиев окис, ако разполагате с такъв - или използвайте само дървени въглища. Целта е абсорбирането на отровата, така че тя да премине през стомашно-чревния тракт заедно с въглена.

Контактни отрови

Растения, като отровния бръшлян, отровната смрадлика и отровния дъб, могат да предизвикат значително възпаление на кожата. Някои хора изглеждат притежават имунитет, но той не е постоянен. Някои пък могат да имат умерени или бурни алергични реакции, когато пипат други растения. Всички участъци на кожата, които са били в контакт с растението, трябва грижливо да се измият със сапун и вода. Много е важно да съблечете и изперете всички замърсени дрехи, тъй като след като възпаляващата мазнина е попила по дрехите, тя може да се разпространи и по други участъци на тялото.

След това може да се използва алкохол за неутрализиране на мазнината, останала по кожата или дрехите.

При сериозните случаи може да се наложи и лечение от шок.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Ако пипането на растението е довело до остра реакция, НЕ ДОКОСВАЙТЕ ЛИЦЕТО СИ С РЪЦЕ, ОСОБЕНО ОЧИТЕ ИЛИ УСТАТА, НИТО ПОЛОВИТЕ СИ ОРГАНИ, докато не се измиете много добре. Тези чувствителни части на тялото могат да реагират с подуване и обриви, които ще попречат на дишането или ще блокират уринирането.

• **Химически отрови**

Химическите отрови трябва да се махнат от кожата с помощта на вода. Ако кожата е увредена, третирайте **като** при изгаряния (виж също *Изгаряния*).

Предупреждение: Промиването с вода може да влоши въздействието от някои химикали. ТРЯБВА да познавате свойствата на химическото вещество, на чието въздействие сте били подложени, и подходящите мерки, които трябва да предприемете в случай на инцидент.

ОБЩИ НЕРАЗПОЛОЖЕНИЯ

От стреса, който оцелелият преживява, могат да се очакват запек или диария. Да забравите да отидете по голяма или малка нужда в ситуация на коработушение, не е необичайно явление. Справянето с нова и вероятно в началото безвкусна храна също може да предизвика усещане за гадене.

Слабите стомашни разстройства в условията на оцеляване остават относително незабележими, но симптомите, които говорят за по-сериозни проблеми, не трябва да се пренебрегват.

Липсата на храна ще доведе до преумора на организма, а стресът до главоболие и други разстройства. Бедстващите жени може да открият, че менструацията им спира, докато са подложени на силните стресови въздействия.

Ако храната обаче е достатъчна като количество, най-добрият начин за лекуване на храносмилателните проблеми е в продължение на един ден да не се храните и да си почивате, въпреки че в районите с горещ климат ще трябва да поемате течности.

- *Температура*

Лекувайте с аспирин и покой и търсете причината за температурата.

- *Пневмония*

Характеризира се с бързо вдигане на температура, често с болки в гърдите, слюнка, смесена с кръв, главоболие, слабост, а по-късно и диария. Пневмонията има много причини, най-често срещаната е бактерия, която атакува белодробните дялове. Без антибиотици грижливото внимание към пациента е всичко, което можете да направите.

Насърчете пациента да се разхожда и да прави дълбоки вдишвания. Поддържайте топлината му и го карайте често да отпива гореща вода. Стойте при него колкото е възможно и му вдъхвайте смелост.

ЗАБОЛЯВАНИЯ

Има три основни причини за инфекциозните заболявания: бактерии, вируси и бацили. След това идват проблемите, причинени от такива големи паразити, като вътрешните червеи, крастата и тропическите ларви на щръклицата и малките бълхи.

Болестите, причинени от бактерии, са дизентерия, холера, туберкулоза и дифтерит. Вирусите предизвикват обикновената настинка, грипа, дребната шарка и полиомелита. Бацилите, които не са нито вируси, нито бактерии, причиняват тиф и петнист тиф.

Повечето инфекциозни заболявания, познати от нашето детство, ще реагират на внимателни грижи. Те са "хванати" от друг човек. Освен ако вече не се носят от групата (или от хора, с които сте контактували), няма вероятност да се появят нито те, нито заразните и предавани по полов път заболявания. Някои човешки паразити, като този на крастата, не могат да живеят дълго време далеч от човешкото тяло, затова ще се появят, само ако сте ги донесли със себе си.

СКОРБУТ

Болест, която се дължи на липсата на витамин С. Тя е била бичът на моряците и пътешествениците на дълги разстояния. Бедстващият с достъп до пресни плодове и зеленчуци не е подложен на опасност. Бедстващият в морето или пустинята е по-вероятно да умре от жажда и глад, доста преди този проблем да възникне с цялата си острота. Симптомите включват кървящи венци, надане на зъби, лесно китикуване и задух. Ако разчитате само на лова и риболова, липсата на витамини може да се превърне в проблем, особено в полярните области. Инаги се стремете към балансирана диета, за да избегнете това и други подобни заболявания.

ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

Заболяванията, на които бедстващите ще бъдат изложени особено в тропическите райони, се причиняват най-често от водата и животните, с които се хранят, или се пренасят от насекомите.

Понеже симптомите на една тропическа болест са по-малко познати на повечето бедстващи, ще ви дам повече подробности за най-често срещаните, така че да можете да ги разпознавате. Когато не разполагате с лекарства, лечението ще се състои най-вече в справяне със симптомите на заболяването и в осигуряване на максимално добри условия за възстановяване. Могат да бъдат приготвени и някои лекарства от природни източници.

Предпазването от болестта обаче е по-добро от лекуването ѝ. В мерките, взети срещу евентуалните заболявания, трябва да се включат всички поддържащи имунизации, преди да се отправите на път (особено в тропиците), и след това следните предпазни мерки:

- Очистване на питейната вода.
- Измиване на ръцете преди приготвяне или поемане на храната.
- Миене и белене на плодовете.
- Стерилизиране на приборите за хранене.
- Покриване на тялото, за да се ограничи рискът от ухапвания на насекоми.
- Изпиране на дрехите и окачването им над пушек, ако са въшлясали.
- Миене на тялото (но отбягвайте да поглъщате водата, която може да е заразена, когато се миете или плувате).
- Изгаряне на отпадъците.
- Предпазване храната и водата от мухи и паразити.

ГРИЖИ/ИЗОЛАЦИЯ

Когато се развие някоя заразна болест, много е важно тя бъде изолирана. Контактът на заразноболният с останали членове на групата трябва да бъде сведен до минимум. Всички кухненски прибори, използвани от заболялия, трябва да

преваряват. Порязванията и раничките трябва да се покриват, за да не бъдат изложени на инфекцията. Ръцете, след контакт със заболялия, трябва да се измиват много грижливо.

Предпазвайте се от капковите секрети на болния, когато той кашля или киха. Специално се погрижете за почистване на изпражненията на болния без опасност от заразяване за този, който ги чисти, или ги заровете на място, откъдето те не могат да разпространяват заразата или да бъдат изровени.

ЗАБОЛЯВАНИЯ, ПРИЧИНЕНИ ОТ ВОДАТА

Най-простото правило за предпазване от тези заболявания е ДА СЕ ПРЕВАРЯВА ВОДАТА - даже не мийте зъбите и не плакнете устата си при къпане с вода, за която не сте сигурни, че е чиста. Покривайте наранените участъци от вашето тяло, когато сте във вода, и избягвайте стоенето в непроверени водни басейни. Придържайте се към стриктна хигиена, особено при приготвяне на храната и при поддържане приборите за хранене.

РАЗПРОСТРАНЕНИ ПО ЦЕЛИЯ СВЯТ БОЛЕСТИ

Посочените по-долу болести се срещат навсякъде по света. Някои от тези, които се срещат главно в районите с по-топъл климат, ще разгледаме по-късно. *Виждете също така и предупрежденията за животни, при които има най-голяма вероятност да са носители на паразити, и хранителни отравяния като салмонела в Храна.*

► Лептоспироза

Разпространявана от гризачи и заразена вода, тя предизвиква сериозна форма на жълтеница. Може да зарази тялото при порязване или раничка или чрез заразена вода за пиене.

Симптоми: Вид на болен от жълтеница, летаргия, висока температура.

Лечение: Пеницилин и тетрациклин в предписаните дози.

- **Заразен хепатит**

Предава се чрез изпражненията и урината на заразените следователно и чрез водата, драскотини или рани.

Симптоми: Гадене, загуба на апетит и болки в корема, кожата обикновено става жълтеникава.

Лечение: Единственото лечение е покой и добро хранене

- **Полиомиелит**

Той също обикновено се разпространява чрез заразен с вируси питейна вода. Води до парализа. За него има ваксина.

Лечение: Горещи компреси върху мускулите и добра храна

- **Дизентерия**

Разпространява се от мухи, заражена вода и от човешки изпражнения с нейните бацили.

Основни симптоми: Изпражнения, примесени с кръв и слуз, и внезапно вдигане на висока температура. Заради високата температура и последващото изпотяване съществува опасност от обезводняване.

Лечение: Антибиотици в комбинация с много течности и покой.

- **Коремн тиф (Тифозна треска)**

Причинява се от *salmonella bacillus*.

Симптоми: Подобни на тези на дизентерията, придружени от главоболие, коремни болки, температура, загуба на апетит и болки в крайниците. Болният може да започне да бълнува.

Лечение: Антибиотици. Ваксинирането осигурява почти пълна защита.

- **Холера**

Понякога се приема за тропическо заболяване. Тя е опасна навсякъде, където съществуват лоши санитарни условия и някога е била бичът на Лондон. Особено опасна е след наводнения, земетресения или изригване на вулкани, когато трябва да се вземат най-строги мерки за поддържането на хигиената.

Симптоми: Повръщане, изчезване на пулса в китката, удена влажна кожа и схващане на мускулите.

Защита: Може да се осигури чрез редовно ваксиниране.

20

ЗАБОЛЯВАНИЯ, СВЪРЗАНИ С ТОПЛИЯ КЛИМАТ



В допълнение към вече описаните болести, посочените по-долу са характерни за районите с топъл и тропически климат, въпреки че могат да възникнат навсякъде, ако има носители на заразата.

БОЛЕСТИ, ПРЕНАСЯНИ ОТ ВОДАТА

- **Билхарзия**

Заболяване на червата или пикочния мехур, причинено от микроскопичен глист или червей, който прекарва една част от жизнения си цикъл във водния охлюв и една част в черния дроб на човека. Характерно е за някои райони на Африка, Арабския полуостров, Китай, Япония и Южна Америка. Влиза в тялото или чрез заразената питейна вода или през ранички по кожата.

Основен симптом: Възпаление на пикочнополовия път.

Може да се лекува с лекарството Ниридазол в предписаните дози.

► **Анкилостома**

Друг паразит, който може да влезе в тялото чрез заразената вода за пиене или да проникне през незащитената кожа, обикновено през стъпалата. Ларвите достигат до белите дробове посредством кръвния поток, където могат да причинят пневмония; изкашлят се оттам и се поглъщат в стомаха, за да се развият в червеи с дължина 1.25 см, предизвиквайки *анемия и обща летаргия*. Среща се често в много от топлите страни, включително и в южните части на Съединените щати. Ходете с обувки!

Може да се лекува с лекарствата Алкапар и Минтазол в предписаните дози. Отвара от орлова напрат също може да бъде ефективно антипаразитно средство.

- **Амебна дизентерия**

Предаваща се чрез заразена вода и несготвена храна, та и форма на дизентерията е широко разпространена в тропиците и субтропиците, въпреки че понякога се среща и в Средиземноморието.

Симптоми: Не е задължително да доведе до повишаване на температурата, но болният ще се чувства изморен и отпуснат. Изпражненията могат да бъдат твърди, но ще миришат лошо и ще са примесени с кръв и слуз, ще изглеждат като червено желе.

Лечение: Течности, максимална почивка и правилно дозиране на лекарството Флажил.

БОЛЕСТИ, ПРЕДИЗВИКАНИ ОТ НАСЕКОМИ

Тропическа треска, малария и жълта треска - всички те се предават от ухапвания на комари. Поемането на таблетки още преди излагането ви на опасността, може да ви защити от маларията. За другите не съществува защита с изключение на това да държите кожата си покрита, като носите панталони с дълги крачоли и ризи с дълъг ръкав, особено през нощта; да спите под мрежа против комари, ако е възможно, и да използвате препарати за отблъскване на комари. НЕ увеличавайте риска, лагерувайки близо до застояла вода или блатата.

- **Малария**

Не е ограничена само в тропиците, въпреки че вероятно това е първата болест, с която тропиците се свързват. Може да се появи навсякъде, където се среща комарът, който я причинява, и някога е била широко разпространена в блатистите райони на Южна Италия и в други части на Европа. Пренася се чрез слюнката на женския комар.

Довежда до: повтаряща се треска. Макар и изпo болният изпитва силен студ и трепери неудържимо. четири вида инфекция. Едната предизвиква почти непрекъсната треска, придружена от делириум или кома.

два предизвикват треска на всеки 48 часа, а вид на всеки 72 часа.

Хининът е традиционното лечение, но вече има и палудрин, хлорохин, дараприн и други противомаларични лекарства. Защитата може да се осигури, като започнете да поемате таблетки, преди да посетите заразената област. Трябва да продължите да ги вземате и след като я напуснете. Спазвайте внимателно фармацевтичните упътвания.

- **Тропическа треска**

Тропическата треска продължава около седмица с главоболие, болки в ставите и обрив. За разлика от маларията човекът, заразен от тази болест, обикновено си създава имунитет. Комарът, който причинява тропическата треска, хапе и през деня, и през нощта. Няма лекарство за лечение на тропическата треска.

- **Жълта треска**

Преобладава в Африка и Южна Америка. Жълтата треска най-напред предизвиква главоболие, болки в крайниците и треска. Устата се усеща подута, може да се стигне до повръщане на кръв, а очите са кръвясали. След три или четири дни температурата спада, но болният страда от запек, болка в бъбреците и уринира все по-малко и по-малко. Повръщането става по-често, а кожата добива жълтеникав тен преди възстановяването от болестта.

Лечение: Покой и полагане на грижи.

► Треска, причината от пясъчната муха

Заболяване, срещащо се главно в пясъчливите райони на тропиците и субтропиците и в Средиземноморието. Ухапването от една малка муха, обикновено по глезените, китката или врата, предизвиква сърбеж, който се влошава от чесането и може да доведе до рани, които се превръщат във вход за по-нататъшно заразяване. Може да се появи също така и главоболие, зачервени и симптоми като на грип. Треската обикновено трае три дни, преди да утихне.

Лечение: Покой и течности.

- **Чревен тиф (цуцугамуши)**

Широко разпространен в източна Азия и Австралия и се пренася от червеи, чиито ларви живеят по гризачите. Червеите пренасят болестта чрез ухапване, често в слабините или по врата. Ухапването обикновено остава незабелязано, но за няколко дни на ухапаното място се развива рана. В рамките на десет дни се появява *силно главоболие, треперене и треска*.

Заболяването е подобно на другите форми на тифа, с появата на *обрив* след около една седмица, и се лекува по същия начин. Заразяването е по-вероятно в области с гъста суха растителност. Избягвайте подобни места, спете най-малко на 30 см над земята и използвайте препарати за прогонване на насекоми, за да се предпазите от това заболяване.

► **Тиф**

Има две форми. Епидемичният тиф се пренася от въшки, които го предават на човека. Ендемичният или миши тиф се предава чрез бълхите по плъховете. И двете са заболявания, които се свързват с мърсотията, с пренаселеността, и е по-вероятно да се появи след някое природно бедствие, отколкото в ситуация на оцеляване.

Симптоми: И двете форми водят до главоболие, гадене и след около четири дена до обрив, който започва да се разпространява от подмишниците към гърдите, корема и бедрата. Болните могат да се възстановят след около 12 дни или да изпаднат в делириум, кома или смърт.

Лечение: Антибиотици. Освен това има и ваксина.

- **Петнист тиф**

В Бразилия е известен още и като треската на Сао Пауло, това е друга разновидност на тифа, разпространявана от кърлежите. Среща се и в западните Съединени щати.

Симптомите и лечението са като при другите разновидности на тифа, но обривът ще е по-силен по китките и глезените

Малките паразити, които се заравят под кожата, сълзоподобните, твърди ларви на щръклицата, или малките

бълхи, които предизвикват леко боцване на мястото, на което се настаняват върху кожата, трябва да се махнат, преди да отворят път за допълнителна инфекция.

20а • НЕРАЗПОЛОЖЕНИЯ

ТРОПИЧЕСКИ ЛИШЕЙ

Милиарията или тропическият лишей може да се появи, когато хората живеят при много горещи условия, без да са се аклиматизирали. Силното потене, в съчетание с триенето на дрехите по тялото, може да предизвика запушване на потните жлези и неприятно възпаление на кожата. Големите физически усилия могат да послужат като катализатор за милиарията, която се влошава допълнително от слънчевите изгаряния и екземите. Бебетата са особено уязвими.

Обилната пот не се чисти достатъчно бързо, потните жлези се запушват и по този начин се губи охлаждащият ефект на потенето. Поемането на повече течности, особено на горещи напитки, може да доведе до по-обилно изпотяване и да влоши ситуацията. Свалете дрехите си, измийте тялото си със студена вода и облечете сухи дрехи.

► **Топлинни гърчове**

Те обикновено са първото предупреждение за топлинното изтощение на организма и настъпват в мускулите, които са най-натоварени: на ръцете, краката и корема. Обикновено се дължат на загубата на сол в тялото (в резултат от обилното потене, особено ако не се консумира никаква сол).

Симптоми: *Плитко дишане, повръщане, замаяност.*

Лечение: *Сянка. Покой. Пиене на вода с разтворена в нея сол - една щипка на половин литър.*

► **Топлинно изтощение**

Излагането на високи температури и влажност, придружено със ^{загуба} на телесни течности поради обилното потене, довежда до топлинно изтощение. Може да настъпи без директното

излагане на слънце - ако лежите върху гореща земя например и проветряването е лошо.

Симптоми: Бледо лице, кожата е студена, макар и изпотена, пулсът е слаб. Придружава се от замайване, слабост и евентуално гърчове. Пострадалият може да започне да блънува или да изпадне в безсъзнание.

Лечение: Като при гърчовете.

- **Топлинен удар**

Най-сериозната последица от прекаленото излагане на слънце или прекалената работа на слънце.

Симптоми: Гореща суха кожа, зачервено и трескаво лице, но потенето спира. Температурата се вдига, пулсът се ускорява и усилва. Силно главоболие, често с повръщане. Може да последва изпадане в безсъзнание.

Лечение: Лягане на сянка, главата и раменете са леко повдигнати. Махнете горните дрехи. Охладете тялото, като намокрите долните дрехи с **ХЛАДКА** вода (студената вода ще доведе до повишаване на вътрешната температура) и си вейте с нещо. **НЕДЕЙТЕ** да потапяте пострадалия във вода - само го напръскайте с вода. След това го сложете да легне във влажна дупка с добра вентилация. Когато отново дойде в съзнание, дайте му да пие вода. Когато температурата спадне до нормалната, свалете дрехите, дръжте го топъл, за да предотвратите изстиването.

Незабавното потапяне в студена вода е изключително опасно, но в извънредни случаи, когато опасността от настъпване на смърт или от увреждане на мозъка надделява над шока от потапянето, може да се използва **СЛЕД** като първоначалното охлаждане е започнало да дава резултат. Бавно потопете тялото във водата, най-напред стъпалата, масажирайки крайниците, за да подобрите движението на кръвта и за да помогнете за разсейването на топлината от вътрешността на тялото. Извадете го веднага щом температурата спадне - бъдете готови да го хванете, ако той започне да потъва във водата. Може да се наложи да

Охлаждайте няколко пъти, преди температурата да се стабилизира в нормалните граници.

► **Слънчево изгаряне**

Истинското изгаряне с мехури, а не просто със зачервяване на кожата, е реална опасност, особено при хората със светла и чувствителна кожа. Ако бъде засегната повече от две трети от кожата, то може да се окаже с фатален изход.

Лечение: Избягвайте по-нататъшното излагане на слънце, стойте на сянка. Ако имате, вземете болкоуспокоителни. Покрийте всички мехури с превръзки, но **НЕ ГИ ПУКАЙТЕ**.

- **Възпаление на очите**

Възпалението на очите може да се дължи на ослепителната слънчева светлина, особено в морето, пустинята и покритите със сняг области (виж **Снежна слепота** по-долу), на прекомерното излагане на слънце или на прашни частици.

Лечение: Стойте на сянка, покрийте очите, след като сте измили попадналите в тях чужди тела и сте им направили баня с топла вода. Използвайте маска и се почернете под очите с въглен, за да предотвратите повторното настъпване на възпалението.

ОБЕЗВОДНЯВАНЕ

Обезводняването става толкова по-забележимо, колкото повече телесна течност е изгубена. Водата съставлява 75% от теглото на тялото - около 50 литра средно на човек. Оцеляването е немислимо, ако се изгуби повече от една пета от това количество.

Загуба на течност 1-5%: Жажда, силен дискомфорт, загуба на апетит, зачервена кожа, нетърпение, сънливост, гадене.

Загуба на течност 6-10%: Замаяност, главоболие, затруднено дишане, отсъствие на слюнка, нечленоразделна реч, неспособност да се върви.

Загуба на течност 11 - 20%: Делириум, подут^к и неспособност да се преглъща, замъглено зрение, сбръчкана съсухрена кожа.

Последни стадии: Настъпва значителна мускулна слабост и влошаване на умствената дейност - трябва да правите своите планове в началото, когато все още сте в състояние да мислите ясно, и след това да се придържате към тях.

ОПАСНОСТИ, СВЪРЗАНИ СЪС СТУДЕНИЯ КЛИМАТ



Не само в полярните области ниските температури създават опасност за здравето. Продължителното излагане на студ е опасно навсякъде. Вземете предпазни мерки за тези неблагоприятни условия.

• Хипотермия

Технически термин за състоянието, при което тялото не може да генерира толкова бързо топлината, колкото бързо я губи, и неговата температура спада под нормалната. Предизвиква се от излагането на вятър, дъжд и ниски температури, а освен това се предизвиква и от:

- Изтощение;
- Неподходящо облекло;
- Неподходящ подслон;
- Неподходящо хранене;
- Липса на познания и подготовка.

Условията, които водят до утежняване на състоянието на хипотермия, са като тези в полярните области, въпреки че то може да настъпи при всякакви условия на ниски температури, особено в резултат на студени ветрове. Хипотермията е проблем, който може да възникне през период на застудяване, особено при по-възрастните хора. Тя е убиец и срещу нея трябва да

земат мерки, веднага щом бъдат установени първите й признаци.

Предотвратете настъпването й, като си осигурите подслон, когато времето се развали, и се пазите сухи. Избягвайте преумората и ако сте група, използвайте "другарската система". Наблюдавайте се взаимно много внимателно, така че да разпознаете нейните симптоми колкото се може по-рано.

Ако един от членовете на групата започне да страда от хипотермия, останалите вероятно също ще са близо до нся. Проверете всеки за нейните симптоми.

Признаци и симптоми: *Ирационално поведение, характеризиращо се с внезапни изблици на енергия, последвани от летаргия. Забавяне на реакциите, не се отговаря на зададените въпроси и не се спазват инструкциите и командите. Внезапни неконтролируеми пристъпи на треперене. Загуба на координация, препъване и падане на земята. Главоболие, замъглено зрение и болки в корема. Колабиране, вцепененост и безсъзнание.*

Утежняващи фактори: Мокри дрехи при силен вятър. Ниски температури на въздуха, придружени със силен вятър. Потопяне във вода. Всяко нараняване, което води до обездвижване и до намаляване на способността за произвеждане на топлина. Тревога и психически стрес. Необичайно слабо тегло.

Лечение: *Предотвратяване на всякаква по-нататъшна загуба на топлина. Подслоняване от вятъра, дъжда, студа и т.н. Смяна на мокрите дрехи със сухи. НЕ сваляйте всички орехи наведнъж; първоначално махнете само един кат дрехи и го заменете със сух. Изолирайте пострадалия от земята и го затоплете (с други тела, с топли камъни и други). Дайте му топли напитки и храни, съдържащи захар, но само ако е в съзнание.*

При напреднал стадий на хипотермия тялото изгубва способността да възстановява топлината си. Въпреки това обаче то трябва да се затопли отвътре, тъй като бързото външно атопляне ще изтласка студената кръв към вътрешността на тялото, като по този начин ще влоши още повече ситуацията.

Поставете топли предмети на следните места:

кръста, китките, между бедрата. Това са местата, където кръвта е най-близо до повърхността на тялото и тя ще отнесе топлината по цялото тяло.

Не употребявайте алкохол. Той разширява кръвоносните съдове по повърхността на кожата, като по този начин довежда до по-бързото отделяне на топлина от тялото.

Пострадалият НЕ се лекува, когато температурата му стане нормална. Резервите на тялото трябва да се възстановят, докато способността за вътрешно произвеждане на топлината се възобнови.

Одеяло с отвор за главата ще отразява телесната топлина и ще спомага за подобряването на комфорта при температури под нулата.

ТОПЛИННА ЗАГУБА - ОБЩИ ПРАВИЛА

При бърза загуба на топлина - затоплете бързо.

При бавна загуба на топлина - затоплете бавно.

• *Измръзване*

Измръзването става, когато кожата и плътта замръзнат и температурата им спадне до -1°C . Измръзването засяга всички открити места на тялото и областите, които са най-отдалечени от сърцето, където кръвообращението е най-слабо: ръцете и стъпалата, носа, ушите и лицето. Може да е леко или силно, в съответствие със степента на излагане на студ.

Първите признаци при измръзване на кожата е усещането за иглички. След това възникват петна, които са като вдървени, а по-късно и болезнено подуване, зачервяване и покриване с мехури, преди плътта да почернее и да падне, което е последният стадий.

Следете непрекъснато за симптоми на измръзване по своето тяло и по телата на своите спътници. Вземете мерки още при първите признаци за поява на възбуди участъци по кожата. **Правете** гримаси с лицето си, за да се противопоставите на студа

Повърхностно измръзване: Поразява само кожата. За да го екувате, поставете поразеното място на топло. Пъхнете ръцете и под мишниците или между краката си. Сложете си стъпалата върху корема на своя приятел (може да не бъдете приятели още дълго време!). Затоплянето на измръзналото място ще бъде болезнено.

● **Дълбоко измръзване:** Много по-голям проблем. Предпазете поразената област от по-нататъшно измръзване. НЕ я разтърквайте със сняг. НЕ я излагайте на открит огън. Най-доброто лечение е постепенно да размразите измръзналото място с топла вода с температура около $28-28.5^{\circ}\text{C}$ - температурата, която лакътят ви може да понесе без неприятни усещания. Ако водата е прекалено гореща, охладете я до необходимата температура и след това я използвайте за засегнатата област на тялото.

• **Напреднал стадий на измръзване:** Може да предизвика появата на мехури, които да се инфектират и да се превърнат в язви. Тези тъкани посивяват, след това почерняват и умират и накрая окапват. НЕ пукайте мехурите и **НИКОГА** не разтривайте поразената област. Силната болка е индикатор, че мястото е било затоплено прекалено бързо. Използвайте само "животинска топлина".

• *Снежна слепота*

Временна загуба на зрението, причинена от голямата сила и концентрация на слънчевите лъчи, които се отразяват от покритата със сняг земя или от леда (а също и от ледените кристалчета в облаците). Настъпва по-често, когато слънцето е високо, но може да възникне и когато отсъства пряка слънчева светлина - по време на някой светъл облачен период в полярните и алпийски области.

Симптоми: Най-напред очите стават чувствителни към отблясъка, а след това започва мигане и разфокусиране на погледа. Зрението придобива розов оттенък, който става все по-червен. Ако на този стадий не се вземат мерки, очите започват да се усещат така, като че ли в тях има пясък.

Лечение: Пъхнете се на някое тъмно място и си превързка върху очите. Топлината усилва болката, затова върху лицето поставете успокояваща хладна мокра кърпа и дреха. С течение на времето състоянието се подобрява самосебе си. Предпазете се от бъдещо излагане на слънце като носите слънчеви очила и се почерните под очите с въглен да намалите отблясъка (виж **Климат и терен**).

• **Отравяне с въглероден окис**

Опасност в резултат от непълно изгаряне в лошо проветрявани места, което може да е резултат от твърде ревностните усилия да се отстрани всякакво течение в подслона. Всички разновидности на огнища и печки са потенциална негова причина, ако се използват в затворени помещения без подходяща вентилация. Въглеродният окис е без цвят и мирис, затова е трудно да бъде установен. Може да предизвика *леко главоболие, замаяност, сънливост, повдигане и дори повръщане* - но тези симптоми могат да останат незабелязани и да се достигне до *изпадане в безсъзнание* без никакво предупреждение. Ако не се открие навреме, изходът може да бъде фатален.

Лечение: Просто - а предпазните мерки са още по-прости - **ПРОВЕТРЯВАЙТЕ**. Преместете пострадалия на чист въздух и го накарайте да диша равномерно. Ако е в безсъзнание и не диша, направете му изкуствено дишане. Дръжте го на топло и проветрявайте подслона.

• **Окопна болест по краката**

Развива се, когато стъпалата са потопени във вода за дълъг период от време или са влажни и студени продължително време. Стегнатите обувки помагат за настъпването на това състояние. Това е сериозно заболяване и то се ускорява от физическото изтощение, студа и липсата на храна, вода и сън.

Предотвратете появата на окопната болест, като държите краката си сухи. Носете ботуши, които са ви по мярка упражнявайте краката и пръстите на краката и редовно проверявайте стъпалата.

Симптоми: Стъпалата се усещат като че ли в тях са карфици и иглички. Настъпва изтръпване, редуващо се с остри болки. При оглед стъпалата са морави, подути и на мехури-

Лечение: Изсушете стъпалата, но не ги разтривайте и не пукайте мехурите. Вдигнете стъпалата и ги покрийте с нещо, за да ги държите топли, но импровизирайте някаква клетка, която да носи върху себе си тежестта на това, с което сте ги покрили. НЕ използвайте изкуствена топлина. НЕ масажирате. Лечението е да не ги движите и да ги държите затоплени.

ПРИРОДНА МЕДИЦИНА



За много човешки заболявания има естествени лечебни средства, ако знаете къде да ги търсите. От хиляди години различни видове билки, растения и природни вещества са били прилагани при различни заболявания и много от лекарствата, които и днес се използват, са извлечени от растителни източници. Не всички традиционни лекарства се одобряват от съвременната медицина, някои от тях се основават в по-голяма степен върху асоциации, свързани с растението, отколкото върху неговите лечебни свойства, въпреки че странното оцветяване и външен вид като че ли наистина често се оказват показателни. Такива растения, като червеното огнивче и репея, използвани за пречистване на кръвта, са червени; тези, които се прилагат при лекуване на жълтеницата, в това число чотиката, мишите уши и плухарчето, са жълти. Понякога името на растението напомня за старата му медицинска употреба - очанката, например.

Бъдете жесток, за да сте добър

Болните бедстващи се нуждаят от вашето внимание и грижа, освен това трябва да се поддържа техният оптимизъм и интересованост. Ако някой човек с пневмония бъде оставен асе свива в ъгъла на подслона, той вероятно ще умре. Накарайте

го да се размърда и ангажирайте времето му с изпълнението на някои дребни задачи. Давайте му много течности и го прилъгвайте да се храни. Не го оставяйте да се залежава. Заболелите от хепатит трябва да се принуждават да се хранят. Не можете да си позволите да спадне нито силата, нито духът им.

Не само растенията могат да заместят лекарствата или да допълнят тяхното действие. Урината може да се използва като антисептик за промиване на раните. Ако болният е гнуслив използвайте собствената му урина. Ако е много болен, няма да го е грижа чия е тя. Личинките също са се използвали за почистване на рани. В тропическите страни откритата рана много бързо се покрива с тях, но те наистина я поддържат отворена и чиста, докато успеете да ѝ осигурите по-добро лечение. Внимавайте да не изядат здравата тъкан.

Огънят се използва от векове за почистване на рани. Обгарянето изисква издръжливост и силен дух от болните, но ако могат да издържат на болката и вие имате патрони, посипването около раната с барут и запалването му може да предотврати гангрената. Някои хора вярват, че най-добрият начин за запечатване на чуканчето на костта след ампутацията на крайника е то да бъде обгорено (както са правили с престъпниците, след като са им отсичали ръцете) - но шокът от това, прибавен към шока от раната, може да убие някои хора.

Съвременни лекарства

Много от съвременните лекарства, като кокаина, морфина и дигиталина, се получават непосредствено от съответните растения, но извличането им НЕ е директно. Често в тях се съдържат отровни вещества, които могат да бъдат МНОГО ОПАСНИ, ако бъде направен опит подобни растения да се използват за лекуване. По-долу съм дал списък с растения начините, по които бедстващият може да ги използва за лечение след елементарна преработка. Въпреки че много от съвременните лекарства се приготвят от тропически растения и макар местната медицина да включва голям брой растителни компоненти, повечето от посочените тук се срещат в райони с

умерен климат, защото това са растения, които са били най-добре описани и шансът да ги разпознаете е най-голям.

Приготвяне на растенията

Не пипайте отровните растения и се уверете, че сте ги разпознали със сигурност. Като общовалидно правило трябва да имате предвид, че растенията са с по-голям ефект, когато са във фаза на цъфтеж. Забележете, че различните части на растението могат да се използват по различен начин.

Запарките обикновено се приготвят от листата или цветовете, а отварите от корени. Методите са описани по-долу. Разделете полученото количество на три части, за да ви стигне за един ден. Винаги приготвяйте пресни запарки, отвари и лапи, точно преди използването им. Никога не ги съхранявайте за повече от 12 часа.

Силата на въздействие на растенията зависи от сезона, когато са набрани. Не си мислете, че ще е по-добре, ако поемете или предпишете по-големи дози - не го правете, а може да нанесете и вреда.

Не очаквайте чудеса за една нощ. Дайте възможност на лекарството да въздейства по-дълго време.

За приготвяне на запарка (настойка)

Нарежете и смачкайте билката, така че соковете и маслата и да станат по-достъпни. За половин литър вода ви трябва една шепа билки (30 г за 50 куб.см). Залейте с вряла вода. Разбъркайте. Оставете да изстине. Не е необходимо да прецеждате - билките ще потънат на дъното.

Ако не можете да сварите вода, използвайте студена вода и половината на това количество и поставете съда на слънце. Няма слънце, няма и вода, опитайте се да изсмучете или да съдържате листата, извличайки от тях колкото се може по-голямо количество сок, след това изплюйте кашата.

За приготвяне на отвара

Обикновено се приготвя от корени. Нарежете, настържете и смачкайте корена. Накиснете го във вода (една шепа в 85 куб.см)

най-малко за половин час. Сложете го да ври на тих огън, водата намалее с една трета.

За приготвяне на лапа

Смачкайте корена, листата или цялата билка и направете от нея плоска подложка. Ако е твърде суха, добавете вода. Поставете я върху поразеното място и покрийте с голямо листо след това вържете. Лапите могат да се поставят върху схванати стави, навяхвания и гнойни рани.

Изстискване на сок

Превърнете стъблото и листата във влажна каша като ги смачкате с ръце, камъни или пръчки. Изстискайте сока само в раната, а кашата разстелете около инфектираното място. Покрийте с голямо листо и завържете.

Средства за гипсиране

Корените на зарасличето и в по-малка степен на ергенската сълза са толкова богати на скорбяла, че ще се втвърдят, след като бъдат добре сварени и водата намалее. Оставете сместа леко да се охлади и обвийте с нея наранения крайник или става. Подходяща е за задържане на лапи.

ЛЕКАРСТВА

• *Спиране на кръвотечение*

Див здравец: *Изстискване на сок*;
Гигантска прахавица: *Наложена като лапа*;
Зимзелен: *Изстискване на сок от листата*;
Живовляк: *Счукани листа като лапа*;
Усойче: *Изстискване на сок*;
Часовниче: *Изстискване на сок от листата*;
Ранилист: *Изстискване на сок*.

• *Почистване на обриви/язви/рани*

Забележка: *Използвайте тези растения външно, за промиване на кожата или там, където е отбелязано, като лапа. Прилагайте по два или три пъти дневно.*

репей: *Отвара от корена; смачкан суров корен и сол за ухапвания от животни*;

Лайка: *Запарка от цветовете като лапа*;

Звездица: *Изстискване на сока от листата*;

Лепка: *Запарка от цялото растение с изключение на корените*;

Зарасличе: *Отвара от корена като лапа*;

Мъртва коприва: *Запарка от цветовете и филизите*;

Лапад: *Смачкани листа*;

Бъз: *Изстискване на сок от листата*;

Бряст: *Запарка от кората*;

Пчелинок: *Запарка от цялото растение с изключение на корените*;

Слез: *Отвара от листата и цветовете като лапа*;

Бяла ружа: *Отвара от корена; запарка от листата и цветовете; като лапа*;

Дъб: *Отвара от кората*;

Дебриянка: *Запарка от цялото растение без корените*;

Пореч: *Смачкани листа*;

Овчарска торбичка: *Запарка от цялото растение с изключение на корените като лапа*;

Прозорче (очеболец): *Запарка от цялото растение с изключение на корените*;

Ергенска сълза: *Отвара от корените като лапа*;

Жълт кантарион: *Запарка от цветовете и стъблата*;

Киселец: *Смачкани листа*;

Вратига: *Смачкани листа*;

Кресон (пореч): *Изстискване на сок*;

Ранилист: *Запарка от цялото растение с изключение на корените*;

Бял равнец: *Запарка от цялото растение с изключение на корените*.

• *Антисептици*

Забележка: *Тези растения могат да се използват външно или вътрешно. Особено полезни са за рани, които са се инфектирали.*

Чесън: *Изстискване на сок*;

Слез: Запарване на листата и цветовете;
 Бяла ружа: Отвара от корените; запарка от цветовете и листата;
 Хрян: Отвара от корените;
 Машерка: Запарка от листата и цветовете.

- Болки/Контузии/Схващания

Забележка: Там, където е отбелязано, използвайте външн
 Маточина: Запарка от листа;
 Бреза: Запарка от листа;
 Пореч: Запарка от цялото растение с изключение на корените;
 Репей: Отвара от корена;
 Лайка: Изстискване на сок от цветовете, който се използва за подувания;
 Звездица: Запарка от цялото растение с изключение на корените;
 Зарасличе: Отвара от корена, приложена като лапа;
 Боровинка: Запарка от листата и плодовете;
 Лапад: Смачкани листа, приложени към натъртвания;
 Див здравец: Запарка от цялото растение, с изключение на корените, приложена към подутини;
 Бряст: Запарка от кората;
 Гърлица: Отвара от цялото растение с изключение на корените; използва се външно за налагане на натъртвания и кръвни съсиреци;
 Чесън: Изстискване на сок, използван за подутини;
 Пчелинок: Изстискване на сок или листа за болки в ушите;
 Топола: Запарка от пъпки от листа;
 Ергенска сълзица: Отвара от корени; използва се външно;
 Жълт кантарион: Запарка от цветовете и стъблата. приложена към контузените места;
 Киселец: Смачкани листа, приложени към контузени места;
 Вратига: Смачкани листа, приложени към контузени места;
 Върба: Отвара от кората.

- Температура

бележка: Тези растения ще предизвикат изпотяване, което доведе до спадане на температурата.

Лайка: Запарка от листата и цветовете;
 Бъз: Запарка от цветовете и плодовете;
 Бряст: Отвара от кората;
 Лайкучка: Запарка от цялото растение;
 Липа: Запарка от цветовете.

- Настинки/Възпалено гърло/дишане

Чотика: Запарка от цялото растение без корена;
 Боровинка: Запарка от листата и плодовете;
 Пача трева: Запарка от цялото растение без корените;
 Пореч: Запарка от цялото растение без корените;
 Репей: Отвара от корена;
 Лайка: Запарка от цветовете; използвайте за гаргара;
 Подбел: Запарка от листата и цветовете;
 Зарасличе: Запарка от цялото растение;
 Лопен: Запарка от цялото растение без корените; отвара от корените за гаргара;
 Пчелинок: Запарка от цялото растение без корените;
 Хрян: Суров корен;
 Липа: Запарка от цветовете;
 Медуница: Запарка от цялото растение без корените;
 Слез: Запарка от цветовете и листата;
 Бяла ружа: Отвара от корените; запарка от листата и цветовете;
 Джоджен: Запарка от цялото растение без корените;
 Планинско омайниче: Запарка от цялото растение; използвайте за гаргара;
 Коприва: Запарка от листата;
 Дъб: Отвара от кората; използвайте за гаргара;
Живовляк: Запарка от листата и стъблата;
 Топола: Запарка от пъпките на листата;
 Роза: Отвара от пъпките;
 Дебриянка: Отвара от цялото растение без корените;
Усойче: Запарка от цялото растение без корените; използвайте за гаргара;

Жълт кантарион: Запарка от листата и стръковете;
 Машерка: Запарка от листата и цветовете;
 Върба: Отвара от кората;
 Бял равнец: Отвара от цялото растение без корените
 използвайте за инхалации.

- Успокояване на стомаха

Маточина: Запарка от листата;
 Боровинка: Отвара от плодовете;
 Орлова папрат: Запарка от листата;
 Къпина: Запарка от листата;
 Глухарче: Отвара от цялото растение;
 Хрян: Запарка от корените;
 Джоджен: Запарка от цялото растение без корените, със
 счукан въглен;
 Ергенска сълза: Отвара от корена;
 Дебриянка: Запарка от корените;
 Бял равнец: Запарка от листата и цветовете.

- Диария

Забележка: Вземайте по два или три пъти дневно, докато
 симптомите утихнат.

Боровинка: Отвара от корена;
 Пача трева: Запарка от цялото растение без корените;
 Къпина: Запарка от листата или отвара от плодовете;
 Бряст: Запарка от кората;
 Разваленка: Запарка от от листата и стръковете;
 Леска: Запарка от листата;
 Бяла ружа: Запарка от листата и цветовете; отвара от
 корена;
 Джоджен: Запарка от цялото растение без корените;
 Планинско омайниче: Запарка от цялото растение без
 корена;
 Дъб: Отвара от кората;
 Живовляк: Запарка от листата и стъблата;
 Зимзелен: Запарка от листата; да НЕ се използва
 продължително време;
 Очоболец: Запарка от цялото растение без корените.

Запек

Чотика: Запарка от цялото растение без корените;
 Берберис (кисел трън): Изстискване на сок от плода;
 Лепка: Запарка от цялото растение;
 Троскот: Отвара от корена;
 Глухарче: Отвара от цялото растение;
 Бъз: Изстискване на сок от плодовете;
 Лайкучка: Отвара от листата и цветовете;
 Офика (калинка): Изстискване на сок от плода;
 Роза: Отвара от пънките;
 Орех: Отвара от кората.

- Хемороиди

Забележка: Прилагайте външно, два или три пъти дневно.

Боровинка: Изстискване на сок от плодовете;
 Лайка: Запарка от листата и цветовете;
 Бряст: Отвара от кората;
 Жълтурче: Изстискване на сока от листата;
 Дъб: Отвара от кора;
 Живовляк: Изстискване на сок;
 Топола: Отвара от пънките на листата;
 Очоболец: Запарка от цялото растение без корена; •
 Ергенска сълза: Отвара от корена.

- Изхвърляне на червеите

Орлова папрат: Запарка от корените;
 Лайкучка: Отвара от листа и цветовете;
 Гърлица: Запарка от цялото растение без корените;
 Вратига: Запарка от листата и цветовете; използвайте
 нестеливо, в малки количества.

ПОМНЕТЕ СПЕЦИАЛНО

За главоболие: От листата и кората на върбата се получава
 отвара, съдържаща салицил, съставка на аспирина.

За лекуване: Изстискайте сок от листата на зарасличе, за
 да Подпомогнете възстановяването и растежа на тъканите.

Тропически лечебни растения

Познати са хиляди тропически растения, притежаващи
 лечебни свойства и използвани от местното население.

Относително малък брой от тях са изучени от западните ученици са добре известни. По-долу са посочени малка част от многобройните растения, които могат да бъдат полезни, но при положение че не притежавате достатъчно прецизна информация за лечебните растения, ще е по-добре да носите със себе си лекарства. **НИКОГА** не експериментирайте с нещо, което не можете да идентифицирате със сигурност.

Меденото листо (*Acalypha indica*) е един от няколкото сходни храста в Индия и Югоизточна Азия, достигащ 2-3 м, с овални до сърцевидни листа, които често са изпъстрени с червени светлорозови и зелени отсенки. В Малая листата се изсушават и се пият като чай. *Отварата от корените и листата е с разслабително и възстановително действие.*

Алстониите, в това число *Alstonia scholaris*, се срещат от Индия на изток до Филипините и на юг до Индонезия и в някои части на Австралия. *Сварете кората във вода, за да направите тонизираща напитка, която снижава температурата, облекчава диабета и убива вътрешните паразитни червеи.*

Antelaea azadirachta се среща от Индия на изток до Кипай и Индонезия. *Отвара от листата и кората ще помогне за потискането на маларията и дизентерията. Използвайте маслото от семената за лечение на язви и болести по кожата.*

Bruceas се среща в множество, твърде различни форми от Индия на изток до Китай и на юг до Австралия. *Всички части са горчиви на вкус. Вземайте семената на Brucea sumatrana при диария и дизентерия. Смачканите листа помагат срещу външно кръвотечение и облекчават попареното и ухапванията от насекоми.*

Elettaria cardamomum е роднина на джинджифила, среща се в Индия и отчасти на изток. Високо, тревисто растение с дебело, месесто коренище и продълговат, дълъг връх с цветове. *Използвайте семената или изстискайте сок от плодовете за успокояване на стомаха и облекчаване на позивите повръщане.*

Хининовото дърво, Китайската кора или Червената кора (*Cinchona*) е голямо дърво, обикновено с червеникавокафяв дън, растящо в диво състояние в тропическа Южна Америка.

зпространено по целия свят. *Вземете отвара от съдържащата хинин кора, за да потиснете маларията.*

Хрянът (*Moringa oleifera*, виж *Тропически растения*, Храна) широко разпространено ядивно растение в тропиците. *Използвайте изстискания сок от корените и листата, за да лекувате обриви и възпаления по кожата.*

Kibatalia arborea е друго азиатско дърво, чиято кора, когато се нареже, дава сок гъст като боя. *Използвайте този сок в малки количества за борба против глисти.*

Sida cordifolia е право, нежно едногодишно растение, достигащо до 1 м, с продълговати, назъбени листа и жълтеникави цветове. Среща се от Индия на изток до Тайван. *Използвайте отвара от листата за кашлица и температура. Семената са с умерено разслабително действие.*

Pergularia extensa има стъбла с твърди власинки, широки овални листа, достигащи до 15 см, и малки, зеленикавобели цветове. Расте в тропическа Африка. *Използвайте нежните листа и стръкове като подправка или в някоя силна запарка за лечение на тения и диария. Използвайте лапа от листата за попарени места, абсцеси и рани.*

Crataeva religiosa се среща от Индия на изток до Папуа, Нова Гвинея и Полинезия. *Отвара от кората и листата помага при стомашни разстройства, главоболие, температура и други болки.*

Баобяби (*Adansonia*, виж *Пустинни растения* в Храна). *Използвайте листата, за да предизвикате изпотяване за облекчаване на настинки, температура и астма; а отвара от кората, за да потиснете маларията.*

Акация (*Acacia*, виж *Пустинни растения* в Храна). *Пастържете дъвка от кората. Използвайте като лекарство против глисти и диария.*

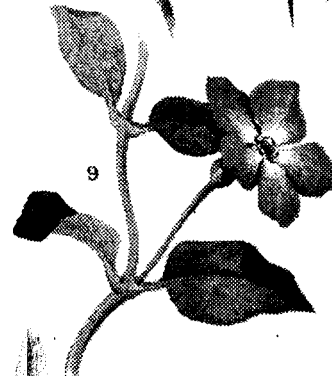
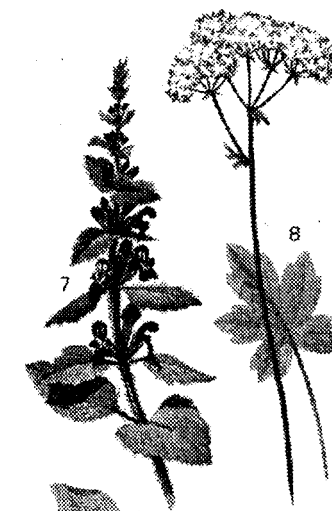
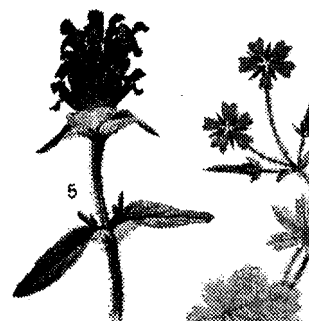
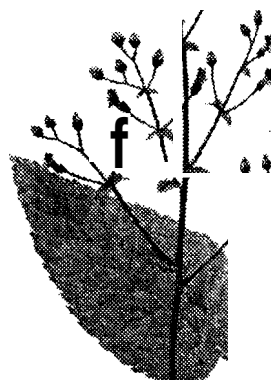
ЛЕЧЕБНИ РАСТЕНИЯ

Тези лечебни растения се срещат в районите с умерен климат. Много от тях са широко разпространени и всички са абсолютно безопасни. Използвайте ги за спиране на кръвотечение и за лекуване на рани, за температура, настинка и стомашни разстройства, както и за други видове лечение, както е описано по-долу. Някои от тях имат по няколко различни приложения, но тук са описани най-общоприетите.

Съобщено предназначение и антисептици:

1•Очанка (*Euphrasia officinalis*) достига около 30 см, с овални, често мъхести листа и бели цветове, обаяни с виолетови или моравинишки и с жълти петна; в тревистите местности, често в планините, в Евразия. Изцедената отвара от цялото растение е превъзходно средство против **инфекции на очите**. Твърди се, също така, че облекчава сепната хрема и запушване на носа.

2•Чесънът (*Allium*) се среща в най-различни разновидности в повечето райони с умерен, а вече и в тези с тропически климат. Миризмата ще ви насочи към него; повечето от тях имат дълги лентовидни листа, израстващи от луковицата, и високо



стъбло увенчано с грозд от дребни розови или бели цветове. **Луковицата** е мощен **антисептик**; използвайте като изстискан сок външно, разреден с вода, за да лекувате рани и отоци, и яжте чесън, за да лекувате и за да се предпазите от настинки. Освен това съдържа естествен антибиотик.

3•Дивата мащерика (*Thymus serpyllum*) е малко, ароматно, разстилащо се по земята растение, с малки овални листа и червеникаворозови цветове; в сухите тревисти местности в западна Евразия, но нейни разновидности се срещат навсякъде. Използвайте **антисептичните й свойства** в отвара за лекуване на кашлица и настинка или като подправка.

4•Гърлицата (*Scrophularia nodosa*) достига до 90 см, с квадратни стъбла, овални листа с остър връх и червенокафяви цветове; в горите, горските поляни и шубраците на Евразия - съществуват най-различни видове. Използвайте като отвара за налагане на подутини, навяхвания, попарвания и контузии; за разнасяне на кръвни съсиреци и за лекуване на хемороиди.

Кървене:

5•Усойчето (*Prunella vulgaris*) е мъхесто, пълзящо растение с овални листа с остър връх и глава от виолетови цветове; в сухит тревисти и пусти местности в Евразия. *Използвайте* *като* *изстискан сок за спиране на кървенето или като запарка* *на* *вътрешни кръвоизливи.*

6•Дивият здравец (*Geranium molle*) достига до 30 см, с покрито с власинки стъбло, дълбоко прорязани листа и малки, розови петлистни цветове; в сухите тревисти и пусти местности *Използвайте като изстискан сок за спиране на кървенето или като отвара при вътрешен кръвоизлив.*

7•Блатистият ранилист (*Stachys palustris*) е силно миризливо покрито с власинки, достигащо до 90 см растение с назъбени сърцевидни листа и класовидни съцветия от тъмнорозови до морави цветове на бели петна; обикновено се среща из блатистите места; подобни видове виреят в покрайнините на горите и в сенчести местности. *Използвайте като изстискан сок за спиране на кървенето или като запарка за промиване на ожулвания и рани.*

8•Дебрияката (*Sanicula europaea*) достига до 50 см, с длановидни, дълбоко прорязани листа и малки бели или розови цветове, разположени компактно на върха на растението; широко разпространено в гористите местности в Евразия. *Използвайте като изстискан сок за спиране на кръвотечението или като запарка за вътрешни кръвоизливи.*

9•Голям зимзелен (*Vinca major*) достига до 50 см, с жилави, вечнозелени, широки копиевидни листа и големи, синьо-виолетови цветове; в гористите, осеяните с храсталак и каменисти местности в Евразия. В другите части на света съществуват много разновидности на зимзелена. *Използвайте изстискания сок външно, за да спрете кръвотечението.*

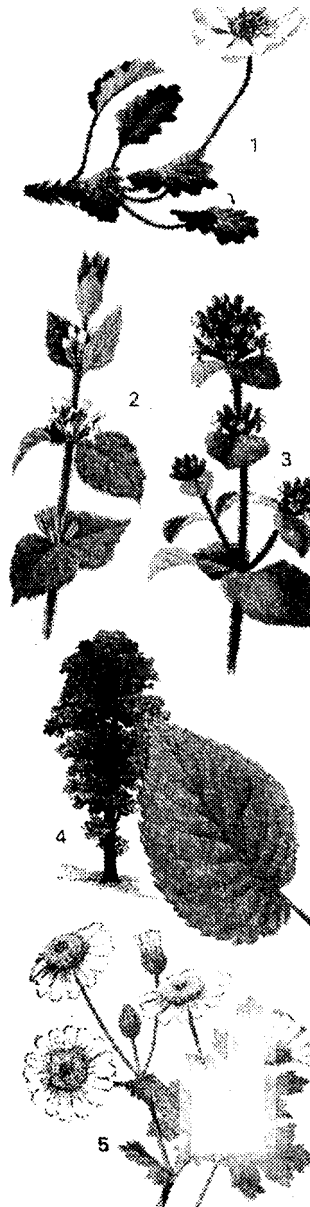
Живовлякът (виж *Ядивни растения, Храна*) осигурява сок за лекуване на рани и на болки в гърдите.

Проблеми с червата:

1•Планинското омайниче (*Dryas octopetala*) прилича на пълзяща дива ягода с листа с добре оформени делчета, по-светли от долната си страна и големи, бели цветове с жълти тичинки; в скалистите планински райони в северните арктически области. *Използвайте го като запарка от стъблата, листата и цветовете при диария или за гаргара.*

2•Маточината (*Melissa officinalis*) е с миризма на лимон, покрито с власинки, достигащо до 60 см растение с назъбени, овални, зеленикаво-жълти листа и венчета от малки, бели цветове в основата на листата; в тревистите местности в по-топлите части на Евразия. *Използвайте го като запарка от цялото растение при треска и гадене. Може да се използва също така и за облекчаване на болезнена менструация.*

3•Водният джоджен (*Mentha aquatica*) е ароматно растение, покрито с власинки, което расте винаги близо до прясна вода, с назъбени овални листа с остри върхове, възморово стъбло, достигащо до 80 см, и снопчета от розови цветове. *Използвайте го като запарка от листата при диария; като средство, подпомагащо храносмилането; като затоплящо средство, предизвикващо изпотяване при температура.*



Другите видове джоджен също са полезни. Ако направите запарката прекалено силна, тя може да се превърне в средство за повръщане.

4•Брястовите (*Ulmus*) са високи дървета с големи, овални назъбени листа, зелени дискообразни плодове и често с издънки в основата на ствола. Използвайте отвара от кората при диария и възпаление на кожата.

5•Лайкучка(виж по-надолу).

6•Лепка или енювче (*Galium aparine*) е пълзящо растение с дълго бодливо стъбло, венче от тесни, остри листа и малки бели цветове; широкоразпространено във влажните, гористите и безплодните местности. Младите растения могат да се сварят и да се ядат като спанак. Използвайте запарка при запек. Давайте често дози, смесени с равно количество бяла ружа, за цистити.

1•Чотиката (*Agrimonia eupatoria*) достига до 90 см, с мъхесто стъбло, назъбени, копиевидни листенца, сивкави отдолу, и високо съцветие от жълти цветове; в тревистите местности съществуват няколко различни вида. Използвайте запарка от цялото растение, за да облекчите запек и киселините в стомаха. Използвайте също така за лечение на цистити, като давате често малки дози.

8•Жълтурчето (*Ranunculus ficaria*) достига до 20 см, с лъскави, тъмнозелени, сърцевидни листа и жълти цветове; във влажните гористи местности и влажните места в Евразия. Използвайте изстискания сок външно при хемороиди; **НЕ** го бъркайте с отровния му родственик, лютичето.

9•Ергенската сълза (*Polygonatum*) е малко растение с извити стъбла, носещи тръбовидни, зеленикаво-бели цветове; в гористи и покрити с храсти местности. Използвайте отвара от корена външно при хемороиди и натъртвания или изпийте запарка при гадене. Богатият на скорбяла корен става за ядене, подобно на пащърнака, но когато се сvari и изсуши, той се втвърдява и може да се използва като средство за шиниране. Запарката или лапата, приготвена от стрития на прах корен,

помага при натъртвания. **Плодовете му са ОТРОВНИ.**

Очеболецът (виж Ядивни растения в Храна) също осигурява запарка за лечение на проблеми с храносмилането и на хемороиди.

Температура, кашлица и настинки:

5•Лайкучка (*Tanacetum parthenium*) е много ароматно, достигащо до 45 см растение с деликатни жълтеникави листенца и многобройни, подобни на маргаритки, цветове; в безплодните и тревистите местности на Евразия. Яденето на листата облекчава главоболието и мигрената, но при някои хора може да предизвика появата на пришки в устата. По-сигурно е да използвате запарка от цялото растение при температура, главоболие и общо болки или като тинктура при ухапвания от насекоми. Честите малки дози от гореща запарка помагат за регулирането на контракциите при раждане.



Температура, кашлица и настинки, продължение:

1 «Лайката» (*Chamaemelum nobile*) е ароматично, пълзящо растение с фино разрязани листа и цветове като маргаритки; в тревистите местности в Евразия. Използвайте запарка от цялото растение за температура, главоболие, мигрена и настинка или изстискания сок от цветовете за болки и навяхвания. Тя е с успокоително въздействие, особено за децата с нервни разстройства.

2 «Подбелът» (*Tussilago farfara*) е широко разпространен от късната зима по голите и пусти места. Големи, жълти, подобни на глухарче цветове на върха на стъбла като на аспарагус. Използвайте листата за запарка при настинка и кашлица.

3 «Медуницата» (*Pulmonaria officinalis*) е мъхесто, достигащо до 30 см растение с копиевидни листа, осеяни с бели петна, и камбанковидни розови или моравосини цветове; в местата, залесени със смесени гори и храсти, в Евразия. Запарка от цялото растение е превъзходно средство за болки в гърдите и е полезно при диария. За кашлица го вземайте с равна част подбел.



4 «Пчелинокът» (*Marrubium vulgare*) е мъхесто растение с адратни стъбла и миризма на машерка, достигащо до 50 см; със закръглени, набръчкани, зеленикаво-бели листа и съцветия от безцветни цветове; в сухите, залесени с храсти места на Евразия. Използвайте запарка от цялото растение при простуди, затруднено дишане; изстисканото от листата масло облекчава болката в ушите. Добро средство за лекуване на кашлица при деца. В големи дози действа като разслабително.

5 «Белият равнец» (*Achillea millefolium*) е мъхесто, ароматно, достигащо до 60 см растение; с прорязани, жилави, тъмнозелени листа и главички от малки бели или розови цветове; в тревистите места. Използвайте запарка от цялото растение, но НЕ и от корените, за настинки и температура. Освен това ускорява съсирването на кръвта при рани и намалява кръвното налягане и кръвенето при кръвоизливи.

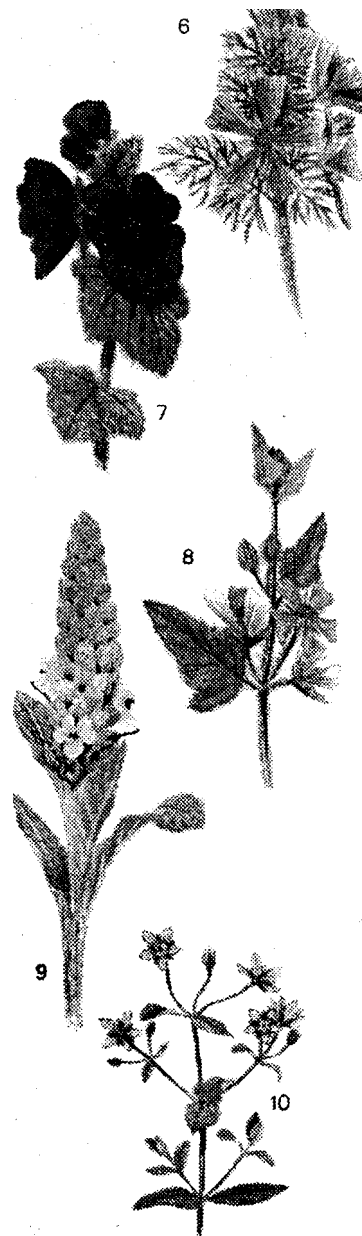
6 «Мускусният слез» (*Malva moschata*) расте в тревисти и обрасли с храсталаци места и достига около 60 см, с покрито с власинки стъбло, дълбоко нарязани листа и големи, розови петлистни цветове. Слезът е широко разпространен и се среща в много разновидности. Използвайте го по начина, по който се използва бялата ружа (8).

7 «Дървовидният слез» (*Lavatera arborea*) достига до 3 м, с покрито с власинки стъбло, дървовиден в основата, подобни на бръшлян листа и розовопурпурни цветове на тъмноморави черти; по скалистите крайбрежия от Европа до Мала Азия. Използвайте го по начина, по който се използва бялата ружа (8).

8 «Бялата ружа» (*Althaea officinalis*) достига до 90 см, мъхестосива, с големи, разделени на дялове листа и светло-розови цветове. Стотвеният корен е превъзходна храна. Използвайте като запарка от цялото растение при болки в гърдите или запарка само от корена за лекуване на виене на свят, предизвикано от загуба на кръв, и за почистване на рани. Натриването с начукани листа облекчава ухапванията от насекоми; сварените листа са добър компрес за кожни обриви. Запарка от листата облекчава и успокоява възпаленията на храносмилателната система.

9•Лопенът (*Verbascum thapsus*) е покрит със светъл дървесен мъх и достига до 2 м, с големи, копиевидни листа и плътно класовидно съцветие от жълти петлистни цветове; в сухите, топли, тревисти местности. *Използвайте запарка от цветовете и листата при кашлица и болки в гърдите или отвара от корена, за да си правите гаргара. Счукайте на прах цветовете, за да приготвите успокоителен и облекчаващ болката чай.*

10•Жълтият кантарион (*Hypericum perforatum*) достига до 60 см и е с малки, обли, полупрозрачни петнисти листа и глава от златножълти цветове, които пускат червен сок, когато се смачкат; в откритите горски места, тревистите и осеяни с храсти местности. *Използвайте запарка от цялото растение за настинки и болки в гърдите.*



ОПАСНИ ТВАРИ

Насекомите и другите твари, показани тук, не са основният проблем пред бедствашите, ако се вземат разумни предпазни мерки, но лесно могат да се превърнат в такъв, ако не се отнесете към тях с необходимото внимание.

1 «Скорпионът се среща в пустините, горите и джунглите в районите с тропически, субтропически и умерен климат; един от неговите видове живее в Андите на 3600 м надморска височина и е предимно нощно животно. Повечето пустинни видове са от жълти до светлозелени, а тези от влажните или високопланинските области са кафяви или черни. Средният размер е 25 см, но гигантите от Южна Африка и Нова Гвинея достигат до 20 см. Някои се заравят в земята, но обикновено можете да ги откриете под кората на дърветата, камъните или в някакво друго укритие, включително и в багажа ви. Жилото е в опашката. **Много от неговите видове предизвикват само обикновен дискомфорт, много малко от тях произвеждат нервни токсини, причиняващи временна парализа за 24-48 часа. Някои скорпиони от Средния Изток, Бразилия и западно Мексико могат да ужилят смъртоносно, но това става много рядко и смъртта е по-вероятно да настъпи при малките деца, болните хора и при възрастните, чиито съпротивителни сили са слаби.**

2•Паякът отшелник или паякът с цигулковиден гръб (*Loxoscees reclusa*) от Северна Америка се познава по цигулката върху задната част на главата му. Съществуват няколко различни вида, но *L. reclusa* е най-лошият. Ухапването причинява треска, студени тръпки, повръщане, болки в ставите и петна по кожата за 24-48 часа. Въпреки че рядко е с фатален изход, дегенерацията на тъканта около ухапването води до обезобразяване и дори до ампутация, ако не се лекува.

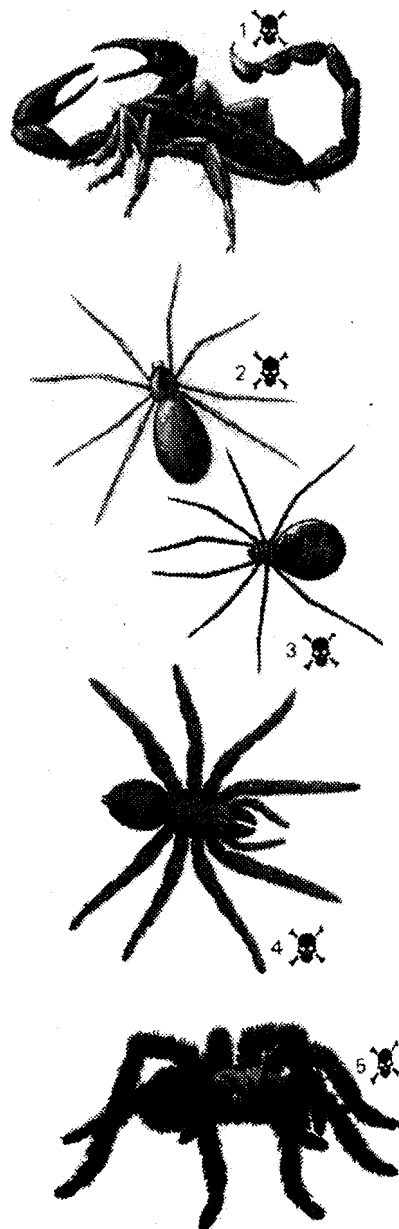
3•Паякът Черна вдовица или Пясъчен часовник (*Latrodectus*) се среща в по-топлите области, включително и пустините, почти по Целия свят. Малък, тъмен, всички негови разновидности могат да се познаят по червените, жълти или бели знаци по гърба, които при някои са с формата на пясъчен часовник. Ухапванията му причиняват силна болка, изпотяване, треперене и слабост.

вадейки жертвата от строя за цяла седмица. Рядко са смъртоносни.

4•Фуниевидните паяжини (*Atrax*) са големи, сивкави или кафеникави паяци от Австралия. Набити, с къси крачета, името им загатва за формата на паяжината им. Нощни животни и не живеят в горещите, слънчеви, сухи местности. **Ухапването им може да убие; симптомите са като при Черната вдовица.**

5•Тарантулата (*Theraphosidae* и *Lycosa*) е много голям власат паяк от тропическа Америка; една от неговите разновидности се среща в Южна Европа. Със страшен вид, но въпреки че ухапването е болезнено, отровата е доста умерена и не изважда ухапвания от строя.

6•Стоножките са предимно малки и безвредни, но някои тропически и пустинни видове могат да достигнат до 25 см. Краката им са с остри нокти, които могат да продупчат кожата и да причинят инфекция, а ухапването на някои от тях е отровно. **Изчеткайте ги в посоката, в която се движат - така опасността да се забият във вас е по-малка.**

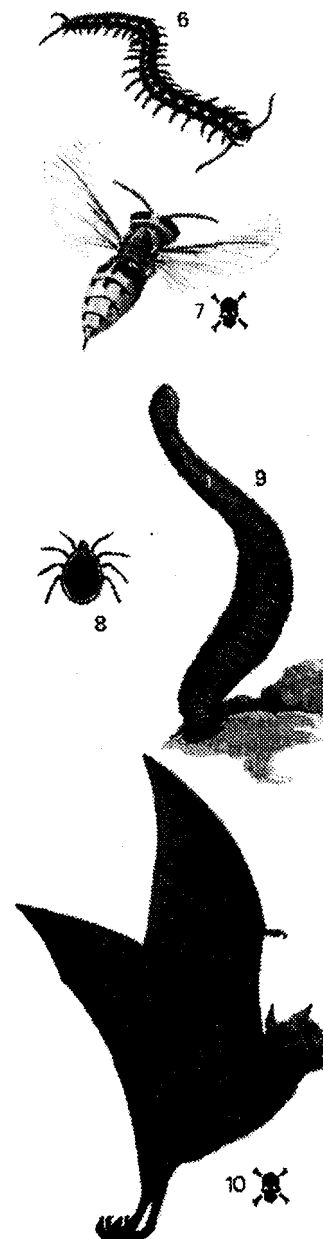


7•Стършелите се срещат на рояци и правят гнезда, които защитават свирепо. Някои тропически видове са много агресивни и много отровни и е най-разумно да се избягват. **Ужилването е като забиване на горещ пирон и няколкото едновременни ужилвания могат да бъдат фатални.**

8•Кърлежите са големи и широко разпространени в тропиците; с плоски и закръглени тела, с малка хапеща главица, която се храни в раната. **Не го дърпайте; главата ще остане и ще предизвика инфекция. Използвайте топлина, бензин, алкохол или гореща вода, за да го отстраните.**

9•Пиявиците са кръвосмучещи, подобни на червей, срещат се в тропическите джунгли и другите влажни райони, изчакват прилепнали върху някое растение жертва, върху която да се лепнат. **По-добре е да не се дърпат: махнете ги с помощта на огън или щипка сол. Пиявиците често са носители на инфекции.**

10•Прилепите-вампири (*Desmodus*) се срещат в Централна и Южна Америка. Малки, нощни животни, те пият кръвта на спящите жертви. **Ухапванията им могат да заразят с бяс. В тези области през нощта стойте напълно облечени.**



ОТРОВНИ ЗМИИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Освен ако не бъдат идентифицирани като безопасни, ^{като} тези змии ^{не} трябва да се отнасят като към смъртоносни. НЕ се доближавайте, не ги провокирайте, не ги ловете ^с ръце.

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- **Гледайте** къде стъпвате: Обикновено змиите се хранят само веднъж седмично. След като се нахранят и в периода, когато сменят кожата си, те са мудни и лесно могат да бъдат настъпани.
- **Оглеждайте** се внимателно, когато влизате в храсти, за да берете плодове - някои змии живеят по дърветата.
- **Никога не** ги дразнете, не ги вдигайте и не ги заплашвайте: Някои змии, като господарят на храстите от Южна и Централна Америка, черната мамба от Африка и кралската кобра от Азия, ще нападнат, когато са заплашени или ако защитават леговището си.
- **Използвайте** пръчки, а не ръцете си за обръщане на камъните и дънерите и когато копаете земята.
- **Носете дебели обувки**, - ако имате такива. Зъбите на много от змиите са прекалено малки, за да проникнат през тях.
- **Проверявайте** завивките, дрехите и багажа си, преди да ги използвате. Змиите може да ги използват като подслон.
- **Запазете** спокойствие, ако се натъкнете на змия. Не правете резки движения и не се нахвърляйте върху нея. Бавно отстъпете назад. В повечето случаи змията ще се опита бързо да избяга от вас.

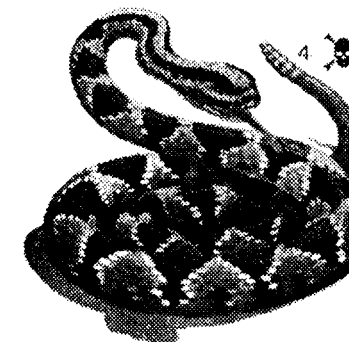
За да **унищоглите** я: Ако се налага да убиете змия, използвайте дълга пръчка, за предпочитане с примка, и отсечете главата ѝ с ^{едни} удар. Гледайте да го сторите още първия път - ранената змия много ^{бързо} огасна.

Северна и Южна Америка

1 «Гърмяща змия» (*Crotalus* и *Sistrurus*). Срещат се многобройни разновидности във всички части на Северна Америка, вариращи от 45 см до над 2.1 м. Всички са с масивно тяло, широка глава и рогови пръстени по опашката, които обикновено, но не винаги, предупреждават за присъствието си, предизвиквайки шум. Най-големите екземпляри са диамантените гърбове, с характерните шарки във форма на диаманти.

2 Медната глава (*Agkistrodon contortrix*) е средно 60-90 см, със здраво тяло с бежов или оранжевокафяв цвят, с кафяви ленти и меденочервена глава; главно в източните части на Съединените щати. Сравнително боязлива; ухапванията ѝ много рядко са смъртоносни.

3 Памучната уста или Водната мокашина (*Agkistrodon piscivorus*) достига средно 60-130 см и с с дебело кафяво или маслинокафяво тяло, понякога на петна, и жълтеникав, също на петна, корем; вътрешността на устата е бяла. Водна змия, живее в и край прясна вода в южните Съединени щати. Войнствена - не я дразнете!

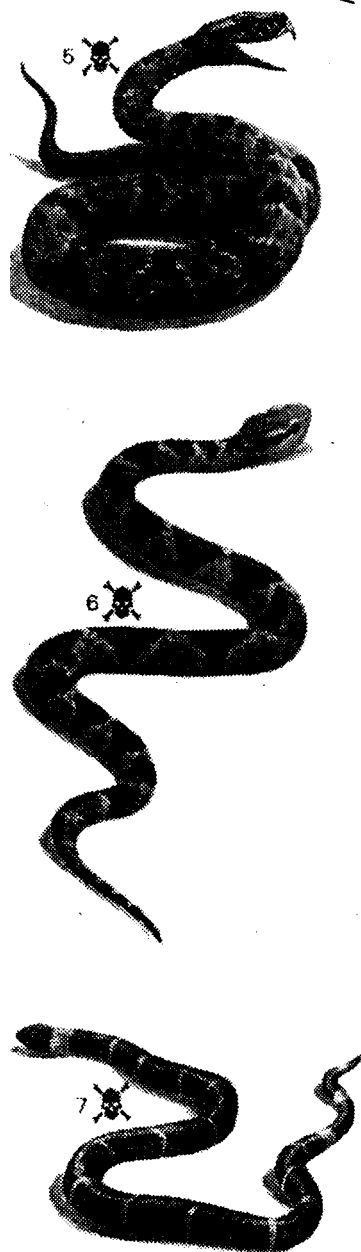


4 «Тропическа гърмяща змия (*Crotalus durissus*), достига средно около 1.5-2 м, с шарки във формата на диаманти, две тъмни ивици върху врата и рогови пръстени на опашката; нощно животно, в по-сухите области от Южна Америка на север до Мексико. **Голяма, агресивна, много опасна.**

5 • *Bothrops atrox* е кафява змия с по-светли геометрични шарки, достига средно 1.3-2 м; причинила е смъртта на много хора. Многобройните ѝ роднини са оцветени от сиво до кафяво или червеникаво и са с подобни шарки по кожата. Пепелянките *bothrops* се срещат в Южна Америка и на север до Мексико; някои от тях са дървесни животни. **Всички се навиват, преди да ухапят.**

6 • *Gopherus agassizii* е змия с голяма глава, розовокафява кожа, нашарена с големи тъмнокафяви триъгълници, достигаща средно 2-2.6 м или повече; нощна, в горите по ниските части, често обитава дупки, в Централна и Южна Америка. **Агресивна, ако бъде заплашена; най-страшната от всички змии в Новия свят.**

7 • *Corallina* е змия с голяма глава, достигаща средно 45-90 см, са тънки и обикновено с черни и червени

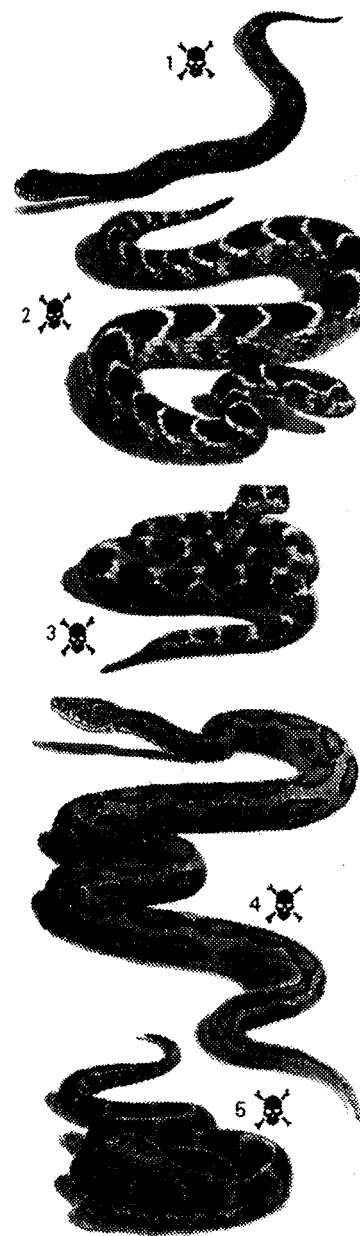


ленти, разделени от бели или жълти ивици; от южните Съединени щати до Южна Америка (подобни видове живеят в юго-източна Азия). **С малка уста, хапе неохотно, но смъртоносно.**

Не съществуват твърдо установени правила за разпознаване на отровните змии. Кобрите обикновено са с качулка, а гърмящите змии са с рогови пръстени на опашката си, но това не са общовалидни признаци. Отровните змии трябва да бъдат изучени индивидуално. Ако се съмнявате, отнасяйте се към змията като към отровна.

Европа

1 • *Viper berus* (усойницата) достига средно 30-75 см, като цветът ѝ варира от маслиненосиво до червеникаво-кафяво, със зигзаговидна шарка с по-тъмен цвят; особено по топлите, безплодни полета и открити местности, в планините. Единствената отровна змия в северна Европа, много рядко ухапването ѝ е смъртоносно, но има по-големи и по-отровни роднини в южна Европа.



Африка и Азия

2•Южноафриканската пепелянка (*Bitis arietans*) е с тяло, къса опашка и голяма глава, с по-тъмни шарки по жат, и достига средно 90-130 см; полубезводните местности, често близо до вода, в Африка и Арабския полуостров. Нейни родственици се срещат и по други места. Различни видове пепелянки живеят във всички части на Африка и Евразия, от пясъчните местности до гъстата джунгла.

3•Люсповидната пепелянка (*Echis carinatus*) е на едри люспи светлочервеникави до пясъчнокафяви с по-тъмни шарки и бели петна; достига средно 40-55 см; в безводните области от северна Африка на запад до Индия. Широко разпространена, злонравна, често причинява смърт.

4•Пепелянката на Русел (*Vipera russelli*) достига средно 1-1.25 м, кафеникава, с три реда петна, образувани от черни пръстени с бял кант с червеиикавокафява централна част; по повечето места, с изключение на гъстите гори, от Пакистан до Тайван. Повечето ухапвания от пепелянки в този район са нейно дело.

5•Малайска пепелянка (*Calloselasma rhodostoma*) е средно 60-80 см, сивобезжова, червеникава или сива, нашарена с геометрични фигури, коремът с жълтеникав или на зеленокафяви петна; из местата с рядка растителност в югоизточна Азия и някои части на Индонезия. Често хапе и има много разнo-видности. ИЗБЯГВАЙТЕ всички змии, които приличат на нея.

6•Кобрите се срещат от Африка на изток през Индия до Индонезия и Филипините. Обикновено са около 1.5-2 м и когато са разтревожени, се познават по изправената си глава и разтворената, често нашарена, качулка. Широко разпространена по каменистите и полубезводни места.

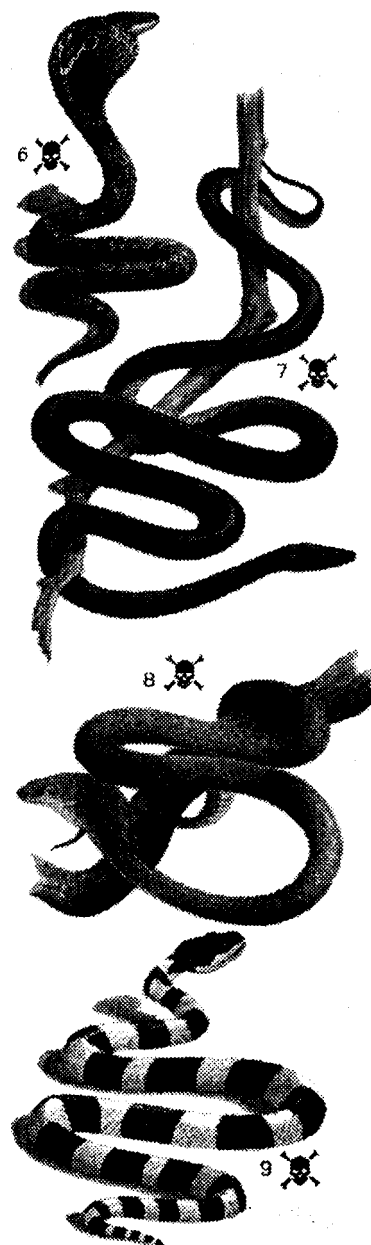
7•Мамбите (*Dendroaspis*) са с малки глави, много тънки, обикновено с големи зелени или възсиви люспи, достигай средно 1.5-2.1 м; в Африка, на юг от Сахара, обикновено дърветата, но голямата Черна мамба, *D. polylepis*, живее предим на земята. Често бърза да ухапе, смъртоносна при повеч случаи, когато не са взети мерки.

8•Dispholidus typus достига средно 1.3-1.5 м, много тънка, варира от зелено до кафяво или черно; по дърветата и е много трудно да бъде забелязана; живее в саваната в Африка на юг от Сахара. Много отровна; когато е разтревожена, издува гърлото си.

9•Bungarus е средно 90-150 см, с малка глава, има черни и бели или черни и жълти ивици по тялото; в откритите и гористите местности от Индия до Индонезия. Нощно животно, не е агресивна, но ухапванията й често са смъртоносни.

Плюещи змии

Някои кобри, в това число пръстеновидните от Южна Африка, освен че хапят, изхвърлят отрова. За тях това е чисто защитна мярка и не е опасно, освен ако отровата не попадне в отворена рана или в очите. Ако това стане, веднага я измийте с вода или, в критична ситуация, с урина.



Австралия

1•Смъртоносната пепелянка (*Acanthophis antarcticus*) е кафеникава, червеникава или сива с потъмни ивици, с дебело тяло и размери средно 45-60 см; в пясъчните райони на по-голяма част от Австралия, Папуа Нова Гвинея и по някои от близките острови. **Добре се маскира; силно отровна,** но не толкова опасна, колкото тигровата змия и тайпанът.

2•Австралийска черна змия (*Pseudechis porphyriacus*) е средно 1.5-2 м, тънка, синьочерна със светлочервен корем; в или близо до прясна вода в по-голямата част на Австралия и Папуа Нова Гвинея. Съществува повече от един вид. **Агресивна и много отровна.**

3•Австралийската кафява змия (*Pseudonaja textilis*) е тънка, жълтеникаво сива до кафява със светъл корем, достигаща средно 1.5-2 м; в сухите части на Австралия и Папуа Нова Гвинея. Има повече от един вид. **Агресивна и много отровна.**

4•Тигровата змия (*Notechis scutalus*) е средно 1.3-1.6 м, с дебело тяло, голяма глава, светлокафяви ленти, примесени със зеленожълто, сиво или оранжевокафяво; в полубезводните области



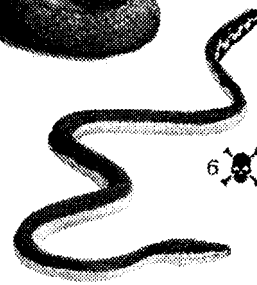
на Австралия и Тасмания. **Агресивна, много отровна, основна причина за смъртоносните ухапвания от змии.**

5•Тайпанът (*Oxyuranus scutellatus*) е в равномерен светло или тъмнокафяв цвят от страни и по корема и може да достигне до 3.5 м; в откритите и гористи части на северна Австралия. **Свирепа, когато бъде предизвикана, смъртоносна.**

6•Морските змии се срещат в Индийския и Тихия океан; някои са отчасти и сухоземни, в речните заливи и крайбрежните блатата. Различават се по цвят и размер, средно са около 1.3-1.5 м, със сплескани, като лопати опашки. Люспите им ги отличават от змиорките. **Не са агресивни, но някои от тях са най-отровните от всички змии.**

Змиите са с отлична маскировъчна окраска, единствено движението ги издава. В обитаваните от змии местности вие ще минавате покрай много от тях всеки ден, без да ги забележите.

Опасността да бъдете ухапани от тях е малка и във всички случаи, освен в най-лошите, се възстановяват. В Малайзия много повече хора умират всяка година от



падащи кокосови орехи, а в Индия много повече са случаите на хоспитализация на хора, ухапани от плъхове!

Ухапването от отровна змия винаги трябва да се приема много сериозно, но сериозността на положението е различна. Когато хапят при самоотбрана, много от змиите пускат съвсем малко отрова, а понякога изобщо не отделят отрова. Ако змията не е във форма или скоро е ухапала някой друг, отровата ѝ може да не е силна, а в отровните ѝ торбички да има съвсем малко количество. Дрехите и обувките могат да отслабят силата на ухапването. При много от отровните змии дозата необходима, за да убие човек, е много по-голяма от количеството, което те отделят при едно ухапване.

НЯМА отровни змии в Нова Зеландия, Куба, Хаити, Ямайка, Пуерто Рико, Ирландия, Полинезия и полярните области.

Гущери

7•Heloderma suspectum е гущер, който се среща само в Аризона, Мексико и съседните области. Голяма закръглена глава, дебело масивно тяло, къса, набита опашка и светложълти шарки, достига средно 37–45 см. **Ухапването му е отровно, но е възможно само ако го пипате с ръце.**

8•Мънистеният гущер (Heloderma horridum) прилича на **Heloderma suspectum**, но е по-тъмен и по-голям, с по-тънка опашка и с цветни петна, а не ленти; в някои безводни райони на Мексико и Централна Америка. **Кротък, но ухапването му е отровно. Не го пипайте.**

ОПАСНИ МОРСКИ ОБИТАТЕЛИ

Тези риби и морски твари са опасни. Повечето от тях или н отровни при допир, или имат отровно месо.

РЕЧНИ ЗАПЛАХИ

1 «Електрическите змиорки (Electrophorus electricus) могат да достигнат близо 2 м дължина и 20 см дебелина; те са закръглени, оцветени от маслинено до черно, по-светли отдолу; обитават басейните на Ориноко и Амазонка в Южна Америка. Често предпочитат плитките води, които са по-богати на кислород. **Силата на тока от някой по-едър екземпляр може да достигне до 500 волта, достатъчно, за да събори човека.**

2•Пираните (Serrasalmus) се срещат в речните системи на Ориноко, Амазонка и Парагвай в Южна Америка. Размерът им е различен, но могат да достигнат до 50 см, всички са с широко и набито тяло, големи челюсти с остри като бръснач, сключващи се зъби. **Могат да бъдат много опасни, особено по време на сухия сезон, когато нивото на водата е ниско.**

МОРЕ И РЕКИ

3•Жилещите скатове (Dasyatidae) са опасни в плитките води, особено в тропическите райони, а не само по пясъчните брегове. Твърде различни, но всички са с характерната форма на скат, макар че трудно могат да бъдат забелязани от газещия във водата. Някои от тях се срещат и в реките на тропическа Южна Америка и западна Африка. Пресноводните жилещи скатове рядко надминават 30 см. Не се срещат в реките, вливащи се в Цасифика. **Отровните шипове в опашката могат да предизвикат сериозна, понякога смъртоносна рана.**

МОРСКИ ЗАПЛАХИ

4•Рибите-зайци или бодливите стъпала (Siganidae) обитават главно рифовете в Индийския и Тихия океан, достигат средно 25–30 см; годни са за ядене, но са с остри бодли върху повечето Перките си. **За тях се твърди, че са отровни. Пипайте много внимателно.**

падащи кокосови орехи, а в Индия много повече са случаите на хоспитализация на хора, ухапани от плъхове!

Ухапването от отровна змия винаги трябва да се приема много сериозно, но сериозността на положението е различна. Когато хапят при самоотбрана, много от змиите пускат съвсем малко отрова, а понякога изобщо не отделят отрова. Ако змията не е във форма или скоро е ухапала някой друг, отровата ѝ може да не е силна, а в отровните ѝ торбички да има съвсем малко количество. Дрехите и обувките могат да отслабят силата на ухапването. При много от отровните змии дозата необходима за да убие човек, е много по-голяма от количеството, което те отделят при едно ухапване.

НЯМА отровни змии в Нова Зеландия, Куба, Хаити, Ямайка, Пуерто Рико, Ирландия, Полинезия и полярните области.

Гущери

7•*Heloderma suspectum* е гущер, който се среща само в Аризона, Мексико и съседните области. Голяма закръглена глава, дебело масивно тяло, къса, набита опашка и светложълти шарки, достига средно 37-45 см. **Ухапването му е отровно, но е възможно само ако го пипате с ръце.**

8•Мънистеният гущер (*Heloderma horridum*) прилича на *Heloderma suspectum*, но е по-тъмен и по-голям, с по-тънка опашка и с цветни петна, а не ленти; в някои безводни райони на Мексико и Централна Америка. **Кротък, но ухапването му е отровно. Не го пипайте.**

ОПАСНИ МОРСКИ ОБИТАТЕЛИ

Тези риби и морски твари са опасни. Повечето от тях или са отровни при допир, или имат отровно месо.

РЕЧНИ ЗАПЛАХИ

1 «Електрическите змиорки (*Electrophorus electricus*) могат да достигнат близо 2 м дължина и 20 см дебелина; те са закръглени, оцветени от маслинено до черно, по-светли отдолу; обитават басейните на Ориноко и Амазонка в Южна Америка. Често предпочитат плитките води, които са по-богати на кислород. **Силата на тока от някой по-едър екземпляр може да достигне до 500 волта, достатъчно, за да събори човека.**

2•Пираните (*Serrasalmus*) се срещат в речните системи на Ориноко, Амазонка и Парагвай в Южна Америка. Размерът им е различен, но могат да достигнат до 50 см, всички са с широко и набито тяло, големи челюсти с остри като бръснач, сключващи се зъби. **Могат да бъдат много опасни, особено по време на сухия сезон, когато нивото на водата е ниско.**

МОРЕ И РЕКИ

3 «Жилещите скатове (*Dasyatidae*) са опасни в плитките води, особено в тропическите райони, а не само по пясъчните брегове. Твърде различни, но всички са с характерната форма на скат, макар че трудно могат да бъдат забелязани от газещия във водата. Някои от тях се срещат и в реките на тропическа Южна Америка и западна Африка. Пресноводните жилещи скатове рядко надминават 30 см. Не се срещат в реките, вливащи се в Пасифика. **Отровните шипове в опашката могат да предизвикат сериозна, понякога смъртоносна рана.**

МОРСКИ ЗАПЛАХИ

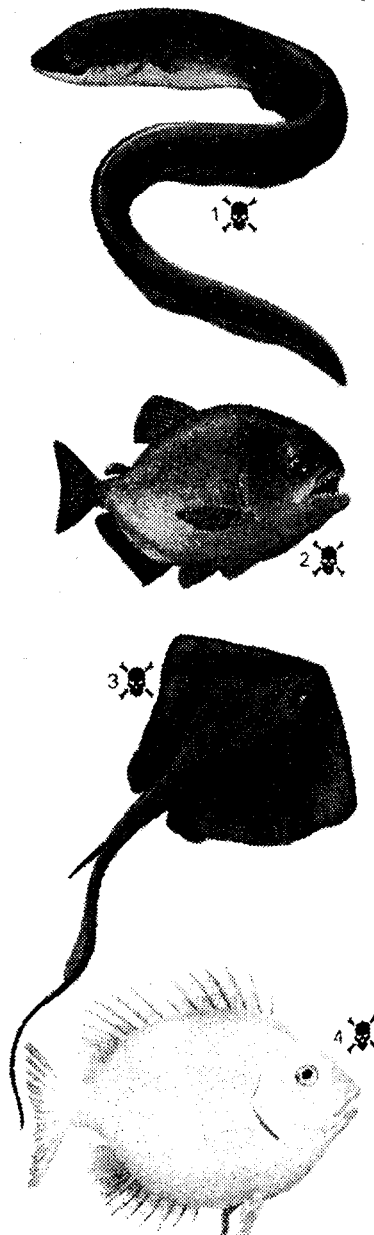
4•Рибите-зайци или бодливите стъпала (*Siganidae*) обитават главно рифовете в Индийския и Тихия океан, достигат средно 25-30 см; годни са за ядене, но са с остри бодли върху повечето от Перките си. **За тях се твърди, че са отровни. Пипайте много внимателно.**

5•Рибата-хирург (*Acanthuridae*) е средно 20-25 см, с широко тяло, малка уста, силно оцветена, с подобни на скалпел перки от двете страни на опашката, които могат да причинят сериозни рани, когато тя нанася камъщични удари с тях. Във всички тропически морета.

6•Отровната крастава риба (*Batrachoididae*) живее в тропическите морета и по двете крайбрежия на Централна и Южна Америка. Средно 3-4 см, с убит цвят и голяма уста. Лежи заровена в пясъка и има остри, много отровни шипове върху гърба си.

7•Скорпионовата или **Зебровата риба** (*Scorpaenidae*) се среща най-вече по рифовете в тропическия Индийски и Тих океан. Средно 30-75 см, има най-различни разновидности, но обикновено е червеникава, с дълги, вълнисти, фини бодли. **Ужилването** е много болезнено. Не толкова опасни нейни роднини се срещат в Средиземно море и Атлантическия океан.

8•Рибата камък (*Synanceia*) се среща в тропическия Тих и Индийски океан. Достига до 40 см. Сивите ѝ цветове и формата на камък правят почти невъзможно нейното забелязване.

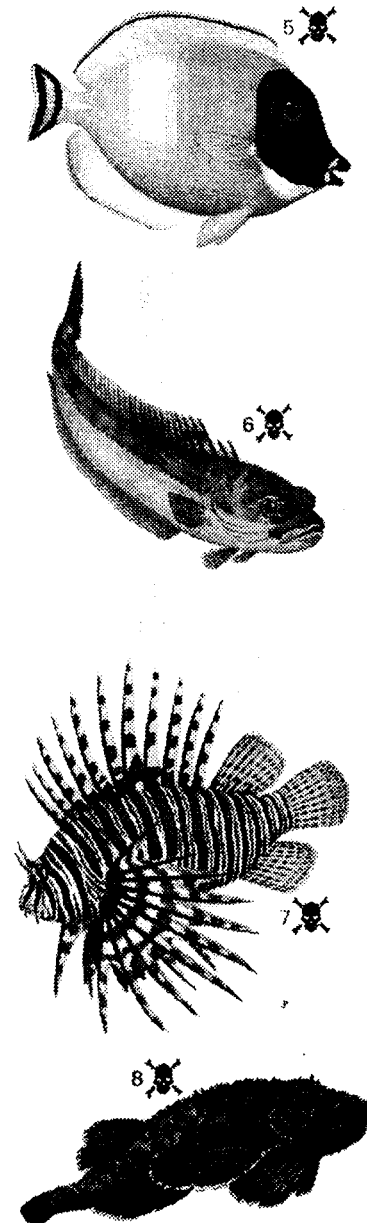


Когато бъде настъпена, тръбните бодли инжектират отрова, която е агонизиращо болезнена, и в най-лошите случаи е с фатален изход.

Отровните риби - краставата, каменната и зебровата са годни за ядене. Ако изкарате някоя на брега, ударете я по главата и я пипайте само след като се уверите, че е мъртва, но и тогава бъдете изключително внимателни.

Макар и да не са отровни, има и някои други риби с опасни остри шипове, от които не винаги е лесно човек да се предпази, особено от близко разстояние. Шиповете обикновено се намират върху гърба, но могат да бъдат разположени и по перките от страни на рибата. Дори и малкият шип може да доведе до лошо убождане, което след това да предизвика инфекция. Големите шипове, а някои бодливи морски котки са с размерите на човек, са като ками.

Морският таралеж също може да причини болезнени рани, а актинията може да жили.

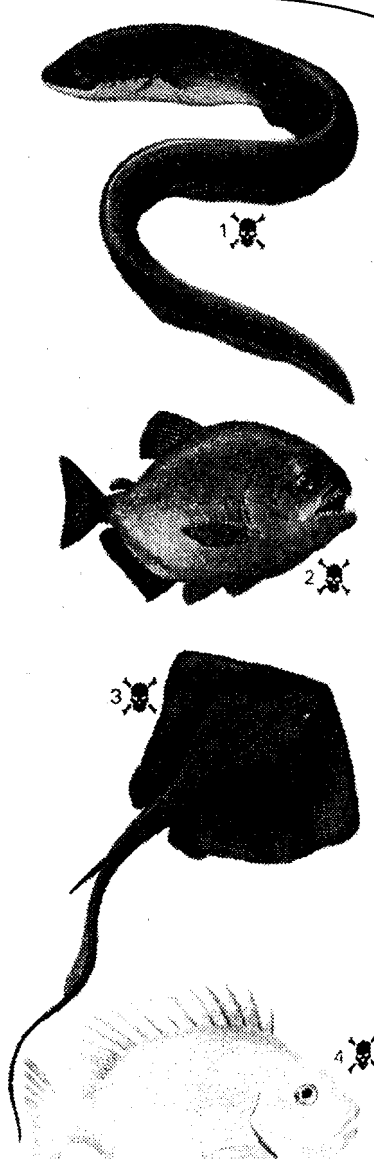


5•Рибата-хирург (*Acanthuridae*) е средно 20-25 см, с широко тяло, малка уста, силно оцветена, с подобни на скалпел перки от двете страни на опашката, които могат да причинят сериозни рани, когато тя нанася камшични удари с тях. Във всички тропически морета.

6•Отровната крастава риба (*Batrachoididae*) живее в тропическите морета и по двете крайбрежия на Централна и Южна Америка. Средно 3-4 см, с убит цвят и голяма уста. Лежи заровена в пясъка и има остри, много отровни шипове върху гърба си.

7•Скорпионовата или Зебровата риба (*Scorpaenidae*) се среща най-вече по рифовете в тропическия Индийски и Тих океан. Средно 30-75 см, има най-различни разновидности, но обикновено е червеникава, с дълги, вълнисти, фини бодли. Ужилването е много болезнено. Не толкова опасни нейни роднини се срещат в Средиземно море и Атлантическия океан.

8•Рибата камък (*Synanceia*) се среща в тропическия Тих и Индийски океан. Достига до 40 см. Сивите ѝ цветове и формата на камък правят почти невъзможно нейното забелязване.

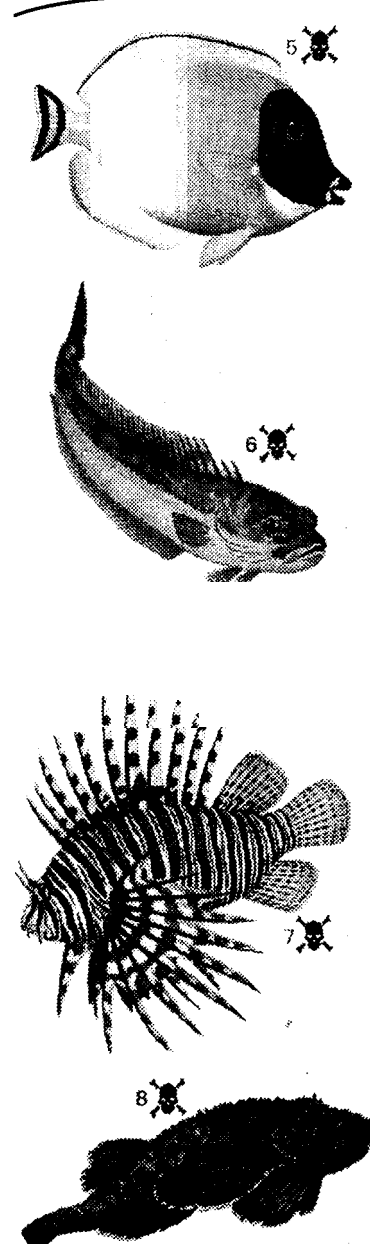


Когато бъде настъпена, тръбните бодли инжектират отрова, която е агонизиращо болезнена, и в най-лошите случаи е с фатален изход.

Отровните риби - краставата, каменната и зебровата са годни за ядене. Ако изкарате някоя на брега, ударете я по главата и я пипайте само след като се уверите, че е мъртва, но и тогава бъдете изключително внимателни.

Макар и да не са отровни, има и някои други риби с опасни остри шипове, от които не винаги е лесно човек да се предпази, особено от близко разстояние. Шиповете обикновено се намират върху гърба, но могат да бъдат разположени и по перките отстрани на рибата. Дори и малкият шип може да доведе до лошо убождане, което след това да предизвика инфекция. Големите шипове, а някои бодливи морски котки са с размерите на човек, са като ками.

Морският таралеж също може да причини болезнени рани, а актинията може да жили.



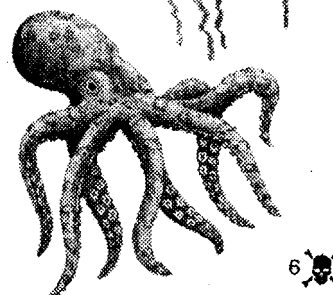
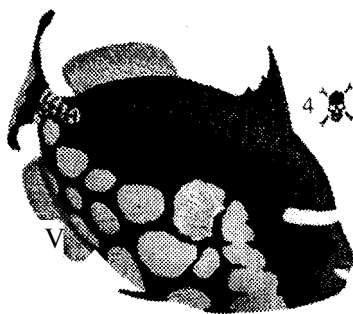
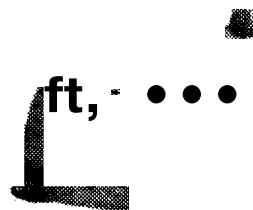
1•Trachinidae, издължена, с убит цвят, дълга около 30 см, лежи заровена в пясък по бреговете на Европа, на юг до западна Африка и Средиземноморието. **Отровните бодли по гърба и хрилете причиняват непоносима болка. Облекчете я, поливайки с много гореща вода.**

Отровни за ядене

Много от рибите, живеещи в рифовете и лагуните, са отровни за ядене. Основна част от тях е съсредоточена в тропиците, но където и да се намирате, бъдете внимателни, когато ядете риба, която не можете да разпознаете.

Някои риби, които иначе са годни за консумация, като баракудата и снопърът, не стават за ядене, ако са уловени в рифовете и лагуните, където те ще са погълнали отровни вещества заедно с храната си.

Най-отровните видове, като подуващата се риба, обикновено са със закръглени тела и твърда, черупкоподобна кожа, покрита с костни пластинки и бодли. Освен това обикновено са с папагалоподобни уста, малки хрилни отвори и са или без тазови перки, или само с една много малка перка.



2•Таралежовата риба (Diodontidae) се среща във всички плитки тропически води. Има различни видове, достига средно до 50-60 см, но когато са разтревожени, всички нейни видове се подуват и се превръщат в една много бодлива топка. **Месото им е отровно.**

3•Подуващата се риба (Tetraodontidae) се среща във всички тропически и в много от по-топлите умерени морета, няколко нейни вида се срещат в реките в югоизточна Азия и тропическа Африка. С яко тяло, закръглена, на дължина достига 15-75 см, повечето видове са с бодли; когато е разтревожена се издува като топка. **Кръвта, черният дроб и гонадите им са отровни; 28 мг могат да ви убият.**

4•Спусъчните риби (Balistridae) се срещат в много голямо разнообразие, главно в плитките тропически морета. С широки тела, сплескани, обикновено под 60 см, с много големи, здрави гръбни бодли. **Много от нейните видове са отровни при ядене. Избягвайте ги всичките.**

ДРУГИ МОРСКИ ОБИТАТЕЛИ

5•Португалският кораб (*Physalis physalis*) не е една отделна медуза, а колония от хидроподобни; обитава главно субтропичните пициите, но се среща често и в Гълфстрийма, който може да доведе до бреговете на Англия. Южните течения я отнасят например до Нова Зеландия. Носещият се по водата мехур може да бъде дълъг само 15 см, но пипалата, в които се намират жилищните клетки, могат да достигат 12 метра дължина. Опарването не е фатално, но предизвиква обездвижване, така че е извънредно опасно.

Обикновената медуза (*Aurelia aurita*) е с форма на чаша за мляко, с морави шарки като конски подкови от вътрешната ѝ страна; не е опасна за хората, но много от останалите видове са особено морските оси или медузата-къщичка (*Chironex fleckeri*), с кубовидна камбана, дълга 25 см, и снопове пипала в ъглите, достигащи до 9 м. В големи дози отровата може да бъде смъртоносна. **Избягвайте всякакви медузи, дори когато са изхвърлени на брега.**

6•Октоподът на сини пръстени (*Haloplocheirus lunulata*) е малък, понякога с размерите на юмрук, среща се край бреговете на източна Австралия, особено около Големия бариерен риф; сивобял, с блестящи, подобни на пръстени, шарки. Много отровен, ако бъде настъпен или пипнат с ръка, ухапването му може да доведе до смърт. **Към всички тропически октоподи от рифовете се отнасяйте с голямо внимание.**

7 •Шишарковидните раковини (*Conidae*) са субтропически и тропически коремоноги, с отровен, като харпун бодил. Всичките са с форма на шишарка, но формата на черупката може да е прикрита от мембрана. Някои от тях са много отровни, а една част, в Индийския и Тихия океан, са смъртоносни. **НЕ ГИ ДОКОСВАЙТЕ.**

8•Свределите или Яйцеполагащите раковини (*Terebridae*) обитават умерените и тропическите морета, особено Индийския и Тихия океан, също имат жилищен бодил. Те са много по-тънки¹ дълги от шишарковидните раковини. Ужилването не е опасно като това на шишарковидните, но **НЕ ги яжте.**



ЧАСТ ДЕВЕТА

ОЦЕЛЯВАНЕ В МОРЕТО

Условията за оцеляване в морето вероятно са най-лоши в сравнение с тези при всяка друга обстановка и поставят най-сурови изисквания. Самолетите и корабите носят със себе си екипировка за оцеляване, но дори само качването в спасителната лодка в бурно море може да се окаже доста трудно.

След изчерпване на запасите за критична ситуация от храна и вода, други източници няма - затова трябва да се използва всяка възможност за получаване на храна от морето и за събиране на питейна вода, за да се съхранят колкото се може по-дълго време наличните припаси.

Не всички видове риба са годни за ядене, а някои от тях са опасно дори да се пипат. Опасността от акули често се преувеличава, но не трябва да се пренебрегва. Необходими са съответните действия, за да бъдат те избегнати. Един труден бряг може да превърне дори излизането на сушата в нещо опасно, затова обърнете внимание на съвета за намаляване на рисковете.

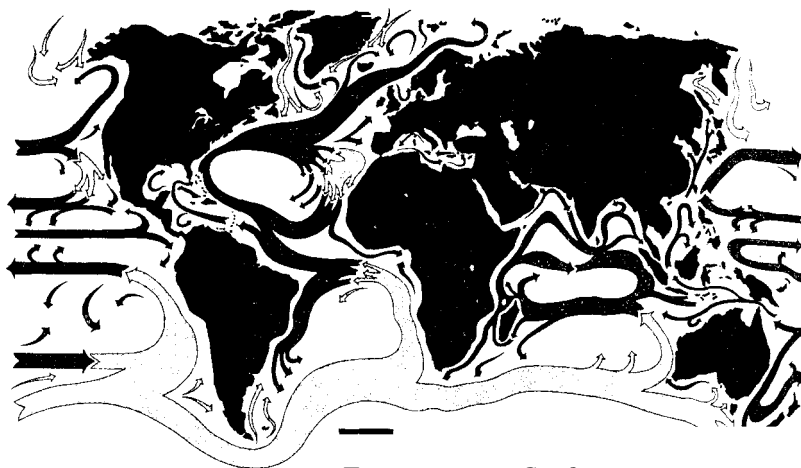
ЧОВЕК ИЗВЪН БОРДА:

Напускане на кораба • Плуване • Помощни средства за задържане над водата • Надуване на спасителната лодка и Качване върху надуваема лодка • Изпращане на надуваема лодка

ОЦЕЛЯВАНЕ В МОРЕТО:

Защита и Наблюдатели • Признаци за суша • Пътуване
* Сигнализиране • Здраве • Вода и Храна • Опасни риби и
и Акостиране на сушата и Плуване към брега

ОЦЕЛЯВАНЕ В МОРЕТО



Топли течения Студени течения

Четири пети от земната повърхност са заети от вода и това вероятно са условията, които предизвикват най-голям страх и в които оцеляването е най-трудно. В студена вода тялото бързо измръзва и дори и в лодка вятърът може скоро да го изстуди. Ако сте сами в студена вода и без съответната екипировка, шансовете ви не са добри.

Ако знаете своето местоположение и основните океански течения, може да успеете да предвидите къде ще ви отнесат те, въпреки че това ще стане много бавно. Топлите течения, като Гълфстрийм например, пресичащи Северния Атлантически океан, са богати на риба и морски твари.

Крайбрежните води също често са богати на морска храна, но има и опасни животни, като акулите и отровните видове, живеещи основно в плитките води и близо до лагуните и рифове в районите с по-топъл климат. Прясната вода е по-големия

проблем, ако не разполагате със средства за дестилиране на ската вода.

Обучение за използване на спасителна лодка

Обучението за използването на спасителна лодка се провежда скоро след като всеки кораб отплува от брега и трябва да се превърне в добре усвоена процедура. Пасажерите се инструктират как да слагат спасителните жилетки, как да се придвижат до стоянките на своите спасителни лодки и какво да вземат със себе си. Моряците на малките кораби също трябва да планират подобно обучение и да инструктират всеки човек на борда. Оборудването за осигуряване на безопасност може да включва също така и лодки от твърд материал, обикновени салове, надуваеми лодки, спасителни пояси или спасителни жилетки.

Ако бъде даден сигнал за напускане на кораба, облечете си топли, за предпочитане вълнени дрехи, в това число шапка и ръкавици, и си увийте шал около врата. Дрехите няма да ви повлекат под водата, ако се окажете в нея, а освен това ще ви помогнат да отблъснете най-лошия си враг - студа. Ако можете, вземете фенерче, както и шоколад и сладки, ако са ви под ръка. НЕ се блъскайте и не викайте, защото можете да предизвикате паника - организираното и спокойно качване в спасителните лодки или върху саловите в крайна сметка ще бъде по-бързо и Ще създаде една по-спокойна атмосфера.

Не надувайте спасителната си жилетка, докато напускате кораба или самолета. Върху малките плавателни съдове спасителните жилетки трябва да се носят през цялото време. Те са ярко оцветени и обикновено са снабдени със свирка, светлина, маркировъчна боя и когато са предназначени за използване в по-топлите води, със средства за отблъскване на акули.

Ако се налага да скочите зад борда, хвърлете най-напред нещо, което плува, и след това скочете близо до него.

Напускане на кораба

Когато напускате кораба или самолета, е важно да вземете със себе си всяко възможно оборудване, което можете да носите.

Една спасителна жилетка или пояс могат да спестят много количество енергия, което ще трябва да изразходите, опитвайки се да се задържите на повърхността на водата. Но дори и без спасителна жилетка или пояс не е трудно да се задържите на повърхността в океана. Човешкото тяло е с по-ниска плътност от солената вода и всеки, които се е научил да се отпуска във водата, не е застрашен от незабавно потъване. Паниката и страхът обаче правят отпускането трудно и мнозина намират, че не е лесно да се задържат на повърхността при тези обстоятелства. Ако не сте със спасителна жилетка или пояс, уловеният в дрехите въздух ще подпомогне плаваемостта ви - една сериозна причина да задържите дрехите си, независимо от често срещаната препоръка, че трябва да ги свалите от тялото си.

ЧОВЕК ИЗВЪН БОРДА



Ако сте били изхвърлени зад борда, първата ви цел, освен стремежа ви да се задържите на повърхността на водата, е да привлечете вниманието. Вдигайте колкото се може повече шум - викането и пляскането във водата могат да свършат работа. Махайте с едната си ръка над водата (не с двете, ще потънете) - движението ще ви направи ясно забележими.

Ако носите спасителна жилетка - а ако пътувате с малък плавателен съд, вие вече ще сте с нея на гърба си - тя вероятно ще бъде снабдена със свирка и светлина.

Плуване

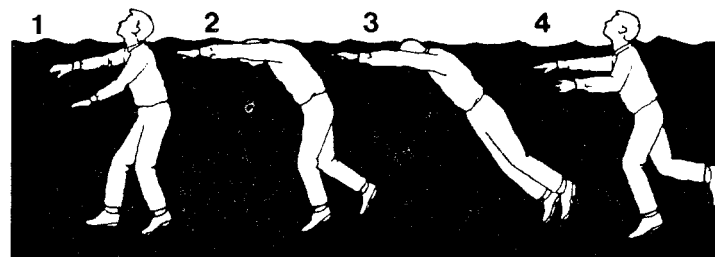
Плувайте бавно и равномерно. Ако сте напуснали потъващ кораб или самолет, поемете срещу вятъра и се пазете от потъващите останки. Стойте настрана от всякакви петна от гориво или масло.

Ако има пожар и вие трябва да влезете във водата или да плувате през пламъците, скочете във водата с краката напред и срещу вятъра, плувайте срещу вятъра, използвайки свободен стил, и се опитвайте да създадете свободни въздушни

пространства, в които да дишате, разплисквайки пламъците отстрани от главата си. Ако огънят не е прекалено силен, е добре да плувате под водата, докато излезете извън обсега на тази опасност.

Ако има опасност от експлозия под водата, докато се намирате в нея, опасността от нараняване ще бъде намалена, ако плувате по гръб.

Ако видите суша, не се борете с отлива, отпуснете се и изчакайте той да обърне посоката и да ви помогне да стигнете до сушата. Ако морето е прекалено бурно, за да плувате по гръб, придържайте се към следната техника:



1. Заемете вертикално положение във водата и поемете дълбоко дъх.

2. Потопете лицето си във водата (както държите устата си затворена) и протегнете ръце напред, за да застанат на нивото на повърхността на водата.

3. Отпуснете се в тази позиция, докато почувствате нужда да поемете отново въздух.

4. Повдигнете главата си над повърхността на водата и издишайте. Поемете въздух и се върнете отново в предишната отпусната позиция.

“Чували” за плуване

Можете да импровизирате временни чували за плуване от чифт панталони. Завържете долния край на крачолите на панталоните, вдигнете ги над водата, за да се напълнят с въздух, след това потопете горния край на панталоните под водата, за да задържите уловения въздух в тях, превръщайки крачолите във водни криле, върху които да се облекнете.

Неотложно действие

След като сте се отдалечили от останките и сте взели себе си своя багаж, надуите спасителната лодка или потърсете друга лодка или сал, които могат да ви осигурят убежище. Няма надуваема или друга лодка, уловите колкото се може повече плаващи останки от кораба, за да ги използвате като са. Завържете ги с всяко нещо, което ви е подръка - вратовръзки колани, връзки за обувки, излишни дрехи. Съберете всичко, което плува по водата.

Надуване на лодка

Самолетите и много от корабите имат на борда си надуваеми спасителни лодки. Много от тях са самонадуващи се и се активират при потапянето в солената вода.

Ако не се надуват автоматично, те са снабдени с помпа. Има няколко места, откъдето се надуват, защото надуваемите лодки са изработени на секции, така че ако една от тях се пробие, другите да продължат да държат лодката над водата.

Качване в надуваема лодка

Качете се в лодката веднага щом това стане възможно. Ако сте във водата, насочете се към единия край на лодката (не към някоя от страните ѝ), сложете крака си върху ръба и се претърколете в нея.

НЕ скачайте в надуваема лодка отгоре, може да я повредите.

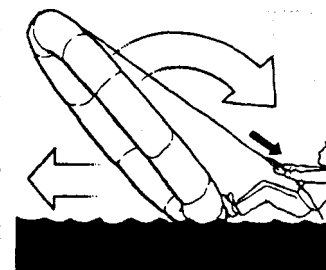
За да издърпате някой друг в надуваема лодка, върху сал или обикновена лодка, хванете го за раменете и вдигнете единия му крак върху ръба на лодката, след това го прехвърлете вътре. Не позволявайте да обвиват ръце около врата ви - по този начин могат да ви съборят във водата. След това вържете себе си и останалите към надуваемата лодка.

Изправяне на преобърната надуваема лодка

Повечето лодки са снабдени с въжета за изправяне, закрепени за дъното, а при по-големите те са закрепени за една им страна. Хванете въжето, опрете краката си в лодката дърпайте. Лодката ще се изправи и преобърне, издърпвайки от водата мигновено. В бурно море или при силен вятър, та

може да бъде доста трудна за изпълнение.

Уверете се, че лодката е добре надута. Трябва да бъде твърда, но не като камък. Ако не е добре надута, трябва да я донадуете с уста или с помпа. Вентилите са еднопосочни и въздухът няма да излезе, когато свалите защитната капачка.



Проверете за пробити места. Излизащият въздух ще причини мехурчета във водата и над водата ще се чува съскащ звук. Запушете ги с помощта на конусовидните запушалки, които ще откриете в ремонтния комплект на лодката. Те се навиват в дупката и я запушват. Вероятно ще откриете и гумени кръпки и лепенки.

Всеки ден проверявайте за степента на надуване на лодката и за дупки. Ако подозирате, че има дупка на дъното, гмурнете се под лодката и мушнете тапа.

ОЦЕЛЯВАНЕ ВЪВ ВОДАТА

Саловете, лодките и надуваемите лодки са предназначени за ограничен брой хора. Животът на хората във водата ще бъде в още по-голяма опасност, ако те са изтощени.

Сигурността на мнозинството трябва да бъде приоритет. Разположете в лодката най-напред немошните, малките деца и Ранените, както и толкова здрави хора, колкото е нейният капацитет. Останалите трябва да останат във водата и да плуват в нея. Здравите бедстващи във водата трябва да се редуват често със здравите, които са в лодката.

Приберете всички принадлежности във всяко възможно място в лодката и вържете здраво всички неща. Проверете да не стърчат остри предмети, които могат да наранят пътниците или да пробият надуваемата лодка. Уверете се, че нещата, които ще се развалят, ако се намокрят, са поставени във водоустойчив съд и са защитени от водата.

Проверете сигнализиращото си оборудване: светлини, ракети, хелиографи. Ако сигналните ракети вече са б и изстреляни, ще се нуждаете от останалите средства а сигнализиране, за да привлечете вниманието на спасителни отряди, когато те започнат да ви търсят.

Ако вече сте изпратили сигнал за бедствие, в който ст посочили своето местоположение, най-добре е да се опитате д останете на място, затова пуснете морска котва. Тя ще изглежда като голяма водна патица. Носейки се край лодката, тя ще я задържа във водата и ще забави нейния дрейф.

Можете да импровизирате морска котва от всеки тежък предмет, здраво завързан с въже. Могат да се използват дори дрехи, здраво вързани за някое весло с помощта на рифови възли.

Ако не знаете къде се намирате, НЕ се опитвайте да плувате, докато не установите своето местоположение, но ако съзрете бряг, насочете се към него.

ПРИОРИТЕТИ ПРИ ОЦЕЛЯВАНЕ

- **ЗАЩИТА** от природните стихии и от излагането на вятъра, студа, слънцето и водата.
- **МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ.** Опитайте се да установите къде се намирате и какъв е най-добрият начин да привлечете вниманието на спасителните отряди.
- **ВОДА.** Запасете се с прясна вода. Разпределете я на дажби. Започнете да събирате всяка капка дъждовна вода.
- **ХРАНА.** Не яжте, освен ако не разполагате с достатъчно вода. Проверете всички налични припаси, сложете ги на сигурно място. Започнете да ловите риба веднага щом сте в състояние да го направите.

ЗАЩИТА

Дори и да сте сами, водете си бордови дневник. Това ще ви даде занимание на ума ви и ще ви помогне да се ориентирате. И напред запишете имената на оцелелите, датата, времето и тото на инцидента, атмосферните условия, оцелялата кипировка и записвайте ежедневно всички обстоятелства и забележителности.

В студен климат

Ако водата е студена, е много важно да излезете от нея веднага щом можете. Трябва да вземете мерки против изстудяващия ефект на вятъра, особено ако сте мокри. Поддържайте лодката колкото се може по-суха. Изгребвайте водата от лодката и монтирайте навес, който да ви пази от пръските, ако можете да намерите материал, за да го направите.

Изушете всички мокри дрехи и ако нямате сухи, които да облечете, изстискайте колкото се може по-добре мокрите и след това ги облечете. Поддържайте тялото си топло, като увивате всички негови части с всичко, което ви е под ръка, например парашут или брезент. Ако сте няколко човека, скупчете се един до друг, за да се топлите. За да предотвратите схващането на мускулите и ставите и за да поддържате кръвообращението, правете упражнения с умерено натоварване, като например протегане и въртене на ръцете. Бъдете внимателни да не нарушите равновесието на лодката или сала с някое излишно или внезапно движение.

Повечето съвременни спасителни лодки са с вграден подслон. Ако вашата няма такъв, стъкмете някакъв навес за защита от вятъра и водните пръски. Опънете всички налични материали направо на лодката, за да се пазите от вятъра и разбиващите се вълни. При подходящ навес и с топли дрехи ражненията ще ви помогнат да избегнете опасността от измръзване.

ПЪТУВАНЕ

Ако сте изпратили успешно сигнал SOS или знаете, че с намирате на или близо до редовни морски пътища, е з предпочитане да останете на същото място в продължение н 72 часа.

Ако нито едно от тези обстоятелства не е налице, в такъв случай не бива да губите никакво време и трябва да потеглите незабавно на път, за да се възползвате от първоначалната си добра физическа форма и енергия, особено ако знаете, че сушата е наблизко и е по посока на вятъра.

Ако наблизко няма суша, преценете къде се намира най-близкият морски път и се насочете в тази посока.

ФАКТОРИ, ОПРЕДЕЛЯЩИ ВЗИМАНЕТО НА РЕШЕНИЕ

Имайте предвид следните фактори, когато решавате дали да пътувате, или да останете на място:

- Количеството информация, което сте успели да съобщите преди катастрофата.
- Известно ли е вашето местоположение на спасителите? Самите вие наясно ли сте с него?
- Благоприятно ли е времето за провеждане на търсене от спасителни отряди?
- Има ли вероятност през мястото, на което се намирате, да минат други кораби или самолети?
- За колко дни разполагате със запаси от храна и вода?

Малката лодка ще се движи с вятъра и течението. В открито море теченията рядко се движат със скорост, по-голяма от 9- км на ден.

Вдигнете котвата. Използвайте вятъра, ако можете. С лод без кил можете да плувате само по посока на вятъра или н много под ъгъл от 10° спрямо него.

Използвайте греблото като кормило. Ако вятърът е ср шу избраната от вас посока, пуснете котвата, за да поддър положението си.

За да използвате вятъра

Надуйте до краен предел надуваемата лодка и седнете нависоко. Импровизирайте платно, ако не разполагате с такова. Не връзвайте долните му краища, а дръжте долните въжета или основата на платното, така че ако се появи внезапен порив на вятъра, да можете да ги пуснете и лодката да не се преобърне.

В бурно море

Хвърлете котвата във водата. Тя ще държи лодката винаги по посока на вятъра и ще предотврати обръщането ѝ. Стойте на ниско в лодката. Не сядайте на една от двете страни на лодката и не стойте прави. Никога не правете резки движения. Ако сте с няколко сала или лодки, вържете ги заедно.

СИГНАЛИЗИРАНЕ В МОРЕТО

Сигнални ракети, маркиране с боя и всякакъв вид движение са начините за привличане на внимание в морето. Ако не разполагате със сигнално оборудване, размахвайте дрехи или мушамы и удряйте по водата, ако тя е спокойна. През нощта или в мъгла за поддържане на контакт с другите оцелели групи върши работа подсвиркването.

Ако бордовото оборудване включва радиопредавател, върху него ще откриете инструкции за ползването му. Обикновено предварително фиксирани честоти са 121.5 и 243 мегахерца, а обхватът е около 32 км. Излъчвайте на кратки интервали, но проявявайте благоразумие при използване на предавателите с акумулатори. Акумулаторите са скъпоценни (виж *Сигнализиране в Спасяване*).

Волните маркери, които изпускат боя във водата, са от полза единствено през деня. Те ще останат видими в продължение на три часа, освен ако морето не е извънредно бурно.

Пиротехническото оборудване трябва да се съхранява сухо. рочетете инструкциите и внимавайте за инциденти с пожари. иignalните ракети за деня и нощта са особено полезни - единият и отделе дим за използване през деня. Когато изстрелвате

сигнални ракети, в ръката си държите един много опашков фойерверк, затова бъдете изключително внимателни да не насочвате надолу или към себе си, или към някой друг човек

Използвайте сигналните ракети само когато сте сигурни че те ще бъдат забелязани, когато към вас лети самолет, например, не когато той се отдалечава от вас (виж *Сигнализиране* в Спасяване).

Повечето случаи на спасяване са ставали, след като сигнали са привличали вниманието на спасителите. Всяка блестяща отразяваща светлината повърхност може да се използва за сигнализиране.

ЗДРАВЕ

Излагането на атмосферните условия и силното обезводняване на организма вероятно ще бъдат най-големият проблем за бедстващите в океана. Морската болест може да увеличи обезводняването.

Запекът и честото или проблемно уриниране или много гъстата урина не са рядкост при ситуационно оцеляване в морето. Не се опитвайте да ги лекувате или рискувате да предизвикате допълнителна загуба на течности.

Ако се чувствате болни, опитайте се да не повръщате и НИКОГА не предизвиквайте повръщане.

Продължителното излагане на въздействието на солената вода може да доведе до появата на обриви. Не се опитвайте да пукате или изстисквате мехурите или притките. Като предпазна мярка гледайте да не се мокрите прекалено често със солена вода, за да се охлаждайте. Ако се появи някакво възпаление, СПРЕТЕ. Предпазете очите си от отблясъка на морската вода с помощта на маска и ако очите ви се възпалят, намокрете кърпа с морска вода, вържете я през очите си и ги оставете да починат. Не го правете за прекалено дълго време. Кожата може да се възпали.

Мокрите крака (виж Здраве и първа помощ) могат да се превърнат в проблем, ако е за твърде дълго време. Упражненията ще ви помогнат да се предпазите от този проблем, както и от измръзването им. Дръжте ги добре увити, когато си почивате, а когато сте на вахта, внимателно раздвижвайте крайниците си.

ВОДА

Въпреки че за да се поддържате в добра форма ви е необходим минимум 1 литър вода на ден, възможно е да оживеете и с по 55-220 куб.см.

Дори да имате добър запас от вода, разпределете я на дажби още в началото, имайки предвид посочените минимални нужди, докато стане възможно да попълните своите запаси. Не нарушавайте установения режим на дажби до окончателното си избавление, защото нямате представа колко време ще трябва да издържите.

Намаляване на нуждите от вода

Вземете всички обичайни предпазни мерки срещу загубата на вода (виж *Вода* в Основи). Сведете изпотяването до минимум. Използвайте морския бриз и морската вода, за да охлаждайте тялото си. Ако е много горещо, а сянката е малко и водата е безопасна, топнете се в морето - но най-напред проверете внимателно безопасителното си въже. ВИНАГИ трябва да бъдете вързани. Внимавайте за опасни риби и бъдете сигурни, че можете да се върнете обратно на борда.

Ако ви заплашва морска болест и ако разполагате с хапчета против морска болест, вземете ги веднага щом започне да ви се гади, тъй като с повръщането ще изгубите ценни течности.

Ако запасите ви от вода са ограничени, недейте да ядете, като това се отнася в особено голяма степен за храните, съдържащи протеини, в това число риба и морски водорасли, за чието храносмилане е необходимо голямо количество вода. Въглехидратите (захар и скорбяла) се нуждаят от по-малко вода, за да бъдат смлени.

ВОДНИ ДАЖБИ**► ДЕН 1:**

БЕЗ ВОДА. Тялото е резервоар и има собствен запас.

• **ДЕН 2-4:**

400 куб. см, ако разполагате с вода.

• **ДЕН 5 И ПО-НАТАТЪК:**

55-225 куб. см ежедневно в зависимост от климата и запасите от вода.

Когато пиете, навлажнявайте си устните, езика и гърлото, преди да я преглътнете.

Събиране на прясна вода

Използвайте всеки възможен съд, за да събирате дъждовна вода денем и нощем - обикновено ще забележите признаците на приближаващия дъжд и ще имате време да импровизирате нещо като басейн от брезент или найлон, който ще побира много повече вода в сравнение с разни канчета.

През нощта навийте краищата на брезента, за да може в него да се събира образувалата се роса.

Когато вали, пийте на корем, но бавно, защото ако сте били на минимална дажба вода, ще повърнете, ако се нагълтате неконтролируемо.

Съберете в съдове колкото се може повече вода. Най-напред изпийте водата от локвичките в лодката. Но в бурно море бъдете внимателни, защото във водата ще има сол. Водата е добър баласт за надуваемата лодка - напълнете я чак до ръба и тя пак няма да потъне.

Морски лед

Ледът може да ви осигури вода за пиене. Но пресният морск лед е солени. Използвайте само стар морски лед, който е сипан на цвят и е със закръглени очертания. Той може да бъде разтопен или да се смуче, защото ледът губи солта си след година и повече. През лятото локвите върху стария морски лед могат

ват за пиене (ако не са залети от морски вълни). Опитайте ^{ного}внимателно, преди да пиете, защото поемането на сол ще увеличи жаждата ви.

Вода от рибите

Пийте воднистата течност, която ще намерите по дължината на гръбнака на големите риби и в очите им. Внимателно срежете рибата на две, за да се доберете до водата, и изсмучете очите. Ако сте закъсали дотам за вода, че да се налага да го правите, в такъв случай не се докосвайте до останалите течности в рибата, защото те са богати на протеин и мазнини и ще изразходват повече вода за храносмилане, отколкото ще ви осигурят.

Обработка на морската вода

Оборудването на спасителния сал може да включва и слънчеви дестилатори и прибори за обезсоляване на водата. Те са снабдени с указания за използването им. Разпънете веднага слънчевите дестилатори; таблетките за обезсоляване използвайте само когато времето е неподходящо за работа на дестилаторите, а събирането на дъжд или роса не е ефективно.

ПОМНЕТЕ!

НЕ пийте солена вода.

НЕ пийте урина.

НЕ пийте алкохол.

НЕ пушете.

НЕ яжте, освен ако не разполагате с вода.

Сънят и почивката са най-добрият начин да се преодолее снижената консумация на вода и храна - но се уверете, че има подходяща сянка, когато си лягате през деня. Ако морето е бурно, вържете се за сала, покрийте се по някакъв начин и преживейте бурята по най-добрия възможен начин. РЕЛАКСАЦИЯ е ключовата дума - поне се ОПИТАЙТЕ да релаксирате.

ХРАНА

Запазете всички неприкосновени хранителни запаси, докато наистина имате нужда от тях, но дори и тогава ги изразходват-съвсем пестеливо и се опитайте да живеете благодарение на естествените храни.

Рибата ще бъде вашият основен източник на храна. Някои от океанските риби са опасни и отровни, но като цяло в открито море, далеч от брега, рибата е безопасна за ядене. По-близо до брега има риби, които са и опасни, и отровни за ядене, като баракудата например, която обикновено е годна за консумация, но когато бъде хваната във водите на атолите и рифовете, е отровна.

Летящите риби дори ще скачат в лодката ви!

РИБОЛОВ

- **НЕ** дръжте рибарската корда с голи ръце и никога не я увивайте около ръцете си и не я завързвайте за надуваемата лодка. Солта, която полепва по нея, може да я превърне в остър режещ ръб, което е опасно и за вас, и за вашата лодка.
- Ако имате, носете ръкавици или използвайте дрехи, когато пипате рибата, за да избегнете нараняванията от острите перки и хрилни капаци.
- Рибата и костенурките биват привлечени от сянката, която лодката им осигурява от слънцето, и ще плуват под нея. Ако разполагате с мрежа, прекарайте я под лодката от единия до другия край (необходими са двама души, за да държат краищата ѝ).
- През нощта използвайте фенерче, за да привлечете рибата - или ако нощта е ясна и свети луната, пуснете във водата парче плат, станиол или метал, което да отразява светлината и то може да привлече рибата.
- Импровизирайте куки от всичко, което ви се намира подръка. Малки сгъваеми джобни ножчета, парчета назъ метал, тел. Малките ярки метални предмети могат да слу като "стръв", включително катарамии, лъжици и монети.

използвате метална лъжица или нещо подобно, непрекъснато я движете, като отпускате и прибирате кордата. Оставете "стръвта" да потъва и след това я издигайте към повърхността.

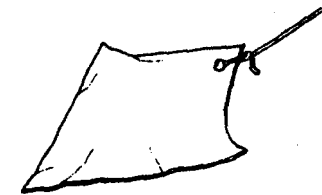
- Използвайте вътрешностите от уловената риба за стръв.
- Месото на рибата се разваля много бързо и в тропиците трябва да се яде пряко, освен ако въздухът не е сух, което в тропическите океани е малко вероятно.
- В районите с по-студен климат излишната риба може да се изсуши на слънце за бъдеща употреба. Изчистете и изкормете, преди да изсушите.

ПТИЦИ

Всички птици в морето също са потенциална храна. Ще бъдат привлечени към лодката като евентуално място за кацане и почивка. Останете неподвижни, докато се успокоят, и може би ще успеете да уловите някоя от тях, особено ако са изтощени от полета си в лошо време.

Освен това можете да ловите птици с помощта на въжета, влачени във водата с куки с риба за стръв върху тях.

Парче ламарина във формата на ромб, напъхано в риба и влачено във водата зад лодката, ще привлече птиците. Когато птицата погълне "рибата", ламариненото парче ще заседне в гърлото ѝ.



Водорасли

Водораслите се срещат не само край брега, защото далеч навътре в някои океани има плуващи форми, по-специално от вида *Sargassum* в Саргасово море и в Гълфстрийма, които се срещат в много от топлите морета, и други, които виреят в по-студените води на Северния Атлантически океан и в Тихия океан. Гъй като водораслите са жилави и солени, трудно е да бъдат смлени в сурово състояние. Абсорбират течностите, затова не трябва да се ядат, когато запасите от вода са малко.

ХРАНА

Запазете всички неприкосновени хранителни запаси, докато наистина имате нужда от тях, но дори и тогава ги изразходвайте съвсем пестеливо и се опитайте да живеете благодарение на естествените храни.

Рибата ще бъде вашият основен източник на храна. Някои от океанските риби са опасни и отровни, но като цяло в открито море, далеч от брега, рибата е безопасна за ядене. По-близо до брега има риби, които са и опасни, и отровни за ядене, като баракудата например, която обикновено е годна за консумация, но когато бъде хваната във водите на атолите и рифовете, е отровна.

Летящите риби дори ще скачат в лодката ви!

РИБОЛОВ

- **НЕ** дръжте рибарската корда с голи ръце и никога не я увивайте около ръцете си и не я завързвайте за надуваемата лодка. Солта, която полепва по нея, може да я превърне в остър режещ ръб, което е опасно и за вас, и за вашата лодка.
- Ако имате, носете ръкавици или използвайте дрехи, когато пипате рибата, за да избегнете нараняванията от острите перки и хрилни капаци.
- Рибата и костенурките биват привлечени от сянката, която лодката им осигурява от слънцето, и ще плуват под нея. Ако разполагате с мрежа, прекарайте я под лодката от единия до другия край (необходими са двама души, за да държат краищата ѝ).
- През нощта използвайте фенерче, за да привлечете рибата - или ако нощта е ясна и свети луната, пуснете във водата парче плат, станиол или метал, което да отразява светлина и то може да привлече рибата.
- Импровизирайте куки от всичко, което ви се намъдържа. Малки сгъваеми джобни ножчета, парчета метал, тел. Малките ярки метални предмети могат да служат като "стръв", включително катарами, лъжици и монети

използвате метална лъжица или нещо подобно, непрекъснато я движете, като отпускате и прибирате кордата. Оставете "стръвта" да потъва и след това я издигайте към повърхността.

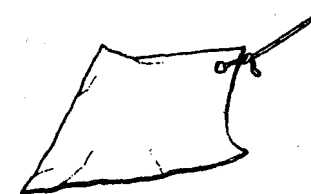
- Използвайте вътрешностите от уловената риба за стръв.
- Месото на рибата се разваля много бързо и в тропиците трябва да се яде пряко, освен ако въздухът не е сух, което в тропическите океани е малко вероятно.
- В районите с по-студен климат излишната риба може да се изсуши на слънце за бъдеща употреба. Изчистете и изкормете, преди да изсушите.

ПТИЦИ

Всички птици в морето също са потенциална храна. Ще бъдат привлечени към лодката като евентуално място за кацане и почивка. Останете неподвижни, докато се успокоят, и може би ще успеете да уловите някоя от тях, особено ако са изтощени от полета си в лошо време.

Освен това можете да ловите птици с помощта на въжета, влачени във водата с куки с риба за стръв върху тях.

Парче ламарина във формата на ромб, напъхано в риба и влачено във водата зад лодката, ще привлече птиците. Когато птицата погълне "рибата", ламариненото парче ще заседне в гърлото ѝ.



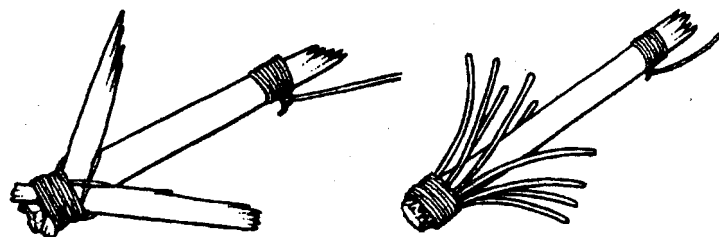
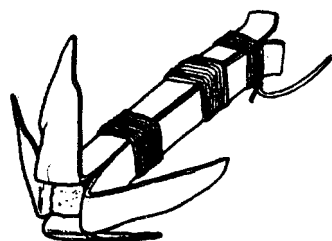
Водорасли

Водораслите се срещат не само край брега, защото далеч в някои океани има плуващи форми, по-специално от вида *Sargassum* в Саргасово море и в Гълфстрийма, които се срещат в много от топлите морета, и други, които виреят в по-студените води на Северния Атлантически океан и в Тихия океан. Тъй като водораслите са жиливи и солени, трудно е да бъдат в сурово състояние. Абсорбират течностите, затова не да сеядат, когато запасите от вода са малко.

Водораслите могат да ни осигурят като храна малките пия и скариди, живеещи в тях, и малките рибки, които могат да изпаднат, когато издърпаме водораслите в лодката. Тези малко ракообразни са кафяви на цвят, като водораслите, и затова не лесно да бъдат забелязани.

Планктонът, изцеден от водата, също може да бъде полезен източник на храна, особено в студените северни води (виж: *Полярна храна* в Климат и терен).

Направете си улавяща кука, като вържете дървени парчета или метални останки, така че да образуват кука с няколко зъбци. Прикрепете я към въже и я влачете зад лодката или я хвърлете във водата, за да загребе водораслите. Можете да я използвате за събирането и на други плаващи останки за заздравяването на някой импровизиран от вас сал.



ОПАСНИ РИБИ

Отровни риби

Много рифови риби са с токсично месо, при някои видове през цялото време, при други - само в определени периоди от годината. Отровата присъства във всички части на рибата, особено в черния дроб, червата и хайвера.

Рибните токсини са разтворими във вода - готвенето колкото и продължително да е то, няма да ги неутрализира

вкус, така че стандартният тест за годност за ядене (виж **Храна**) е безполезен. Птиците са по-малко податливи на отровите, а това не си мислете, че ако дадена птица може да яде някоя риба, тя е безопасна и вие също можете да я ядете. Котките са по-издръжливи, докато кучетата и плъховете са уязвими също като хората.

Отровата ще предизвика изтръпване на устните, езика, пръстите на краката и на върховете на пръстите на ръцете, силен сърбеж и обръщане на температурните усещания. Студените предмети ще ви се струват горещи, а горещите - студени. Вероятно ще е налице гадене, повръщане, загуба на говора, замаяност и парализа, която накрая завършва със СМЪРТ.

Освен рибите с отровно месо съществуват и риби, които са опасни за пипане. Много от различните скатове имат отровен шип на опашката си; има и видове, които могат да нанасят електрически удар. Някои рифови риби, като например каменните риби или краставите риби, имат отровни бодли, които, въпреки че рядко са смъртоносни, могат да бъдат МНОГО болезнени, причинявайки изгарящо усещане или дори агонизираща болка, несъответстваща на размера на раната.

Медузите, които понякога са трудни за забелязване във водата, могат да предизвикват жестоки ужилвания. Медузата, известна като португалски кораб (Physalia), която не е истинска медуза, е синкава, наподобяваща мехур, с малко набраздено платно. Не влизайте във водата, ако забележите тези морски създания. Влачат зад себе си много дълги "ленти", които съдържат опасни и много болезнени токсини.

Агресивни риби

Има и няколко свирепи риби, които трябва да се избягват. За самоуверената и любопитна баракуда е известно, че напада хора. Тя може да атакува светлините или ярките предмети през нощта. Морският костур, който може да достигне до 1.8 м, е друг вид риба, от който трябва да стоите настрана; а змиорката от семейство Muraenidae, която притежава множество остри зъби и достига до 1.5 м, също може да бъде агресивна, ако бъде обезпокоена. Морските змии са отровни и понякога се срещат в

средата на океана. Малко вероятно е да ви ухапят, но ги **ИЗБЯГВАЙТЕ**.

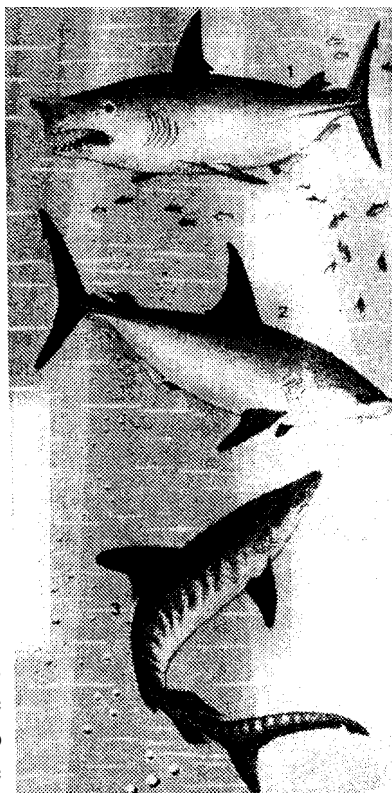
АКУЛИ

Много малко случаи на нападения от акули се регистрират всяка година и малко от тях са с фатален изход. Бедстващият в морето обаче е по-заstraшен от плувеца край брега, за който в общи линии се отнася посочената статистика. Много малко от различните видове акули се считат за опасни за хората.

Шест вида акули са причина за повечето нещастни случаи – голямата бяла акула, мако, тигровата, акулата-чук, биволската акула и сивата дойка. Голямата бяла акула е най-голямата, но размерът не е показател за опасността и няма връзка с вероятността от нападение. Акула, много по-малка от човека, може да го убие. Китовата акула може да достигне до 13.3 м, но тя се храни с планктон и не е проблем.

Океанските акули са способни да убиват, но в тропиците храната им е в такова изобилие, че обикновено не са свирепи и агресивни. Тези акули като правило са страхливи и могат да бъдат изплашени от удар с пръчка, особено по носа. Раздвижването и суматохата във водата обаче може да привлече акулите от голямо разстояние.

Акулите живеят и се хранят на голяма дълбочина и през по-голямата част от времето се снабдяват с храна от морското дъно, но гладната акула ще



преследва рибата до повърхността и в плитките води. Когато една акула проучва такива води, тя вероятно е **ОПАСНА**.

Обичайната храна на акулата включва риба, сепия, раци и различни други морски животни; тя търси храна, която **ЛЕСНО** може да бъде уловена, и специално преследва отделните се от рибния пасаж екземпляри или ранените жертви. Акулите плуват след кораба, за да се хранят с остатъците, изхвърляни от него.

Акулата търси храна по-активно през нощта, а също и вечер и сутрин. Малките ѝ очи не ѝ позволяват да вижда добре и тя определя местоположението на своята жертва по миризмата и вибрациите, предизвикани във водата. Ще бъде привлечена от кръвта от рани, телесните отпадъци и боклуци. Слабото и хаотично движение ще привлече вниманието на акулата, защото напомня за незащитна и ранена жертва. Ще бъде прогонена от силни, Постоянни движения и високи шумове.

Странният външен вид на човека е нещо ново за акулата, а дрехите му придават объркваща форма. Група облечени хора, събрани заедно, са в по-голяма безопасност в сравнение с отделния индивид. Ако акулата поддържа едно и също разстояние, тя просто проявява любопитство. Ако започне да обикаля със стесняващи се кръгове, вероятността от нападение се увеличава значително.

Акулите не могат да спират внезапно или да се рязко. Добър плувец може да избяга на една голяма акула чрез резки смени на посоката, които акулата не може да следва.

ЛЪЖЛИВА ТРЕВОГА

Не всяка перка, която се показва над повърхността на водата, е на акула! Върховете на крилата на големите скатове могат да порят повърхността на водата и да създават илюзията, че това е двойка акули, движещи се в съвършен синхрон. Перките на китовите също могат да се покажат над повърхността, както и перките на делфините, които са безобидни и вероятно ще се покажат изцяло над водата.

За илюстрираните тук акули е известно, че са нападали хора.

1 «Голямата бяла акула (*Carcharodon carcharias*) може да достигне до 6 м, но обикновено е по-малка, сива отгоре и бяла отдолу, с много дебело тяло, с чисто черни очи и набита конусовидна муцуна; във всички океани, но най-вече край бреговете на Южна Африка, на изток и запад край Северна Америка и южна Австралия и Нова Зеландия.

2 • **Мако** (*Isurus oxyrinchus*) е средно 2-3 м, с тежко тяло, отгоре в ултрамариненосиньо и кремавобяла отдолу; във всички океани, но най-често се среща в топлите умерени води. Много бърз плувец, от време на време скача над водата.

3 • **Тигровата акула** (*Galeocerdo cuvieri*) достига средно 3-3,5 м, с тежко тяло, на ивици или петна отгоре, докато е млада; когато стане зрял екземпляр отгоре е по-равномерно сива, отдолу е бяла. с много широка глава и челюсти и четвъртити муцуна; в тропическите и субтропическите води, често близо до брега.

4 • **Баракудите** (*Sphyræna*) не са акули, а тънки, подобни на торпедо риби, на синкави ивици отгоре, лъскаво сребърни отдолу - с продълговата уста с остри зъби, като някои видове достигат до 2 м; във всички тропически води. Много бързи, стрелкащи се, често на стада; обикновено са опасни, когато във водата има кръв.

5 • **Акулите-чук** (*Sphyrna*) се разпознават веднага по характерните си, сплескани във формата на чук глави. Има няколко различни вида, като най-големите достигат до 6 м; във всички тропически и субтропически води.

6 • **Биволската акула** (*Carcharhinus leucas*) се среща в тропическия западен Атлантически океан, а нейни близки роднини обитават край бреговете на Южна Африка и в Индийския океан. Здрава, сива отгоре и бяла отдолу, достига до 4 м. Агресивна и опасна поради предпочитанието си към плитките води и способността си да достига далеч нагоре по реките.

7 • **Дойката** (*Ginglymostoma*), като Сивата дойка от водите край източна Австралия, достига над 4 м и е със здраво тяло, големи перки, сивкава отгоре и бяла отдолу, често се среща съвсем близо до брега.

Ако уловите акула

Ако случайно на куката ви се улови малка акула, тя може да бъде издърпана до борда на лодката или сала - трябва да издърпате главата ѝ над повърхността, да я ударите силно с тояга и чак след това да я изтеглите на борда. Уверете се, че наистина е зашеметена, преди да се доближите до нея и да я довършите с още удари, за да се възползвате от месото ѝ.

НЕ опитвайте това с голяма акула. Тя може да ви рани и да повреди вашия сал или лодка. Трябва да отрежете кордата си и да пожертвате част от нея, защото мятането на акулата скоро ще привлече нейните посестрими.

ЗАЩИТА ОТ АКУЛИ

Ако не носите спасителна жилетка или не сте на сал или лодка, които са снабдени със средства за прогонване на акули, опасността е голяма за всеки, който е във водата, но не е задължително акулата да ви нападне. Препаратът за отблъскване на акули може да не е 100% ефикасен, но дори и така да е, използвайте го само когато е абсолютно наложително. Помнете, да го използвате само веднъж.

• *Във водата*

Ако има акули, опитайте се да избягвате уринирането във водата, което може да привлече интереса им. Ако трябва все пак да се облекчите, направете го на кратки, внезапни струи и оставете да се размеси с водата. Събирайте изпражненията си и ги хвърляйте колкото се може по-далеч от вас. Ако повръщате опитайте се да го задържите в устата си и да го глътнете обратно но ако това е невъзможно, хвърлете го колкото се може по-далеч. Ако се налага да плувате, използвайте силни, постоянни замахвания, отбягвайки рибните стада.

Ако под заплаха са група хора, те трябва да се съберат заедно и да се обърнат с лице навън. За да отбиете нападението, ритайте напред и нанасяйте удари с твърда ръка, използвайки основата на дланта.

Издавайте шумни звуци, като пляскате по водата със свити в шепя ръце. Потопете главата си под водата и крещете. Тези мерки са по-ефикасни при група, но могат да действат дори и когато сте сами и ви атакуват. Ако имате нож, бъдете готови да го използвате. Оставете акулата да го поеме целия в устата си или търсете очите и хрилете.

• *Върху сал или лодка*

Не ловете риба, когато наоколо има акули, и не изхвърляйте отпадъци през борда (включително изпражнения и вътрешности на риба). Освободете се от куките със стръв на тях. Ако акулата заплашва да атакува, откажете я с удари по муцуната с гребло или прът. Помнете - една голяма акула може да ухапе лодката или сала.

ПОМПЕТЕ

Ако притежавате препарат за отблъскване на акули, спазвайте указанията на производителя, но го използвайте само ако ситуацията е много напечела. Веществото скоро ще се разсее във водата и ще стане неефективно. Изберете много добре момента, защото можете да го използвате само веднъж.



СЛИЗАНЕ НА БРЕГА

Когато се доближите до суша, опитайте се да изберете място за излизане, което ще улесни достигането до брега или ще ви позволи да преплувате безопасно до него. Свалете платното и внимавайте за скали. Котвата ще ви държи насочени към брега и ще забави напредването ви, осигурявайки ви повече време да завиете, ако пред вас има скали. Опитайте се да не акостирате на сушата, ако слънцето блести в очите ви, защото това ще ви попречи да забележите скалите и другите проблеми.

Наклоненият бряг с малки вълнички е идеалното място за вашия избор - ако имате изобщо възможност да избирате. Ако можете да уцелите точния момент, плувайте зад разбиващата се вълна. За да не бъдете залети от вълната или преобърнати настрана от някоя стоварваща се вълна, натиснете здраво с веслото, но не изпреварвайте вълната, която ви носи. При много висока вълна, обърнете веслото към морето и когато вълната приближи, започнете да гребете в нея.

Докато се приближавате, разгледайте очертанието на брега: разположението на високите места, видовете растителност, вероятните водни маршрути. Ще забележите подробности, които може би от брега няма да се виждат. Ако имате спътници, изберете си място, на което да се съберете, ако лодката се обърне и вие се разпръснете.

Ако стигнете до сушата през нощта, изчакайте до сутринта близо до брега, ако можете - в тъмното ви дебнат прекалено много опасности, които може би няма да забележите.

Ако плувате в устието на река, заливана от прилива, опитайте всичко възможно, за да достигнете брега. Отливът може да ви отнесе обратно в морето. Вдигнете котвата и за да излезете колкото се може по-навътре върху брега, направете лодката възможно най-лека. Изгребете водата от надуваемата лодка и я надуйте до краен предел. Това ще ви позволи да се възползвате

Максимална степен от настъпващия прилив.

Ако сте били завлечени обратно в морето от отли напълнете надуваемата лодка донякъде с вода за баласт и пуснете котва.

Вържете се за сала. Дори той да се преобърне или да разпадне и вие да изпаднете в безсъзнание, пак ще имате шанс да оцелеете. Сами във водата и задржани върху скалите - вие сте МЪРТВИ.

Плуване към брега

Ако се налага да плувате към бряг, осеян със скали, в бурно море, останете с дрехите, обувките и спасителната си жилетка, ако имате такава. Вдигнете краката пред себе си, за да поемете удара от сблъсъка със скалата със стъпалата си; омекотете го със свиване на краката в коленете.



ЧАСТ ДЕСЕТА

СПАСЯВАНЕ

Сигнализацията е необходима, за да привлечете вниманието на спасителите, и може да се нуждаете от кодове за комуникация, след като сте установили контакт. Ако разбирате моделите, използвани от спасителните екипи, това ще ви помогне при разполагане на сигналите и ще увеличи тяхната ефикасност.

Ако спасителите идват по въздух, може да се наложи да пригответе място за кацане на самолет или хеликоптер, така че тук сме описали подходящите места, както и предпазните мерки, които трябва да вземете в присъствието на хеликоптер.

СИГНАЛИЗИРАНЕ:

Огън и дим и Седящи сигнали ■ Международни кодове и Предаватели • Шум

СИГНАЛИ И КОДОВЕ:

*Сигнали с огън • Сигнали земя-въздух * Изпращане на съобщение • Хелиограф • Сигнали с парцал и Сигнали с тяло и Международен планинарски спасителен код и Сигнални светлини ■ Информационни сигнали*

ТЪРСЕНЕ:

Сухопътни модели на търсене • Въздушни модели на търсене

СПАСЯВАНЕ С ХЕЛИКОПТЕР:

Място за кацане • Спасяване без кацане и Вятър • Нощно спасяване ■ Спасяване в морето и Предпазни мерки ■ Вдигане с лебедка

СИГНАЛИЗИРАНЕ



Първото изискване за спасяване е да съобщите на другите за ситуацията, в която сте изпаднали, и ако е възможно, за местоположението си. След като установите контакт, можете да предадете и друга информация.

Съществуват няколко международно приети сигнала за бедствие. Буквите SOS (съкращение на Save Our Souls - Спасете нашите души) вероятно са най-известните. Могат да се напишат, да се предадат по радиото, да се изговорят с помощта на семафор или да се изпратят с морзовата азбука с всеки метод.

Сигналът Mayday (фонетичен израз на френското m'aidez - помогнете ми) е един от най-използваните в радиовръзките от корабите и самолетите.

Останки от самолет или автомобил

Ако сте край развален автомобил или разбит самолет, те могат да ви осигурят много полезни средства за сигнализиране. Ако няма пожар, вие ще разполагате със запаси от гориво, масло и хидравлична течност, които могат да бъдат запалени. Когато се запалят, гумите и електрическата изолация ще отделят черен дим.

Стъклото и хромът са отлични рефлектори, особено к на двигателя и тасовете на колелата. Спасителните спасителните лодки, парашутите - всички те са ярко оцветени лесно забележими. Наредете тези ярко оцветени и лъскави предмети около вашето място, където те ще могат да забележат по-лесно и да привлекат вниманието.

През нощта включете светлините, но ако акумулаторит изтощени, пазете ги като резерв, за да запалите фаровете, да натиснете клаксона, за да привлечете вниманието, забележите преминаващ самолет или признаци за възмо спасителниотряди.

Огън и дим

Огънят, който едновременно гори и дими, е превъзходно средство за привличане на вниманието. Разполагането на сигнални огньове е една от основните задачи веднага след като сте се справили с неотложното лечение на ранените и осигуряването на подслон. Ако сте голяма група, няколко човека трябва да се отделят за събирането на гориво за лагерния огън и за сигнални огньове веднага щом това стане възможно.

Къде да се разположат сигналите

Когато разполагате сигналите, вземете предвид всички особености на терена. Изберете високите точки за светлинните сигнали. Ако се намирате върху планински хребет, издигането на някой необичаен силует може да привлече вниманието. Ако поставяте знаци върху земята, правете го на нивото на земята и се уверете, че са разположени върху склонове, които няма вероятност да бъдат пропуснати при претърсването на околността от спасителите по обичайния модел на търсене.

Когато облитат хълмист терен, самолетите обикновено летят от ниските към високите хребети. Това води до опасността склоновете зад хребета да останат скрити за самолета, докато той се приближава. Ако изпитвате подобни съмнения, знайте, че колкото по-близо до върха на хребета са сигналите, толкова по-голяма е вероятността те да бъдат забелязани от която и посока да се приближава самолетът на спасителите.

Международни кодове

Когато сте установили контакт, по-сложните международни кодове (показани по-нататък) ще ви позволят да предадете информация за основните си нужди, ако вербалната комуникация не е възможна.

При спасяване по въздуха или по море може да се наложи а Подгответе полоса за кацане или да помогнете за възетата

или за механизма за издигане, затова известни познания основните процедури ще улеснят твърде много операцията

Предаватели

Спасителните лодки, спасителните салове и дори индивидуалните спасителни жилетки понякога са снабдени с предаватели, които излъчват сигнали, посочващи местоположението въпреки че те обикновено не са ефикасни на големи разстояния. Много от радиопредавателите за критични ситуации също са с твърде ограничен обхват и за да не изтощите скъпоценните батерии, трябва да ги пазите в резерв, докато се появи вероятност техните сигнали да бъдат уловени. С ефикасни радиоапарати обаче сигналите за бедствие **трябва** да се изпратят незабавно и да се излъчват на постоянни интервали.

Прочетете внимателно указанията върху радиопредавателя. Корабните и самолетните предаватели могат да функционират на най-различни честоти, но има оборудване за критични ситуации, което е настроено към фиксирани канали за излъчване на сигнали за бедствие.

Най-общо казано портативните високочестотни предаватели, използвани от екипите на алпинистите, могат да осъществяват връзка само с радиостанции по права въздушна линия и без никакви препятствия между тях (въпреки че понякога върху някоя стратегическа височина може да се организира постоянна релейна станция). Подобни радиопредаватели обикновено се настройват на честотата на планинска спасителна служба, но трябва да се установят определени процедури преди заминаването на експедицията.

Ако имате работещ радиопредавател, проверете какво положението с батериите. Дали двигателят на автомобила ^{вс} още може да се използва за генериране на електрически ток ^и за презареждане на батериите? Запазете гориво за тази ^{цел} планирайте своите радиопредавания в съответствие с ^{модел} вместо да опитвате да бъдете в ефир продължително ^{време}. Някой улови вашия сигнал, той може да изчисли кога може да очаква отново в ефир.

Шум

Шумът е превъзходно средство за привличане на вниманието, ако сте сигурни, че в обсега на неговото разпространение **има други** хора. Международният планинарски сигнал за бедствие, освен подаването на сигнала SOS, е шест изсвирвания **на** минута (или шест ръкомахания, светлинни сигнали и и.н.), последвани от минута тишина и след това повтарянето им. Един **вик** може да е достатъчен, ако сте затиснати или сте близо до помощта, но сте тежко ранени, за да се доберете до нея.

Бъдете изобретателни

Не пренебрегвайте дори такива идеи като изпращането на съобщение в бутилка. Точно този метод е с малка вероятност за успех, ако сте претърпели коработрушение сред Тихия океан, но в някоя река един по-забележим плаващ предмет, който носи ясно съобщение, е много вероятно да бъде забелязан - малък сал с ярко платно, върху което е изписано SOS например. Използвайте въображението си, за да измислите начини, които да привлекат вниманието към вас и вашето бедствено положение, без да хабите ценна енергия*и ресурси.

Придвижване

Ако решите, че има малка вероятност да ви открият спасителни групи и че най-добрият план е сами да се доберете **до** цивилизацията, трябва да оставите ясни знаци след себе си, така че ако спасителите стигнат до мястото на катастрофата, да **получат** указания за маршрута, по **който** сте поели. Докато пътувате, вероятността да привлечете вниманието е по-голяма, ^{ако} **о** се движите по-близо до редовни въздушни пътища или се движите в **по-открита** територия.

СИГНАЛИ И КОДОВЕ

ПОМНЕТЕ

Почти всеки сигнал, повторен три пъти, ще служи като сигнал за бедствие. В зависимост от местоположението ви това могат да бъдат три пламъка, три стълба дим, три високи изсвирвания, три огнестрелни изстрела - дори три присветвания с фенерче. Ако използвате шум или светлина, правете едноминутна пауза между отделните групи от по три сигнала.

▲ Сигнали с огън

Три огъня са международно приет сигнал за бедствие. В идеалния вариант те трябва да се разположат в триъгълник на еднакво разстояние един от друг, подреджана, което освен това прави по-лесно поддържането им, но ако това не е възможно, всяка тяхна конфигурация ще свърши работа, при положение че те са ясно разделени един от друг. Ако обаче горивото ви е недостатъчно или ако сте лошо ранени, или сте прекалено изтощени от глад, за да поддържате няколко огъня, използвайте само лагерния си огън.

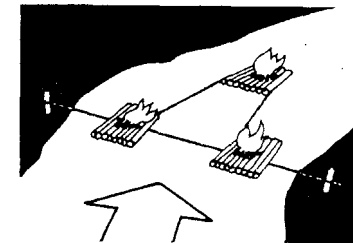
Не можете да поддържате сигналните огънове непрекъснато запалени, но те трябва да са приготвени, да са покрити, за да бъдат сухи и в пълна готовност да бъдат запалени, за да привлекат вниманието на всеки минаващ самолет. Пригответе ги с лесно запалимо гориво, така че лесно да пламнат и да се разгорят, когато ги запалите. Брезовата кора е идеалната подпалка. Други материали за подпалки са описани в *Огън, Умения за лагеруване*.

Бензинът може да се използва за запалване на огън, но НЕДЕЙТЕ просто да го изливате върху огъня. Използвайте парцал като фитил, напоете го с бензин и го поставете до подпалката. Не го запалвайте веднага. Дръпнете канчето горивото на безопасно разстояние и изчакайте няколко секунди, преди да запалите фитила. Ако огънят не пламне от първия път, дръпнете подпалките настрани, за да проверите дали няма искри или тлеещи въглени, преди да добавите още бензин.

ДОМИЕТЕ

- Дръжте под ръка запас от зелени клони, масло или гума, за да предизвикате пушек, ако се наложи.
- Ако сте запалили огъня сред растителност или близо до дървета, оградете го с насип от земя.
- Няма смисъл да палите огън сред дървета, ако няма шанс той да бъде забелязан, саванът на дърветата ще скрие сигнала. Запалете го на някоя поляна.

Ако сте до река или езеро, постройте салове, върху които да разположите своите огънове и ги заковайте или ги вържете здраво на едно място. Стрелката показва посоката на течението.



Дървета - факли

От малките изолирани дървета стават отлични огнени сигнали. Запалете огън между клоните. Използвайте голямо количество сухи клони - старите птичи гнезда са добри подпалки за огъня. Този огън ще подпали и листата, което ще доведе до отделянето на много дим. Ако дървото е изсъхнало, запалете огъня в основата му. Така то ще гори дълго време, оставяйки ви свободни да насочите вниманието си към изпращането и на други сигнали.

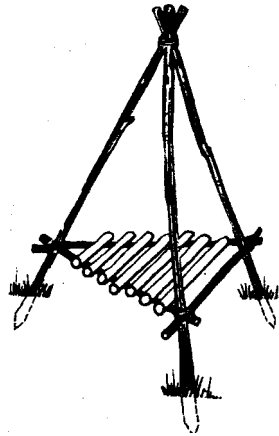
Забележка: *Не рискувайте със запалването на огън в гората. Освен вредите, които той ще нанесе, животът ви също ще бъде поставен в голяма опасност.*

Конусовидни ярки огънове

На чисто и открито място направете триножник с Платформа, върху която да разположите огъня. Платформата държи подпалките над влажната земя или пък можете да натрупате по-голямо количество дървен материал под нея.

Използвайте покривало от вечнозелени клонки, за да конуса сух; те ще горят ярко и ще отделят хубав дим.

Покрийте целия конус с ярко оцветена материя, ако имате такава - парашутът е идеален за целта. Това покривало не само ще пази огъня сух и готов за подпалване, но самото то ще се забелязва през деня. Махнете го, когато запалите огъня - да не успеете да привлечете вниманието още от първия път.



Поддържайте тези триножници в добро състояние, проверявайте дали дървата са достатъчно сухи, за да се подпалят в нужния момент, и дали запасът от дърва не се използва за други цели. Забийте долните краища на коловете в земята, за да не позволите на триножника да падне при силен вятър.

Когато запалите този огън, неговата светлина ще може да се види от километри. В открита местност един по-малък огън, запален вътре в конусовидна палатка или палатка от парашутна материя, също ще се забелязва отдалеч като сигнал. Уверете се, че на върха на палатката има отвор, откъдето да излизат топлината и димът, и дръжте огъня под контрол. Ако сте го разположили върху склон, добавяйте дърва в него отстрани или отгоре, за да не затувате прекалено много светлината на огъня - въпреки че известно примигване на светлината му може да привлече вниманието.

Използвайте останките за подпомагане на сигнализирането с огън

Запалете огъня върху парче метал от самолета и/или автомобиля. Металът ще го държи изолиран от влажната земя а когато се нагрее, ще увеличи конвекцията (пренасянето

топлината) и по този начин ще доведе до по-яркото горене на огъня, а ако е лъскав, ще служи като отразител, усилвайки яркостта. Три такива огъня се превръщат в сигнал за бедствие, който се забелязва незабавно.

Сигнали с дим

През деня димът е добър указател за местоположението, затова съберете достатъчно количество материали, предизвикващи отделянето на дим, готови да бъдат хвърлени в запаления огън. Изберете онези материали, които изпускат дим, открояващ се ярко на фона на околната среда.

▲ Светлият пушек ще контрастира на фона на тъмна земя или на тъмнозелена гора. Предизвикайте го с помощта на зелена трева, листа, мъх и папрат. Всеки влажен материал ще предизвика огън с гъст дим, а влажните рогозки и покривките за седалки ще димят дълго време. Този дим освен това ще държи летящите насекоми настрана.

• Тъмният пушек ще се вижда най-добре на фона на снега или на пясъка в пустинята. Използвайте гума или масло, за да го създадете. Ако атмосферните условия предизвикват разстилането на дима на пластове над земята, разгорете огъня, за да увеличите топлината му. Топлите потоци след това ще издигнат дима на голяма височина.

ПОМНЕТЕ

Димът не само помага на пилота на спасителния самолет да ви открие, но показва и посоката на вятъра на повърхността на земята. Уверете се, че огънят е от подветрената страна на мястото, където кацане или на сигналите, които сте разположили върху земята, така че димът от него да не ги скрие, когато се наблюдават от въздуха.

▲ Сигнали земя-въздух

Тези символи са международно признати сигнали за срещане. FILL е полезно мнемотехническо средство за напомняне на основните от тях. Отделната ивица: I, е най-важната

и най-лесната за създаване. Един пилот ще рискува максимално да реагира на този сигнал за опасност. Направете ги колкото се може по-големи и по-забележими, използвайте цветни конспираторски или сянки. Препоръчителният размер е 10 м дължина и 3 м ширина за всеки символ с 3 м разстояние между тях.

Наредете тези символи на открити места, избягвайки стръмните клисури или дефилетата, и не ги нареждайте върху склонове с обратен наклон. Използвайте панелите за маркиране от своя комплект за оцеляване (виж **Основи**) или ако разполагате с такива - импровизирайте. Наредете парчета от останките или изкопайте сигналите в земята като плитки окопи натрупвайки пръста от страни, така че да увеличите дълбочината на сянката. Използвайте камъни или дървета, за да ги подчертаете.

Ако сте върху сняг, дори утъпкването му във формата на желаните от вас символи, ще ги направи ясно различни до следващия снеговалеж.

След установяване на контакт, на послание, пуснато или изпратено от самолета, може да се отговори с А или У - сигнали за потвърждаване (affirmative) или отхвърляне N (negative), с морзовата азбука или със сигнали, дадени с тялото.

Нощни сигнали

Изброените дотук сигнали ще привлекат вниманието през деня, дори ако сте заспали или сте ранени. Ако разполагате със запас от бензин или с други запалими вещества, можете да изработите сигнали, които да действат и през нощта. Издълбайте SOS (или който и да е друг символ) в земята, пясъка или снега и когато трябва да подадете сигнала, напълнете го с бензин и го запалете.

Забележка: ТРЯБВА да заличите тези сигнали, ако бъдете спасени. Те ще продължат да действат дълго време, след като сте си заминали.

КОД ЗЕМЯ-ВЪЗДУХ

I Сериозно раняване - незабавна евакуация на тежко пострадали (може да означава също така и **НУЖДА ОТ ЛЕКАР**)

II Нужда от медицинско оборудване и лекарства

F Нужда от храна и вода

N Отрицание (Не)

A Потвърждение (Да) - (У също ще бъде прието за потвърждение)

LL Всичко е наред

X Неспособен да се движа

→ Движа се в тази посока

Укажете посоката, в която да продължи

Не разбирам

Нуждая се от компас и карта

Считам, че е безопасно за приземяване на това място (прекъснат в ъглите означава **ДА ОПИТАМЕ ИЗЛИТАНЕ**)

I Нуждая се от батерии за радио/сигнална лампа

⌏ Силно повреден самолет

▲Изпращане на съобщение

Не е необходимо да усвоявате сложната система на семафора. Международната морзова азбука може да се изпрати с помощта на примигващи светлини, с елементарен хелиограф с размахване на флаг или риза, вързана за пръчка или с използване на звук.

Забележка: *Не се доверявайте на паметта си - носете копие на кода в себе си. Дори ако вие го използвате редовно и го знаете наизуст, от него може да се нуждае някой друг, който не го знае.*

Съществува процедура, която трябва да се следва, когато изпращате и получавате съобщения. Научете специалните кодове, за да направите операцията по-лесна.

Хелиограф

Използвайте слънцето и отразител, за да изпращате светлинни сигнали. Всеки лъскав предмет ще ви свърши работа - излъскан ламаринен капак, очила, парче станиол - макар че ръчното огледалце е най-подходящо. Продължителните отблясъци са тирета, а кратките са точки. Ако не знаете морзовата азбука, дори хаотичните проблясъвания ще привлекат вниманието. Най-малкото научете кода за SOS.

Отразител с една повърхност

С импровизиран отразител уловете слънчевата светлина и направете слънчево зайче върху земята или някаква друга повърхност и след това я насочете по посока на самолета или в посоката на друг потенциален обект за контакт.



Едно проблясъване може да бъде забелязано от голямо⁰ разстояние и дори когато не целите преднамереното установяване на контакт, то може да привлече нечие внимание. Струва^a си да опитате. Наблюдавайте хоризонта през деня. Ако някой

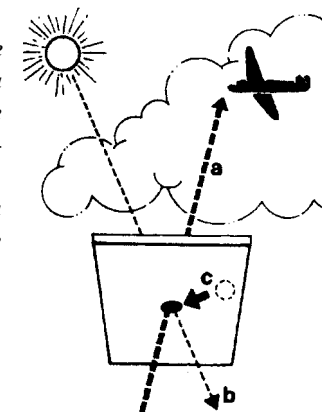
самолет се приближи, направете слънчеви зайчета, като ги прекъсвате, защото иначе можете да заслепите пилота. След като се уверите, че са ви забелязали, СПРЕТЕ да сигнализирате.

Използване на хелиограф

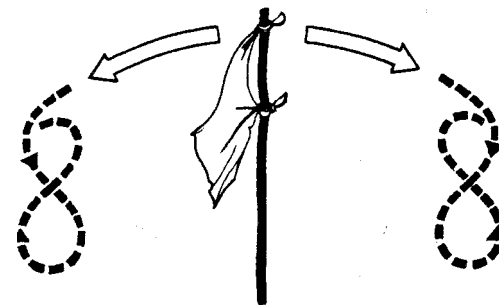
Ако разполагате с отразител с две отразяващи повърхности и можете да пробие дупка в него, ще се добиете с нещо, което се доближава до стандартния хелиограф.

Вижте човека, самолета, кораба и т.н., с който искате да установите "контакт" през дупката в хелиографа (a), приблизително по посока на слънцето, така че слънцето да свети през дупката (b). Ще видите петно светлина върху лицето си (c).

Наклонете огледалото под такъв ъгъл, че точката светлина върху лицето ви "да изчезне" обратно в дупката на огледалото, продължавайки да поддържате зрителния контакт.



Забележка: *Упражнявайте тази форма на сигнализация, но ако не се намирате в ситуация на оцеляване, НЕ изпращайте сигнали на самолети, нито предавайте никакви съобщения, които могат да предизвикат вдигането на тревога или да бъдат опасност за други хора.*



За "точка" завъртете надясно и направете една осмица.

За "тире" завъртете наляво и направете една осмица.

692

Сигнали с парцал
 Завържете знаме и парчехарко оцветена дреха за някакъв
 прът и го движете наляво за тиретата и надясно за точките.
 Подчертавайте всяко движение с описването на осморка.
 На близко разстояние проста система за сигнализиране
 може да функционира и безправенена осморки. Правете паузите
 на "тиретата" вляво малко по-дълги от движенията на "точките"
 вдясно.

азбука

A	N	1
B	O	2
C	P	3
D	Q	4
E	R	5
F	S	6
G	T	7
H	U	8
I	V	9
J	W	0
K	X	
L	Y	
M	Z	

СИГНАЛИ ЗА ИЗПРАЩАНЕ
 ААААА* и т.н. – Сигнал за повикване. Имам съобщение.
 ААА* – Край на изречение. Има още.
 Пауза – край на дума. Започвам от последната правилна дума.

СИГНАЛИ ЗА ПРИЕМ
 ТТТТТ* и т.н. – Приемам съобщението ти.
 К – Готов съм. Започни да предаваш съобщението.
 Т – Думата е приета.
 Повтори знака Не го разбрах.
 R – Съобщението

* Изпра щсе

ПОЛЕЗНИ ДУМИ

ИЗПРАТИ

ЛЕКАР

ПОМОЩ

РАНЯВАНЕ

ЗАКЛЕЩЕН

ИЗГУБЕН

ВОДА

Отговор на сигналите с тяло

За да потвърди съобщенията, получени от земята, пилотът на самолета ще изпълни една от следните маневри:

- Съобщението прието и разбрано:

През деня: Накланяне на самолета наляво и надясно, като че ли ви маха с криле.

През нощта: Проблясване със зелени светлини.

А Съобщението прието, но не разбрано:

През деня: Самолетът прави кръг надясно.

През нощта: Проблясване с червени светлини.

А Планински спасителен код

Тези звукови, светлинни и пиротехнически сигнали са международно приети от планинските спасителни служби.

- **Съобщение: SOS**

Сигнална ракета: Червена.

Звуков сигнал: 3 кратки изсвирвания, 3 дълги, 3 кратки.

Повтаряйте на интервал от една минута.

Светлинен сигнал: 3 къси проблясвания, 3 дълги, 3 къси.

Повтаряйте на интервал от една минута.

- **Съобщение: НУЖНА Е ПОМОЩ**

Сигнална ракета: Червена.

Звуков сигнал: 6 изсвирвания в бърза последователност.

Повтаряйте на интервал от една минута.

СИГНАЛИ С ТЯЛОТО

Тази серия от сигнали ще бъде ясна за персонала на военновъздушните сили и за летците и може да се използва за изпращането на сигнали до тях. Обърнете внимание на разликите между позициите отпред и отстрани и на използването на краката и на позицията на тялото, както и на движението на ръцете. Използвайте парче плат в ръката си, за да подчертаете сигналите за ДА и НЕ. Правете всички сигнали с ясни и отчетливи движения.



Вземете ни



Нужда от механична помощ



Приземете се тук



Всичко е наред



Мога да продължа след малко



Л

Имам радио



НЕ се опитвайте да кацнете тук



Нуждая се от лекарска помощ

Пуснете съобщение

Светлинен сигнал: 6 проблясвания в бърза последователност.

Повтаряйте на интервал от една минута.

Съобщение: СЪОБЩЕНИЕТО РАЗБРАНО

Сигнална ракета: Бяла.

Звуков сигнал: 3 изсвирвания в бърза последователност.

Повтаряйте на интервал от една минута.

Светлинен сигнал: 3 проблясвания в бърза последователност.

Повтаряйте на интервал от една минута.

Съобщение: ВРЪЩАНЕ В БАЗАТА

Сигнална ракета: Зелена.

Звуков сигнал: Продължителна последователност от изсвирвания.

Светлинен сигнал: Продължителна последователност от проблясвания.

▲ Сигнални ракети

Всяка сигнална ракета по време на търсене ще бъде проучена, независимо от цвета ѝ, но изберете тази, която е най-подходяща обстановката.

В гористата местност зелената ракета няма да изпъква на околния фон, докато червената ще изпъква.

- Над сняг бялата ще се слее с фона - зелената и червената са най-подходящи.

Запознайте се с различните видове сигнални ракети. Уверете се, че сте разбрали инструкциите за използването им, защото някои сигнални ракети изхвърлят нагорещена до бяло топка Магнезий, която ще прогори дупка във всяко нещо, в което се удари - гърдите ви или спасителната лодка, ако бъде погрешно насочена.

Видове сигнални ракети

Някои от ракетите се държат с ръка и са с две страни. Единият край отделя дим за използване през деня, другият дава светлина за през нощта. Колкото по-високо се държат те, толкова

по-лесно е да се видят. Сигналните ракети, които се възпламеняват във въздуха, ще се виждат от по-голямо разстояние. Един от тези видове достига до 90 м височина, където се отваря парашут, който задържа ракетата във въздуха за няколко минути. Други ракети издават силен гръм и се пръскат в цветни топки.

Дръжте ракетите сухи и далеч от открити пламъци и източници на топлина. Уверете се, че обезопасителните щифтове са си на мястото и няма да се измъкнат по някаква случайност, но освен това се уверете, че не са се прегънали по такъв начин, че да не могат да бъдат извадени бързо, когато това се наложи.

Ръчни сигнални ракети

Ръчните сигнални ракети представляват цилиндрични тръби с капаци в двата края. Горният капак често е обозначен с буква или знак, така че да може да бъде разпознат в тъмното с пипане. Най-напред махнете него. След това махнете долния капак, за да откриете една къса връв и обезопасителния щифт или евентуално някакво друго обезопасително устройство. Дръжте ракетата насочена нагоре и встрани от вас и от всеки друг наоколо, в случай че я възпламените, без да искате. Махнете щифта или превключете на позиция за възпламеняване. Дръжте ракетата на една ръка разстояние на височината на рамото, насочена право нагоре. Дръпнете рязко възпламенителния шнур право надолу. Докато го правите, стегнете мускулите на тялото, защото ще има откат. Някои сигнални ракети и фойерверки са снабдени с пружинен спусъков механизъм, подобен на този на капаните за мишки.

Сигналните пистолети възпламеняват различни патрони. За да ги възпламените, заредете пистолета, насочете го към небето, дръпнете чукчето и след това натиснете спусъка.

Днес миниракетите са по-често част от оборудването, те са по-леки от ракетите на сигналните пистолети и са също толкова ефикасни (виж *Комплект за оцеляване в Основи*). Към тях трябва да се отнасяте доста внимателно. За да ги използвате, завинтете ракетата с избрания от вас цвят на края на изстрелвача, насочете го нагоре, дръпнете ударника - ОГЪН!

ОПАСНОСТ

ръчните ракети се нагорещават. Когато догарят, не ги хвърляйте на дъното на лодката, защото могат да направят пожари или направо да прегорят лодката, ако тя е надуваема.

• ИНФОРМАЦИОННИ СИГНАЛИ

Това са сигнали, които оставяте след себе си, ако напуснете мястото на катастрофата или изоставите лагера си.

Направете нещо с формата на голяма стрелка, за да укажете посоката, в която сте тръгнали, която ще се вижда от въздуха, както и други указатели на посоката, които да бъдат разчетени от нивото на земята.

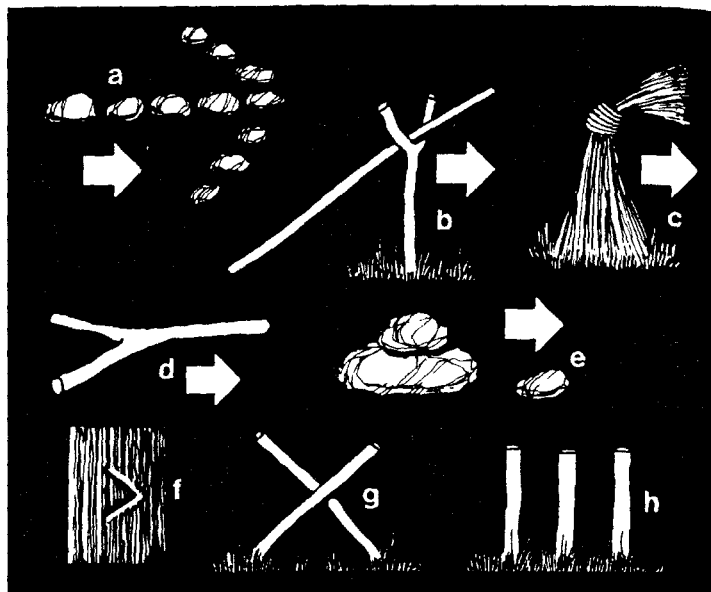
Знаците върху земята ще привлекат вниманието към вашето настоящо или минало присъствие, а указателите за посоката ще помогнат на спасителите да ви проследят по вашия маршрут. Продължавайте да ги оставяте, не само за хората, които трябва да ви открият, но и за да маркирате маршрута за себе си, ако пожелаете да се върнете, и като указание, ако се изгубите и тръгнете да се връщате обратно по своята следа.

В лагера оставете писмени съобщения в подходящи контейнери, в които давате подробности за своите планове. Окачете ги върху триножници или дървета и привлечете вниманието към тях с подходящи указатели.

Указателите за посоката могат да се направят от камъни или отломъци, наредени във формата на стрелка (a), от пръчка, поставена върху забит в земята чатал, чиито връх е насочен по посоката, в която сте тръгнали (b), от треви, вързани на сноп, чийто връх е наведен в посоката, в която сте се отправили (c), от чаталести клони, като дръжката на чатала сочи посоката, в която сте се отправили (d), от малки камъни, поставени върху по-големи камъни, и малък камък до големия (e), указващи завой или стрелка, издълбана в дънера на някое дърво (f).

Кръст от пръчки или камъни (g) означава "Не оттук".

Сигнализирайте за опасност или критични обстоятелства с помощта на три камъка, три пръчки или три снопа трева, поставени така, че да са ясно забележими.



ТЪРСЕНЕ

Осъзнаването на процедурата на търсене ще ви покаже колко важно е за всяка експедиция да регистрира своя план за маршрута, който ще следва, а за бедстващите да се придържат колкото се може по-близо до този маршрут, да оставят ясни сигнали, които да насочат вниманието към тяхното местоположение, и да маркират всеки лагер, който са напуснали (оставяйки информация за по-нататъшните си планове).

Едно търсене ще започне от последното известно местоположение и ще напредва по предполагаемия маршрут. Ще се направи преценка за вероятната стратегия, в съответствие с терена и атмосферните условия. В планинските области например е вероятно силните ветрове да принудят групата на оцелелите да използва подветрените склонове на планинските хребети и да се спусне от високите места. Ако от тях не бъде открита следа по очаквания маршрут, това ще са местата, в които ще се концентрира търсенето.

Ще се отчете ефектът на профила на терена: анализирайки терена, спасителната група може да стигне до извода, че оцелелите са принудени да се откажат от своя маршрут заради релефа на терена. За да улесните работата на спасителната група, издигнете пирамида от камъни или някаква друга забележима конструкция на някое земно възвишение, където няма начин тя да не бъде забелязана, и оставете съобщение във водонепромокаема торба или в джоба на ярко оцветена дреха. Дайте информация за своите намерения и за състоянието на групата.

Ако вашият маршрут е бил проверен и са били претърсени най-очевидните места за подслон, спасителният отряд ще разшири търсенето, за да обхване цялата местност на вашето изчезване. В идеалния случай това ще бъде сторено от въздуха, но лошото време, което създава неблагоприятни условия за полети, и лошата видимост може да означават, че търсенето трябва да се осъществи по земята, дори и да има самолети.

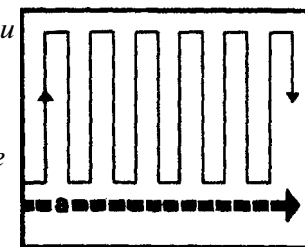
Броят на търсещите и характерът на терена ще определят модела на претърсване, който е най-подходящ за конкретната ситуация.

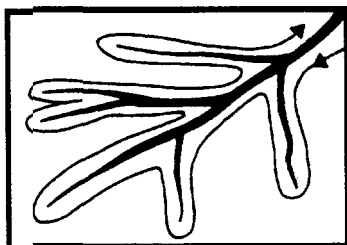
МОДЕЛИ НА ТЪРСЕНЕ

Първото претърсване ще се осъществи по маршрута, по който се предполага, че сте тръгнали.

Основно направление

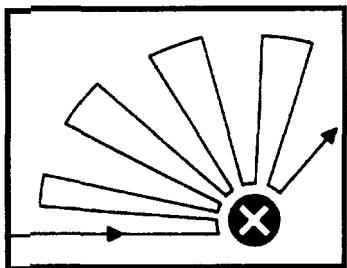
Търсенето по основното направление или по модела на кутията по вашия маршрут се осъществява, когато е имало силен вятър или времето е било лошо (а). Спасителите ще решат, че ви е могло да сте се отклонили от маршрута си към подветрената страна на даден склон, където да се подслоните от лошото време.





Речно корито

Търсенето по речно корито включва претърсването на всички притоци като течението на реката се използва за основно направление. Този начин на търсене се предприема, когато последното известно ваше местоположение е в някоя река или до нея.



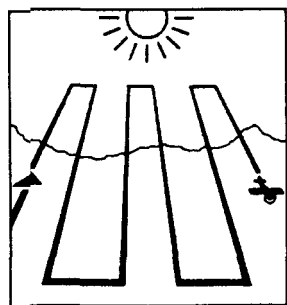
Ветрило

Търсенето по ветрило се използва, когато последното известно ваше местоположение (x) е почти сигурно установено, но е невъзможно да се направи извод за посоката, в която сте тръгнали.

▲ Търсене по въздуха

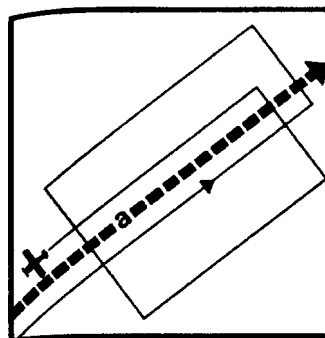
Моделите на търсене от въздуха обхващат и двете страни на заявения маршрут на полета на изчезналият самолет или на вашия маршрут, известен на спасителите.

Ако атмосферните условия са благоприятни, може да се предприеме и нощно търсене, защото светлините ще се виждат много добре и търсенето може да се осъществи от по-голяма височина, така че при всяка обиколка ще се обхваща територия с по-голяма площ. Ако това не доведе до резултат, областта ще бъде претърсена отново през деня.



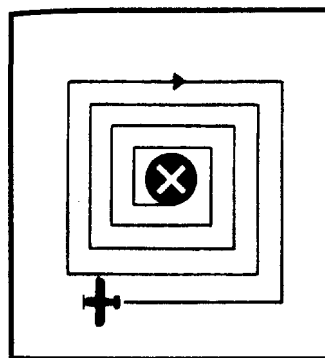
Търсене по начупена линия

Търсенето по начупена линия, започващо от единия ъгъл на претърсваната местност, е особено полезно, когато спасителите разполагат само с един самолет. То се осъществява по успоредни линии, като самолетът се движи по маршрут към слънцето и от слънцето над претърсваната област, така че всяко отражение от изгубения самолет или от други или сигнали, да се забележат по-лесно.



Претърсване по маршрута

Основният модел на търсене или претърсването по маршрута става по успоредни линии от двете страни на предполагаемия маршрут на изчезналият самолет (a) или по известния маршрут на експедицията по земята. След като самолетът лети в продължение на един час по маршрута, завива в обратна посока и лети от другата страна на маршрута.



Търсене по квадрат

Търсенето по квадрат е полезно, когато трябва да се претърси относително малка област. Търсенето започва от последното известно местоположение (x) и върви навън.

Ако то не е успешно, се прелита над последното известно местоположение на търсените и се започва претърсване в обратната посока. По този начин е сигурно, че се покриват и двете страни на предполагаемия маршрут.

Търсене по профила на терена

Търсенето по профила на терена дава възможност планините и долините да се претърсват максимално. Долините със стръмни склонове трябва да се претърсват по няколко пъти, прелитайки над тях.



Ако сте сигнализирали на някой самолет, а той се отдалечи продължете да го наблюдавате. Може би следва един от общоприетите модели на претърсване и вие ще можете да изчислите **най-благоприятния** за сигнализиране момент.

Комбиниран претърсвания

В морето за предпочитане е комбинираното търсене по вода и въздух. Ако самолетът открие бедстващите, корабът може да ги прибере. Корабът освен това може да действа като отправна точка за самолета. Спасителният самолет е снабден с припаси които може да спусне на бедстващите, за да им помогне, докато те изчакват да бъдат качени на кораба.

СПАСЯВАНЕ С ХЕЛИКОПТЕР

Докато самолетите се използват за търсене, с хеликоптерите в повечето страни се осъществява самото изтегляне на бедстващите, особено когато те са на сушата. Когато е възможно, хеликоптерът ще кацне, за да вземе бедстващите и да излети с тях. Пилотът може да открие подходящо за кацане място близо до това, на което се намират бедстващите, до което те ще успеят да се доберат, но за бедстващите ще е по-лесно сами да изследват терена и ако е необходимо, да създадат подходящо за кацане място.

Хеликоптерът се нуждае от свободен от препятствия път на захождане и от път за напускане на мястото, съобразени с посоката на преобладаващите ветрове. Теренът трябва да бъде равен (наклонът да не е повече от седем градуса - с градиент от 1 на 10). Повърхността, върху която се каца, трябва да е твърда и върху нея да няма летящи предмети - листа, клони и т.н. Не трябва да има дупки, дънери на дървета или камъни, криво могат да доведат до повреда на вертолета.

▲ Избиране на място за кацане

Потърсете някое естествено открито място. В местност ограничени открити пространства, речният бряг на някой голя

завой на реката често е най-доброто естествено място за кацане (МК). Друг вариант е да се изкачите на някое възвишение и да **изберете** върху него равно място, без големи дървета. Ако се налага, отсечете дърветата, за да разчистите повече пространство. Дърветата ще паднат надолу по склона на височината, без да блокират пътя на захождане и на напускане на избраното от вас място за кацане. **Не** се опитвайте да разчиствате от дървета върху равна земя; ще ви отнеме цяла вечност, за да разчистите заход и изход от мястото за кацане.

МЯСТО ЗА КАЦАНЕ

ПОДГОТВЯНЕ НА МЯСТОТО

Необходимо ви е равно разчистено място с диаметър поне 26 м. Необходими са още 5 метра около него, разчистени до височина от 60 см. Трябва да има осигурен разчистен път за захождане на вертолета в посоката на преобладаващите ветрове, по който да няма никакви препятствия под ъгъл от 15° спрямо основния път за приземяване.

Маркирайте мястото на кацане върху земята с буквата Н. Можете да я направите от вкопани в земята камъни (повърхността да остане равна), от дрехи, здраво прикрепени към земята, или от маркери. Ако има сняг, го утъпчете хубаво, за да не се разхвърчи, а ако местността е суха, намокрете повърхността, за да слегне прахът

ГОТОВ ПЪТ

Ако наблизо има възвишение, могила или друго издадено над земята място, най-лесно ще е да го разчистите, защото то ще ви осигури готов път на захождане и на отлитане, стига посоката на вятъра да е благоприятна.

ПЛАНИНСКИ ТЕРЕН

Товароподемността на хеликоптера пада рязко с увеличаването на надморската височина, затова ако е възможно, подгответе мястото за кацане под 1830 м надморска височина. В планините низходящите и възходящите въздушни потоци могат да бъдат доста силни в зависимост от профила на терена и преобладаващите в района ветрове. Изберете място, което осигурява

максимална подемна сила в посоката, в която хеликоптерът ще отлети.

Мекият мокър сняг ще се залепи за хеликоптера и ще затрудни неговото излитане. Опитайте се да утѣпчете мястото за кацане колкото се може по-добре. Прѣхкавият сняг ще се разхвърчи от вятѣра, предизвикан от перката, и ще намали видимостта на пилота. Утѣпчете и него.

А Вземане на бедстващите без кацане

В критична ситуация пилотът на хеликоптера ще поеме значителни рискове, само и само да спаси бедстващите. Той може да надвисне с едното си колело над някоя скала, за да направи възможно взимането на хората - но когато има възможност, подгответе подходящо МК и сведете до минимум рисковете.

Повечето хеликоптери са оборудвани с лебедка. Ако подготовката на МК е невъзможна, вие можете да бъдете вдигнати от земята, докато хеликоптерът кръжи във въздуха. Всичко, от което се нуждаете, е отвор или разчистено място, през което да бъдете издигнати във въздуха.

А Указване на вятѣра

Много е важно да посочите посоката и силата на вятѣра в МК, така че пилотът да може да избере най-добрия заход към него и да държи машината стабилна, докато ви спасява. Пушекът е идеалният индикатор, но не го разполагайте така, че да замъгли мястото на кацане върху земята.

Ако огънят не върши работа, направете буквата Т от някакъв контрастен материал и я разположете върху подветрения край на МК, като хоризонталната линия на Т-то е откъм наветрената страна. Ако няма от какво да изработите Т-то, някой от вас ил вие, ако сте сами, можете да застанете на известно разстояние от подветрения край на мястото за кацане с разперени ръце и гръб към вятѣра, за да образувате един жив символ за пилот. Не давайте този сигнал, докато не се наложи да го направят. когато това стане, го направете на правилното място. Той мн наподобява на един друг сигнал на тялото, който означава "нуждая се от помощ".

А Спасяване през нощта

Хеликоптерът е снабден с мощни светлини, с чиято помощ той може да кацне или да вземе бедстващите, но на вас самите ще ви трябват светлини, за да насочите пилота към МК. Сигнални ракети и огньове ще укажат на пилота къде се намирате, след като видите хеликоптера да се приближава.

Ако осветявате мястото с фенерчета, автомобилни фарове или други източници на светлинни снопове, най-напред ги насочете към небето, за да привлечете вниманието, но след като пилотът ви е забелязал, свалете светлината надолу, така че да не заслепи пилота, и ги насочете към мястото на приземяване или към мястото, откъдето ще ви вдигат с лебедка.

▲ Спасяване в морето

Ако бедстващите се вдигат с лебедка от бедстващ кораб, ще улесните пилота, ако разположите палубата на кораба под ъгъл от приблизително 40' наясно срещу вятѣра. Ако имате възможност да контролирате скоростта на кораба, направете така, че скоростта на вятѣра върху палубата да е около 29 км/ч.

ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ ПРИ КАЦАНЕ НА ХЕЛИКОПТЕР

- **Когато** хеликоптерът докосне земята в МК, роторите ще се въртят. Поради това доближаването до машината е от особено значение, както за вашата собствена сигурност, така и за тази на хеликоптера,
- **НИКОГА** не се доближавайте към него отзад. Това е място без видимост, защото винтът и задната перка не са защитени. Върху наклонен терен се приближавайте до хеликоптера винаги нагоре по наклона - изкачвайки се нагоре. За да се доберете под витлата.
- **НИКОГА** не се спускайте надолу по склона към хеликоптера. Можете да бъдете застрашени от витлата.
- Проверете и се уверете, че не носите нищо, което може да се заплете в основния ротор. Ако носите радио, приберете антената.

- Дръжте всички остри **предмети** настрани от обшивката на **хеликоптера**. Тя е от лек **материал**, който лесно се поврежда.
- Седнете на **мястото**, което ви посочи човек от **екипажа**, вържете се с предпазния колан и останете **вързани**, докато не ви бъде наредено друго.
- **Не** се опитвайте да слезете от хеликоптера след неговото **приземяване**, докато **моторът** не **бъде** изключен - дори след това **изчакайте** за указания.

• **Техники за вдигане с лебедка**

Обичайният метод за вдигане е с въже за двама души, но понякога се използва и въже за един човек.

Въже за двама: При въжето за двама член на екипажа се спуска с лебедката до земята, която е снабдена с още един колан за бедствания. По време на издигането нагоре членът на екипажа поддържа бедствания с крака, обгръщайки го през средата на тялото, и крепи главата му с ръце. След нагласянето на колана върху вас и стягането му пуснете ръцете отстрани на тялото и не ги повдигайте - просто се облегнете назад и се наслаждавайте на издигането!

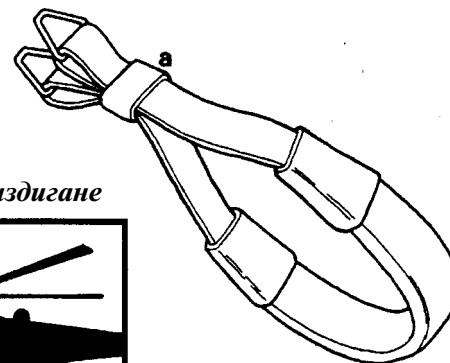
Единично въже: При въжето за един човек вис сами нагласяте колана. Когато го сложите под мишниците си и го вържете здраво, дайте знак с вдигнати палци. След като знакът бъде приет, не правете никакви други знаци, докато не се качите на борда на хеликоптера - ако повдигнете ръцете си, рискувате да се изхлупите от колана!

Когато стигнете до вратата на кабината, позволете на човека при лебедката да ви обърне и да ви качи на борда. **ПРАВЕТЕ** абсолютно точно това, което той ви казва. След като се озовете на борда, ще ви покажат къде да седнете. Седнете и си сложете предпазния колан или изчакайте да бъдете вързани по някакъв друг начин.

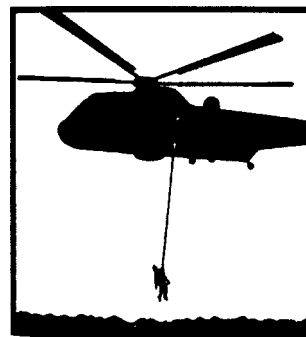
А Вдигане от вода

И двата описани метода могат да се използват във вода, като се изпълнят същите основни техники.

Ако сте върху сал, развържете се от спасителното въже. Махнете навеса и свалете всички платна или други покривала, които евентуално сте издигнали. Пуснете котвата. Всичко това ще помогне на пилота да фиксира сала точно под въздушната струя на ротора. Останете върху сала или лодката, докато не бъдете вдигнати.



А Колан за издигане



Коланът се закача за куката на лебедката. Пхнете главата и ръцете си в колана и го стегнете върху гърдите си, под мишниците, като плъзнете регулиращата гайка (а). Дайте знак с вдигнати палци на пилота или на човека при лебедката. След това дръжте ръцете си отстрани на тялото.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Всички вертолети създават доста голям заряд от статично електричество. Той се разрежда в земята или водата, когато машината или кабелът, спуснат от нея, се докосне до земята. Винаги изчакайте окачващият механизъм или кабелът от вертолета най-напред да докосне земята, преди да се доближите до него, в противен случай Ще получите солиден токов удар.



ЧАСТ ЕДИНАДЕСЕТА

ПРИРОДНИ БЕДСТВИЯ

Катастрофите или izolацията не са единствените причини за възникването на ситуация на оцеляване. Съществуват много природни сили и създадени от човека ситуации, които могат да доведат до бедствия, изискващи същите умения за оцеляване. Засушаване, пожар, земетресение и наводнение могат да станат както в лагер при ситуация на оцеляване, така и вкъщи. Бедстващият трябва да познава техниките за справяне с горския пожар, но също толкова важно е да знае и как да се измъкне от горяща сграда.

Домашният фронт ви изправя пред проблема да оцелеете пред собствения си праг, ако услугите и снабдяването, на които сме свикнали да разчитаме, внезапно прекъснат.

СУША

ПОЖАР

Горски пожари • Горящи сгради и Пожар в превозни средства

ГАЗОВЕ И ХИМИКАЛИ

Пътни и железопътни катастрофи

НАВОДНЕНИЕ

Цунами

ЛАВИНА

УРАГАН

ТОРНАДО

СВЕТКАВИЦА

ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

ВУЛКАН

РАДИАЦИЯ

ЯДРЕНА ЕКСПЛОЗИЯ

Последици от ядрения взрив

ДОМАШЕН ФРОНТ

Хранителни запаси и Приоритети за оцеляване • Огън и Храна ■ Подслон и Хигиена

СУША



Сушата, предизвикана от продължителни периоди на сухо време или от недостатъчно количество валежи, създава пустини на местата, където е постоянно явление. Другаде сушата е постоянна сезонна черта за една част от годината - и тя може да се предвиди. Там където тя се компенсира от влажен сезон, може да се събира вода за сухите месеци. Подземни резервоари на древните и съвременни средиземноморски цивилизации, изсечени в скалите или изработени от цимент, събират дъждовната вода от влажния сезон за дългото сухо лято.

В умерените райони, ако количеството на валежите падне далеч под обичайната норма, може да се стигне до периодично засушаване, като растителността стане неспособна да добива влагата, която да компенсира това, което се отделя от нея в атмосферата. Там където засушаването не е така очевидно, но въпреки това влагата не е достатъчна, за да удовлетвори потребностите на растенията, възникват условия, известни като "невидимо засушаване". Смъртта на растителността довежда до прекъсване на хранителната верига, която тръгва от нея. Ако засушаването се задълбочи, умрелите и умиращите животни могат да заразят дори водните източници, които все още са в наличност.

Опасност от пожари

Трупове на умрелите животни трябва да бъдат заровени в дълбоки дупки. Сухата земя може да бъде много твърда, но **заравянето** е най-добрият начин за отстраняването на тези **потенциални** източници на зараза. Те могат да бъдат и изгорени,

но тъй като всичко е покрито с изсъхнали листа и клони опасността от възникването и бързото разпространение на пожар е много голяма. Всяка година в южна Франция, Калифорния и Австралия бушуват пожари и без вода, с която да бъдат изгасени те се разпространяват много бързо. Ако се налага да запалите огън, изкопайте дълбока дупка в земята, запалете малък огън и не го оставяйте без наблюдение нито за миг.

Хигиена

В къщите липсата на вода за миене и за санитарни нужди може да доведе до опасност от възникване на инфекции. Ако нивото на водата в тоалетната чиния не покрива нейната S-извивка, от канала може да тръгне зараза, а личната хигиена да пострада поради факта, че в тоалетната чиния не се пуска вода. Не използвайте тоалетната и оставете достатъчно количество вода в нейната S-извивка, за да създадете бариера пред заразата. Направете външна тоалетна, която да ползвате вместо тази с водата. (Виж *Хигиена* в Умения за лагеруване.)

Изпотяването на тялото ще помогне порите да останат отпуснени и свободни от мърсотия, но дори когато цялото количество вода ви е необходимо за пиене, опитайте се да си чистите ръцете след ходене по голяма нужда и преди приготвяне на храната.

Събиране и съхраняване на вода

Ако мусоните не започнат в очаквания период или горещото сухо лято доведе до изгаряне на земята, вземете предпазни мерки, като съберете колкото се може по-голямо количество вода и я покриете с нещо, за да не ѝ позволите да се изпари.

На някое сенчесто място, отбягвайки корените на дърветата, изкопайте яма за водната цистерна. Облицовайте я с найлон или с цимент, ако разполагате с такъв (но не я пълнете, докато циментът не е напълно изсъхнал). Ако живеете на място с глинеста почва, изкопайте яма и я облицовайте с глина. За да поддържате водата в резервоара хладна, от цимента или глината оформете нещо като свод, а в горния край оставете малък отвор, с който да покривате резервоара.

НИКОГА не хабете водата. Водата, която се използва за готвене, след това може да се използва за миене. Преварявайте водата за пиене. Ако даден кладенец пресъхне, можете да копаете още по-дълбоко, но колкото по-дълбоко копаете, толкова повече ще намалявате водата, събрана в земята.

Ако засушаването се проточи, особено над една година, могат да започнат да се развиват пустинни условия и тогава евакуацията може би ще е единственото правилно решение, ако не успеете да осигурите никакви други източници на вода.

В местата със студени нощи спадането на температурата може да доведе до кондензация на съдържащата се във въздуха влага. Използвайте техниките за нейното събиране, описани в раздела за оцеляване в пустинята (виж **Основи** и **Климат и терен**).

По местата, разположени на голяма надморска височина, разликите в температурите през деня и нощта ще са по-големи и ще има по-голяма възможност за събиране на роса рано сутрин. Освен това там съществува предимството на хладните ветрове.

Засушаване може да настъпи навсякъде. Дори и в районите с обилни валежи, като например Асам, където е имало периоди на суша, когато мусонът не е идвал.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

- В условия на силно засушаване обърнете особено внимание на проблема със замърсяването на водните източници. Може да избухне епидемия от трупове на умрелите животни. Колкото и да сте жадни, най-напред преварете водата и след това я пийте.
- В началото мухите могат да бъдат много сериозен проблем - уверете се, че всички хранителни припаси са покрити. Осигурете защита от прахта, която може да се превърне в опасност, когато горният почвен слой бъде издухан от вятъра.
- Когато природата бъде разстроена по този начин, животните започват да се държат ненормално. Обезумели от жажда, обикновено кротки и безобидни, те могат да ви нападнат.

ПОЖАР



Огънят се нуждае от горещина, гориво и кислород и отделя пушек, топлина и отровни газове. Той може да се разпространи, като нагорещи заобикалящата го среда чрез **непосредствен** контакт (кондукция), чрез издигането на газ и пушек (конвекция) или чрез топлинно излъчване (радиация). Конвенцията обикновено е най-сериозната от посочените форми на пренасяне на топлината.

Най-добрата защита срещу пожара са предпазните мерки. Безотговорното отношение към запалените цигари и горящи кибритени клечки е причина за възникването на много от пожарите. Слънчевите лъчи, които се пречупват през захвърлена бутилка или парче счупено стъкло, могат да доведат до възникването на огън през сухия сезон.

Огънят може да възникне навсякъде - по всяко време. Винаги трябва да се взимат предпазни мерки. Автомобилите и сградите **ТРЕБВА ВИНАГИ** да бъдат осигурени с пожарогасители. Лесовъдните горски участъци са прорязани от широки пътища, които служат като бариери пред разпространението на пожарите. Оборудването за гасене на огън трябва да бъде разположено на различни места. **ВИЕ** трябва да знаете как да си служите с него.

ГОРСКИ ПОЖАРИ



*Ако сте на мястото, откъдето тръгва пожар (или където лагерният огън внезапно се разпространява) - в гориста местност, в степта или в тревиста местност - първата ви задача трябва да бъде да го **ПОТУШИТЕ**.*

Първият признак за приближаващ се горски пожар е **миризмата** на пушек. След това вероятно ще чуете огъня, преди да го видите. Можете да забележите необичайно поведение на животните, преди да разберете причината за това.

Маршрут за отстъпление

Ако попаднете в област, в която бушува пожар, и ако е прекалено късно, за да се опитате да го изгасите, **НЕДЕЙТЕ** веднага да бягате - освен ако огънят не е толкова близо до вас, че да нямате друг избор. Макар и да усещате, че дрехите спъват движенията ви, **НЕ** ги събличайте, защото те ще ви защитят от силата на излъчваната топлина.

Огънят ще ви посочи посоката на вятъра - огънят ще се разпространява по-бързо именно в тази посока. Ако вятърът духа от вас към пожара, движете се **СРЕЩУ** вятъра. Насочете се към някакво естествено препятствие пред огъня, като например някоя полоса прорязваща дърветата, където пожарът ще спре своето разпространение. Една река е най-добрата преграда пред огъня - дори и пламъците да успеят да я прескочат, във водата вие ще сте на безопасно място. В лесовъдните горски участъци търсете пътищата и преградите срещу огъня.

***НЕДЕЙТЕ** да бягате, без да мислите. Изберете своя маршрут за отстъпление. Разгледайте заобикалящия ви терен, проверете посоката на вятъра, за да прецените накъде ще се разпространява пожарът.*

Ако вятърът духа от огъня към вас, пожарът ще се разпространява по-бързо - и пламъците ще могат да се прехвърлят през по-голямо празно пространство. Пламъците се разпространяват по-бързо нагоре по склона, затова недейте да търсите убежище по околните височини. Опитайте се, ако е възможно да заобиколите огъня, но някои горски пожари горят на фронт от по няколко километра. Ако не можете нито да заобиколите, нито да избягате от огъня, опитайте се да се спасите **в** някое обширно голо място, в дълбока клисура, в река или Долчина.

В огъня

Понякога най-добрият път за бягство е да претичате пламъците. Това е невъзможно, ако те са много силни и областта в която пожарът се е разпространил, е прекалено голяма. Но в някое голямо открито или с рядка растителност място има вероятност да успеете да претичате през по-редките пламъци, за да се доберете до вече изгорената земя. Покрийте колкото се може по-голяма част от тялото си и ако разполагате с вода, излейте част от нея върху себе си, за да намокрите дрехите, косата и всеки участък от тялото, който не сте успели да покриете с дрехи. Намокрете парче плат и го сложете върху устата и носа.

Гъстата растителност ще гори много бурно и ще догаря дълго време, затова изберете много внимателно мястото, през което да се измъкнете. След като вземете своето решение, не се бавете нито миг. Посемете дълбоко въздух. Покрийте устата и носа си, за да се предпазите от дима, и ТИЧАЙТЕ.

БОРБА С ГОРСКИ ПОЖАР

В районите, в които има лесовъдни горски участъци, трябва да забележите стойки с оборудване за борба с пожари на равни интервали по протежение на основните маршрути. Те се състоят от връзки клони (обикновено брезови), вързани като метли, и от подобни на лопати бухалки с широк край. Те могат да бъдат ефикасни при потушаването на първите пламъци. Независимо от името им, недейте да удряте рязко с тях - с това само ще раздухате пламъците и ще предизвикате избухването на рой искри. Целта (да ЗАДУШИТЕ огъня като поставите бухалката върху пламъците, за да ги изгасите. Плоските им краища са особено ефикасни за задушаване на пламъците, разгарящи се сред листа и храсти. Ако няма никакво оборудване, използвайте палто или одеяло, за да задушите огъня и да преустановите достъпа на кислород до пламъците или използвайте клон с листа, за да загасите огъня.

ОСТАНЕТЕ В АВТОМОБИЛА

Ако горски пожар и сте в автомобил, Ако попаднете в силен пожар, останете в него и дръжте прозорците плътно затворени. Изключете вентилационната система. Колата ще ви осигури известна защита срещу топлинната вълна. Ако можете, откарайте автомобила по-далеч от огъня, но ако това не е в движение, останете на място. Ина хора, които са оцелявали, оставяйки в автомобила, докато стъклата му се стопят, през което време огънят е отминавал. Ако са се напиевали и са излезли навън, със сигурност са шедели да загинат. Има известна опасност да изохне резервоарът с бензина, но шансовете ви са много по-големи, отколкото ако сте навън и огънят еколо колата е много силен.

Заравяне в земята

Ако няма естествена преграда или някаква клисура, в която да се подслоните, и ако огънят е на твърдо широк фронт, за да можете да претичате през него, може да потърсите защита в самата земя.

Хората са оцелявали в свиреп огън, като са се заравяли в земята и са се покривали с пръст, оставяйки огънят да гори над тях. Огънят е значителна, не само поради топлината, но и от задушаване - огънят изгаря кислорода.

Изкопайте някоя вдлъбнатина колкото се може повече, палто или платнище, ако разполагате с трупайки пръста върху него. такова, след това се покрийте с плата и пръста върху него. Поставете свитите си в шепа ръце около устата и носа и дишайте през тях. Това няма да увеличи количеството на кислорода, но ще охладят и филтрира горещия въздух и искрите, които могат да повредят дихателната система. Опитайте се да задържите огънят минава над вас. Дишането си, докато огънят

Борба срещу огъня с огън

от пътя на огъня или да пресечете през него и ако ТОИ все още е на известно разстояние от вас.

Техниката се състои в това да запалите ивица земя, преди основният пожар да е достигнал до нея. Когато няма какво да гори, пламъците не могат да напредват, осигурявайки ви по този начин убежище. Основният пожар трябва да е на достатъчно голямо разстояние, за да може огънят, който вие запалите, да изгори пространство, през което пожарът да не може да се прехвърли, когато достигне до вас.

Запалете своя пожар на колкото се може по-широко разстояние - да е поне на 10 метра, но 100 метра ще бъде много по-добре. Той ще гори в същата посока като основния пожар, отваряйки пролука, в която вие ще можете да влезете. Уверете се че сте определили правилно основната посока на вятъра.

ВНИМАНИЕ: Вятърът може да се върти, а пламъците създават собствени въздушни течения, затова може да ви се наложи да се промъквате през запаления от самите вас пожар. Основният пожар трябва да е достатъчно далеч, за да има време вашият пожар да бъде запален и да изгори. **НЕ** подценявайте скоростта, с която се движат пламъците - те може би се приближават по-бързо, отколкото вие можете да тичате. **НЕ** подпалвайте друг пожар, освен ако не се намирате в отчаяно положение и ако не сте абсолютно уверени в резултата.

ГОРЯЩИ СГРАДИ



Обикновено димът е първият признак за пожар. Ако пожарът е все още малък, опитайте се да го изгасите, като го покриете с одеяло или дебела завеса (за да прекратите достъпа на кислород до пламъците) или използвайте пясък, вода или **пожарогасител**.

Пожар, свързан с електрически ток

Ако съществува вероятност пожарът да е възникнал поради повреда в електроинсталацията, не използвайте вода, докато токът не бъде спрян, за предпочитане централно. Изключете

подаването на газ, също централно. Ако горят телевизорът или мониторът на компютъра, не ги гасете с вода. Дори след като са изключени от електрическата мрежа в тях все още има остатъчен електрически заряд, който е с достатъчно голяма сила, че да ви удари ток (и дори да ви убие), а студената вода може да доведе до пръскането на кинескопа. Хвърлете върху тях някаква дреха **или** одеяло, за да задушите огъня, и се приближавайте отзад, поради опасност от избухване на кинескопа.

ПОЖАРОГАСИТЕЛ

Издърпайте - за да освободите заключването.

Прицелете се - в основата на огъня.

Стиснете - или натиснете дръжката/спусъка.

Прекарайте го - от страна до страна.

Проверете с какъв пожарогасител разполагате. Някои от тях са предназначени за малки пожари и са пълни с вода - те **НЕ** са подходящи за пожари, предизвикани от електричество или масло. Други са предназначени да гасят масло, грес, боя или разтворители (разлят бензин, например). Третият вид са за електрически пожари или за пожари, при които горят проводници, в които тече ток. Многофункционалният сух химически пожарогасител може да се използва за повече видове пожар.

РАЗБЕРЕТЕ КАК ТРЯБВА ДА ИЗПОЛЗВАТЕ СВОЯ ПОЖАРОГАСИТЕЛ!

Евакуация

Ако пожарът вече е станал прекалено голям, за да го гасите със средствата, с които разполагате, напуснете сградата. Спрете Тока, газа, водата. Затворете вратите и прозорците, до които Можете да стигнете. Опитайте се да ограничите разпространението на пожара, докато евакуацията приключи, и да Предотвратите разпространението на огъня до пристигането на Пожарната команда и на спасителните екипи.

Огънят се разпространява по-бързо нагоре отколкото надолу - въпреки че срутил се под или стена ще пренесе пламъците и на долния етаж. Стълбищата, асансьорите и вентилационните шахти са особено опасни.

НИКОГА не използвайте асансьор по време на пожар. Ако трябва да се спуснете надолу в горящата сграда, използвайте свободните от дим стълбища.

Преди да отворите някоя врата, вижте дали от краищата ѝ излизе дим и проверете за топлина. Металните дръжки на вратите са добър показател. Ако са топли, **НЕ** отваряйте вратата - използвайте гърба на дланта за проверката. Хващането на дръжката може да изгори ръката. Една затворена врата може да задържи огъня до 30 минути или повече (но не разчитайте на това при тънките съвременни врати - освен ако не са огнеупорни).

Ако имате избор и трябва да влезете в горяща стая: отворете стъпалата си във вратата и я откrehнете с въсем леко - това няма да ѝ позволи да се разтвори широко под натиска на горещия въздух и газове вътре в стаята. Приклекнете ниско, за да влезете в нея, отваряйки вратата колкото се може по-малко. По този начин ще се изложите по-малка степен на дима и топлината и ще дадете по-малка възможност на огъня да мине през отворилата се пролука. Затворете вратата зад себе си, за да попречите на разпространението на огъня.

Изчакване на помощ

Ако се окажете изолирани и не можете да се доберете до безопасно място, отидете в някоя стая, която е колкото се по-далеч от огъня (но **НЕ** на по-висок етаж, освен ако не сте сигурни, че пожарникарите или спасителите с дълги стълби и друго оборудване не са съвсем наблизо). Ако имате избор изберете стая с възможно най-меката земя отвън, без перила и нея или в която има дебели завивки или завеси, които могат да навържете на въжета. Тревните площи, цветните лехи, Д

досипаните с чакъл алеи са по-меки от калдъръма, бетона и паважа. Ако все пак се наложи да скачате върху твърд бетон, наклонената повърхност ще доведе до по-малки контузии.

Затворете вратата и запушете всички пролуки около нея със завеси, черги или други дебели материи, които няма да се подпалят лесно. Ако можете, ги намокрете. Ако все още не е подаден сигнал за опасност, опитайте се да привлечете вниманието през прозореца.

За да счупите прозореца, използвайте някоя мебел. Можете да го счупите с ритник, но не бързайте да изтеглите крака си обратно - ще минавате през счупено стъкло. Ако се налага да използвате ръката си, най-напред я увийте и след това ударете с юмрук. Друг вариант - може да използвате и лакътя, когато е защитен от дебело сако.

Приготвяне за "скок"

Ако не очаквате пристигането на помощ, **НЕ** скачайте - спуснете се. Вържете чаршафи, одеяла, черджета, покривки и други здрави материали, за да направите от тях въже; дори и да не стигне до земята, то ще намали разстоянието, от което ще трябва да скочите. Вържете ги с рифов възел и проверете здравината на всеки възел с дърпане. Избутайте до прозореца някоя тежка мебел и вържете единия край на въжето за нея или за тръбите на парното или строшете прозореца и го вържете за най-дебелата част на рамката. Ако въжето не е достатъчно дълго, хвърлете долу възглавници, дюшечи и други подобни неща - всичко, което ще омекоти вашето приземяване.

Ако няма нищо, което да използвате като въже, увиснете от перваза на прозореца. Ако той няма перваз, увиснете върху Долния край на рамката на прозореца.

Спускане от височина

След като сте предприели всички препоръчани тук мерки за намаляването на височината, от която ще падате, помислете как да защитите главата си - идеалното средство е каската за Мотор, но вълнена фланела или кърпа, увити като тюрбан около главата ви, ще свършат работа.

Не скачайте навън, освен ако долу не ви чакат пожарници, които да ви уловят с одеяло. Когато има нещо, което да спре свободното ви падане, използвайте го. Покривът на автомобила е превъзходен омекотител, върху който да скочите, защото ще се огъне под тежестта ви.

ВНИМАНИЕ: Дърветата могат да спрат и забавят скоростта на падането ви, но при тях съществува опасността да се нанижете на клоните им.

Когато сте се спуснали колкото е възможно по-ниско и сте готови да скочите, отблъснете тялото от сградата с помощта на едното стъпало и докато се пускате, извъртете тялото с гръб към стената и свийте коленете си. Оставете ръцете вдигнати, за да прикрият двете страни на лицето.

Когато се приземявате, свийте още повече коленете и се претъркаляйте на една страна, през гърба си (продължавайки да държите ръцете вдигнати, предпазвайки главата си, и с крака във въздуха). Това ще ви помогне да разпределите удара върху по-голяма площ и ще увеличи шансовете ви за оцеляване.

Падане върху наклон

Докато падате, се обърнете с лице към наклона, с приборени крака и леко свити колене. Наведете главата към гърдите и приберете лактите плътно до тялото, като ръцете предпазват главата. Приземете се върху целите си стъпала, позволявайки на коленете да се свият докрай, и се претърколете напред през глава. Това е метод, който използват парашутистите.

ИЗЧАКАЙТЕ ДО ПОСЛЕДНО ИДВАНЕТО НА ПОМОЩ. ПРЕДИ ДА РИСКУВАТЕ ДА СКОЧИТЕ ОТ ВИСОЧИНА, КОЯТО Е ПО-ГОЛЯМА ОТ 4 МЕТРА.

ПРОМЪКВАНЕ ПРЕЗ ОГЪНЯ

- Ако сте принудени да минете през пламъците, за да стигнете до безопасно място, покрийте се (включително и главата) с одеяло, завеса или палто, намокрете

ги, ако имате възможност, след това поемете дълбоко въздух, и вървете.

- Ако дрехите ви се запалят, **НЕ** стойте прави, когато се измъкнете от огъня. Пламъците и димът ще се насочат нагоре по тялото, към лицето и белите дробове.
- **НЕ** тичайте, така само ще разгорите пламъците.
- Търкаляйте се по земята и се опитайте да се увиете в нещо, което ще задуши пламъците - черга, одеяло или палто.
- Ако от пламъците се появи тичешком някой друг със запалени дрехи, съборете го на земята и използвайте същите методи за прекъсване на достъпа на кислород до пламъците. **НЕ** го притискайте към себе си, иначе могат да се запалят и вашите дрехи.

ПОЖАРИ В АВТОМОБИЛИ



При автомобилите най-голяма е опасността от запалване на бензина в резервоара - той може да избухне като бомба, разпръсвайки горящ бензин навсякъде. Целта е да се постави огънят под контрол, преди да стигне до резервоара. Всяко нещо има точка на запалване и в това отношение бензинът е много по-опасен от редица други вещества. Обикновено гориво-проводът (ако не е специално изолиран) се запалва първи и след това действа като фитил, по който пламъкът достига до резервоара.

В гараж

Ако автомобилът се запали в затворено пространство, като гараж например, скоро ще се натрупа дим и отровни изпарения. Опитайте се най-напред да загасите огъня, но ако това не е възможно, изкарайте колата от гаража, преди тя да застраши още повече живота и собствеността ви.

НЕ влизайте в колата. Можете да свършите всичко отвън включително и да въртите волана. Ако е възможно, избутайте или издърпайте колата навън. Ако автомобилът ви е със starter с бутон, включете на някоя от ниските предавки или на задна скорост и използвайте стартера, за да накарате колата да подскочи навън. Ако колата е с обичайното запалване, завъртайте ключа на кратки серии. **БЪДЕТЕ В ГОТОВНОСТ.** Колата ще подскача рязко напред.

ПОЖАРОГАСИТЕЛ

ДРЪЖТЕГО ТАМ, КЪДЕТО МОЖЕТЕ ДА ГО СТИГНЕТЕ!

НЕ дръжте пожарогасителя в багажника или в сандък, дръжте го в купето, откъдето можете да го вземете незабавно. Всяко въздействие може да ичкриви капака на багажника и вие да не успеете да го отворите.

В смачкана кола е възможно вратите да са заяли и да не могат да се отворят. Ако колата се запали, излезте през някой от прозорците или изритайте предното стъкло.

Ако огънят е вътре в колата: хвърлете върху него нещо, с което да го задушите, или използвайте пожарогасителя. Синтетичните материали, които се използват за тапицерията на много от автомобилите, горят бързо и отделят гъст дим и отровни газове. Те ще продължат да се отделят, дори и след като огънят е загасен, затова излезте на чист въздух веднага щом това стане възможно.

Ако колата гори и отвън: ако се е разлял бензин например - дръжте прозорците затворени и се изнесете от опасната зона, напускайки колата веднага щом стане възможно.

ПОЖАР ВЪВ ВЪЗДУХА



Самолетите са снабдени с автоматични пожарогасители при възникване на пожар в двигателите и с ръчни пожарогасители за пожар в кабината на самолета. Трябва да действате **незабавно**. В гражданските самолети извикайте веднага стюардесит или член на екипажа, ако подозирате, че е избухнал

Те знаят къде са пожарогасителите и как да си служат с тях. Гледайте да не предизвиквате паника сред останалите пасажери. Ако забележите нещо да тлее или да гори, хвърлете върху него някое от одеялата в самолета или някоя дреха.

Основните възможности за възникване на пожар са: преди излитане, когато самолетът е пълен с летливо гориво и е обгърнат от лесно запалими изпарения и особено при приземяване при трудни условия, когато горивните резервоари могат да се пробият, а електрическите искри или искрите, предизвикани от триенето, могат да възпламенят самолетното гориво. Вземат се всякакви предпазни мерки, за да не може огънят да се превърне в заплаха за живота на пътниците. Вие също можете да помогнете. **НЕ** пушете, когато ви казват да не пушите. **НЕ** пушете и не дремете едновременно.

ГАЗОВЕ И ХИМИКАЛИ



Избухливи газове могат да се натрупат в пещери и мини, но основна опасност за бедстващите вън от света на цивилизацията ще бъде недостигът на кислород и отравянето с въглероден окис в тесни пространства и подслони.

При пожарите в сгради и автомобили и в промишлени зони съществува опасност от отделянето на токсични изпарения при горенето на пластмаса или на други материали. Промислените и автомобилните катастрофи, в които са замесени различни химикали, представляват друга опасност.

Не можете да направите кой знае какво, за да се защитите при авария, подобна на тази, която се случи в Севезо, северна Италия, или в Бопал, Индия, освен да си останете въщи и да държите вратите и прозорците затворени. Но можете да се опитате да откриете всички опасности, които могат да възникнат при евентуална промишлена авария във вашия район. Вероятно съществуват някакви разпоредби на правителствените и местните власти, насочени към изпълнението на съответните процедури, осигуряващи безопасност. Много от властите искат местата, на които се използват или съхраняват опасни химикали, да се обозначават по специален начин. В Лондон например - с жълт триъгълник и/или със символа за **ОПАСНИ ХИМИКАЛИ**.

Ако работите с опасни материали - не само на работното си място, потенциално опасни материали се използват и в домакинската работа, в градината и в различните странични занимания в свободното време - спазвайте инструкциите за безопасност, които са препоръчани от производителя. **ИЗБЯГВАЙТЕ** да дигате химикали и да вдишвате изпарения и вземете предпазни мерки срещу разливането, разклащането,

счупването или неволното смесване на химикали, което може да доведе до възникването на опасни химически реакции.

Ако сте изложени на въздействието на изпарения или на химическа опасност, излезте веднага на чист въздух и измийте химикалите от себе си с големи количества вода - **НО** добавянето на вода към някои химически съединения може да доведе до още по-опасни химически реакции. Запознайте се със свойствата на ползваните или пренасяни от вас материали и с мерките, които трябва да се вземат при авария с тях.

ИЗБЯГВАЙТЕ да се докосвате до всеки, който е изцапан с химикали, и не правете изкуствено дишане уста в уста, докато не разберете с какви химикали си имате работа.

ШОСЕЙНИ И ЖЕЛЕЗОПЪТНИ ИНЦИДЕНТИ

*Стойте настрана от катастрофа с цистерна или с друг автомобил, превозващ опасни вещества. Може би ще забележите петна по повърхността на шосето. Изпуснатият газ може да **НЕ** се вижда.*

*Химическите пожари се гасят със специални техники. Ако не присъства подходящо обучен и **екипиран** човек, който да се справи с тях, вие можете да влошите ситуацията, застрашавайки себе си и околните.*

Обичайният начин на действие при такива ситуации е да покриете всички запалими вещества с пяна, за да прекъснете достъпа на кислород, и да разределите химикалите, които не реагират опасно на водата, с толкова голямо количество вода, колкото е възможно да осигурите.

ПО ако **не** знаете точно за какви вещества става въпрос и **какъв** е подходящият начин за действие, **СТОЙТЕ НАСТРАНА**. **ОБАДЕТЕ СЕ ПА ПОЖАРНАТА ИЛИ НА ПОЛИЦИЯТА И НЕ ПИПАЙТЕ НИЩО.**

Известни са твърде много случаи на хора с развито обществено съзнание, загубили собствения си живот при подобни обстоятелства, като онзи човек, който пренасял силна киселина.

Когато пожарните пристигнали, златната венчална халка било всичко, което останало от него.

Превозните средства могат да са с предупредителна рисунка, че пренасят потенциално опасни вещества, на която да са изобразени кодирани цифри и букви, които дават информация на аварийните служби какви мерки да предприемат в случай на инцидент, каква защита е необходима да се осигури и дали химическото вещество е избухливо или отровно. В британския код например, буквата Е, поставена на края, означава указание за ЕВАКУАЦИЯ. Цифрите 1 и 2 в началото на кода дават указание, че може да се използва вода, но това е само част от необходимата информация - използването на вода може да доведе до отделянето на изпарения, които да наложат използването на противогаз. Може да е наложително използването на защитно облекло.

Подробностите за тези кодове обикновено не се дават на широката публика, тъй като информацията, която те носят, не осигурява практическо указание за необходимия начин на действие на необучения, освен предупреждението, че се пренасят опасни материали.

Въпреки че информацията, която тези кодове дават, е много ценна за служителите от аварийните служби, на тях не им е известна степената на концентрация на разлетите химически съединения и дали комбинацията от различните химикали няма да доведе до възникването на ситуация, много по-опасна от предвижданата. Когато опасните товари и стоки са регистрирани по съответния начин, спасителните служби може би ще успеят да получат допълнителна информация, но такива неконтролируеми елементи, като посока на вятъра, температура и различни други фактори, ще окажат влияние върху начина, по който ще се процедира при подобна авария.

Ако видите британския код за химическа опасност - съкращенията ЕЕС, АDR или ЕАС в съответствие с различните европейски и световни кодови системи, **СТОИТЕ НАСТРАНА-**

Г

НАВОДНЕНИЕ

Наводнението може да бъде резултат от преливането на реки, езера и водни резервоари, предизвикано от проливни дъждове (не задължително от дъждове на мястото, където става наводнението); от събирането на голямо количество морска или езерна вода в резултат от подводно земетресение, ураган и от високи приливи и силни ветрове; или от срутването на язовирни стени или диги.

Проливните дъждове могат да доведат до порой, когато има пресъхнали речни корита или водата се събере в тесен канал или зад бариера, която след това отприщва водна стена, помитаща всичко пред себе си.

Продължителните дъждове след дълъг период на засушаване и силните бури трябва да ви предупредят да стоите далеч от водните канали и от разположените в ниското земни участъци, въпреки че едно наводнение може да засегне много по-обширни райони. Винаги е по-безопасно да построите лагера си на някоя височина. Ако нивото на водата се издигне, изкачете се още по-високо. В планинските местности стойте настрана от дъното на Долините, които са особено уязвими от внезапни наводнения.

Храната едва ли ще бъде проблем, поне в началото, защото животните също ще се насочат към високите места. И хищниците, и жертвите вероятно ще се струпат на едно място, спасявайки се от водата - внимавайте обаче да не бъдете ранени от обхванатите от паника животни във водата.

Вода за пиене може би ще е трудно да се намери, защото водата, от която сте заобиколени, може да е заразена. Събирайте Дъждовната вода и преварявайте всяка друга вода, преди да пиете от нея.

Наводнени сгради

Ако се намирате в солидна сграда, когато нивото на водата започне да се покачва, останете там, където се намирате, ако тя се покачва бързо. Опасността за вас ще е по-малка, отколкото ако се опитате да се спасите пеша. Изключете подаването на газ и на електричество и съберете хранителни припаси за критична ситуация; топли дрехи; вода за пиене в пластмасови бутилки с винтови капачки или в други, добре затварящи се съдове, за да избегнете случайното разсипване или замърсяване на ценната течност. Ако можете, снабдете се с фенерче, свирка, огледало, ярко оцветени дрехи или със знамена, които ще ви бъдат от полза при сигнализирането, и ги добавете към своя комплект за оцеляване. Една лагерна печка ще ви бъде от голяма полза за затопляне на храната и напитките и за да се топлите. Свещите също са много полезни - **НЕ** забравяйте да вземете кибрит.

Движение нагоре

Изкачете се на по-горен етаж или на покрива, ако се намирате в едноетажна къща. Ако сте принудени да се настаните на покрива, вдигнете си някакъв подслон. Ако това е покрив с наклон, вържете всички, които са с вас, за комините или за някакви други стабилни елементи. Ако ви се струва, че водата продължава да покачва нивото си, направете сал. Ако не разполагате с въжета, за да вържете различни неща едно за друго, използвайте чаршафи. Ако водата не заплашва да залее сградата, на която сте се приютили, или да се вдигне твърде високо, че да сте принудени да се евакуирате от нея, останете там, докато спре да вали.

Подготовка за наводнение

Ако живеете в речна долина или крайбрежна зона, предразположена към наводнение, разберете на каква височина над нормалното ниво на водата се намирате. Научете най-лесния път към по-високите места - не непременно шосе, тъй като дренажните системи на много шосета се оттичат в долините. По време на дъждове следете за признаци на надигащо се наводнение, които често показват нивото, до което може да с

вдигне водата, и областите, за които се очаква да бъдат наводнени.

Дори и няколко инча вода могат да нанесат големи вреди и си струва да наредите торби с пясък или пластмасови торби за пазаруване, пълни с пръст, около вратите и прозорците на къщата, за да спрете колкото се може повече водата. Ако притежавате някоя наистина здрава къща и вратите, прозорците и другите отвори са блокирани, водата няма да влезе вътре. Трябва да се запушат и дупките, през които минават тръбите за отопление, вентилация и т.н.

Ако има опасност от голямо наводнение, няма смисъл да се опитвате да попречите на водата да нахлуе в мазето на къщата. В действителност при някои къщи с мазе това ще доведе до по-големи поражения, дължащи се на неравномерното налягане върху стените на мазето. Ако наводняването на къщата е неизбежно, трябва да обмислите възможността сами да наводните мазето с чиста вода, така че налягането от двете страни да се изравни. Освен това след наводнението ще има чистите по-малко мърсотия и боклуци.

Евакуация

Ако напускате къщата си, внесете градинските мебели и другото движимо имущество вътре в къщата - това ще намали количеството на плуващите предмети или на предметите, които ще бъдат отнесени от водата.

Когато вървите или пътувате с кола към безопасно място, помнете, че едно слабо снижаване на нивото на шосето надолу по възвишението може да доведе до значителна разлика в нивото на водата.

НЕ се опитвайте да пресечете събрала се вода (или поток) освен ако не сте СИГУРНИ, че нивото на водата няма да е по-високо от оста на автомобилните колела или от коленете ви.

Ако трябва да пресечете, използвайте техниките за пресичане На река (виж На път).

Ако мостовите, по които трябва да минете, са залети, бъдете особено внимателни - може би няма да забележите, че наводнението вече е отнесло част от моста.

Нахлуваща водна маса

По време на внезапни проливни дъждове стойте далеч от дъното на долините и речните корита - и по време, и след дъжда. Помнете, че не трябва да стоите в подножието на каквито и да било възвишения, за да не бъдете уловени в капан от спускащата се надолу вода, която често носи със себе си кал и отломки от счупени дървета и камъни.

Крайбрежно наводнение

Обикновено е комбинация от високи приливи и силни ветрове, които правят прилива още по-висок. Най-вероятно е да бъде дадено предупреждение за опасност от наводнение и най-доброто решение е евакуацията.

Последици от наводнението

Когато водата се оттегли, тя оставя след себе си опустошение с безброй разхвърляни предмети и труповете на жертвите от наводнението. Заедно с гниенето и замърсяването на водата настъпва и опасност от болести, затова се налага вземането на извънредни предпазни мерки. Изгорете всички животински трупове, не рискувайте да ги ядете, и преварявайте водата, преди да я използвате. След оттеглянето на водата някои посеви са се спасили, а птиците, които са оцелели след наводнението, стават за ядене.

ЦУНАМИ

Цунами е свързано със земетресение под океана, създаващо серия от вълни, които могат да достигнат повече от 30 метра височина, и причиняват значителни поражения по крайбрежието.

Те са характерни преди всичко за Пасифика, където само през XX век са отбелязани повече от 200; последствията и мащабът им могат да варират в зависимост от посоката, формата на бреговата линия и други фактори. Цунами, което е съвсем малко за даден бряг, може да представлява гигантска вълна

няколко мили по-надолу по брега. Предупрежденията за цунами се дават от Управлението на предупредителната система за цунами на Националната океанографска и метеорологична тихоокеанска служба на Хавайските острови.

Не всички земетресения предизвикват цунами, но всяко от тях би могло. Когато има трусове, отдалечете се от брега и се изкачете на някое възвишение. НЕ се опитвайте да наблюдавате цунами - ако сте достатъчно близо, за да видите вълната, вие ще сте прекалено близо, за да избягате от нея, освен ако не се намирате на по-голяма височина от нея. Няма кой знае каква защита срещу движеща се стена от вода. Евакуирайте се.

ЛАВИНА

Лавините представляват сериозна опасност за всички високи части на планините. По-долу са дадени основните видове. Причините за тях и начините за избягването им са разгледани в раздела Планини в Климат и терен.

• **ЛАВИНА ТИП МЕКА ПЛОЧА**

Снегът, падащ върху подветрените склонове, често под корниз, не уляга и не се превръща в компактна маса подобно на снега отдолу. Отзад се образува празнина. Може да ви се струва твърд и сигурен, но и най-лекото раздвижване или силният шум, от изстрел на пушка например, може да задвижи цялата плоча.

• **ЛАВИНА ТИП ТВЪРДА ПЛОЧА**

Тук плочата представлява измамно твърда повърхност - ходенето по нея понякога предизвиква един бумтящ шум. Често е резултат от силни ветрове и внезапно падане на температурите. Движението на туриста или скиора може да доведе до освобождаване на цялата плоча или на голямо количество огромни снежни блокове.

• ВЪЗДУШНА ЛАВИНА

Често е резултат от падането на нов сняг върху твърда снежна кора или в студени сухи условия. Тази лавина може да започне като лавина от тип плоча, но набира инерция и увелича сухия сняг със себе си, като може да достигне скорост 90 м/сек. Покрийте устата и носа си, за да запазите някакъв шанс за оцеляване - смъртта се причинява от задушаване поради поемането на голямо количество сняг.

□ ЛАВИНА ТИП МОКЪР СНЯГ

По-често се среща по време на топенето на снега, през зимата или пролетта, често след внезапно повишаване на температурата след снеговалеж. Новият мокър пласт не може да се зацепи за не толкова плътния по-стар пласт. Тази лавина се движи по-бавно от въздушната лавина, увеличавайки по пътя си дървета и камъни, образувайки големи снежни топки. Когато спре, замръзва много здраво почти веднага, и превръща измъкването от нея в много трудна работа.

Легнете върху земята и използвайте кроул, за да се задържите на върха на плъзгащата се маса - отломките могат да образуват много дълбок пласт. Освободете се от раницата, ските, щеките и останалите неща, които ви пречат. Покрийте носа и устата си, за да не се нагълтате със сняг. Когато се спрете, изкопайте около себе си колкото се може по-голяма дупка, преди снегът около вас да замръзне, и се опитайте да се доберете до повърхността. Освободете се от всякакви снаряжения, от което не сте успели да се отървете - то ще затруднява движението ви, когато се откопавате от снега. Пазете енергията си, за да викате, когато чуete хора.

УРАГАН



Ураганът представлява вятър с голяма скорост, със сила над 12 на скалата на Бюфорт, който носи дъжд и може да разруши всяка нестабилна постройка. Той е тропическата форма на циклона, който в по-умерените географски ширини няма да успее да се развие в по-високите въздушни слоеве поради преобладаващите западни ветрове.

По света ураганите са известни с различни имена:

Ураган: Карибския басейн северния Атлантик, западните райони на северния Пасифик западните райони на южния Пасифик.

Циклон: Арабско море, Бенгалския залив, южния Индийски океан.

Тайфун: Китайско море, западните райони на северния Пасифик.

Уили-уили: северозападна Австралия.

Ураганите се зараждат над океаните, когато температурата на водата достигне максималните си стойности, особено в края на лятото. Топлият въздух създава център с ниско налягане, около който ветровете могат да обикляят със скорост от 300 км/ч и дори повече, въртейки се по посока, обратна на часовниковата стрелка в северното полукукло и по посока на часовниковата стрелка в южното полукукло. Най-силните ветрове обикновено се намират на 16-19 километра от центъра на урагана, но Центърът или "окото" предизвиква временно спокойствие. "Окото" може да достига 6-50 километра в диаметър, а при най-големите урагани и до 500 км. Могат да възникнат по всяко време на годината, но в северното полукукло основният сезон е от юли

до ноември, а в южното - от ноември до април (и особено януари и февруари). Ураганите не са характерни за южния Атлантис.

Модел на урагана

В морето ураганите ще наберат сила и ще променят посоката си към полюса; скоростта на вятъра обикновено е най-голяма от тази страна на окото, която е откъм полюса. Могат да пътуват с 50 км/ч, изливайки силата си върху островите и бреговете, през които минават, но обикновено забавят скоростта си, когато стигнат до континенталната суша, до около 16 км/ч.

Предупреждение за урагани

Сателитното наблюдение позволява на метеоролозите да видят зараждането на урагана далеч навътре в океана, да проследят придвижването му и да предупредят за приближаването му. Някои урагани се движат много непредсказуемо, затова моряците например трябва непрекъснато да следят метеорологичните прогнози в местата с урагани.

Без радио, по което да бъдете предупредени, признак за идването на ураган може да е повишаването на нивото на мъртвото вълнение - когато подобен признак е в комбинация и с други условия, като силно оцветени залези или изгреви на слънцето; плътни "знамена" от перести облаци, събиращи се по посока на центъра на приближаващата се буря; необичайно повишаване на атмосферното налягане, последвано от също така рязко спадане.

Предпазни мерки

Махнете се от пътя на урагана, ако имате възможност.

- Предупрежденията за ураган обикновено се дават, когато такъв се очаква да мине в следващите 24 часа, така че имате достатъчно време да се махнете от пътя му, ако сте готови.
- Стойте настрана от крайбрежието, където разрушенията^{ЩС} бъдат най-силни, с наводнения и приливна вълна, и встрани от бреговете на реките.
- Заковете с дъски прозорците и вържете всички предмети^{ЩС} отвън, които могат да бъдат издухани от вятъра.

- Ако сте в морето, свалете платната, затворете плътно всички люкове и приберете всички въжета.

Ако се намирате в солидна постройка и на височина, **ОСТАНЕТЕ ТАМ, КЪДЕТО СТЕ** - пътуването по време на ураган е извънредно опасно. Най-сигурното място обикновено е в мазето или под стълбите. Запасете се с вода за пиене, снабдяването с ток и вода може да бъде прекъснато от бурята, и вземете със себе си транзистор с батерии, за да можете да чуete всички указания и съобщения, които бъдат излъчени. Ако не сте в стабилна постройка, евакуирайте се в подслон за ураган. Изключете електричеството и газта, преди да тръгнете.

Търсене на подслон

Една пещера често ще ви предложи най-добрата защита. Следващата по ефикасност е дупката в земята. Ако не можете да се измъкнете, легнете плътно върху земята там, където вероятността да се превърнете в мишена за летящите отломки е по-малка. Пропълзете до подветрената страна на всяко нещо, което може да ви осигури солиден подслон, като например някоя стабилна скална издатина или широк пояс от големи дървета. Внимавайте с малките дървета и фиданки, които могат да бъдат изкоренени.

Останете там, където се намирате, когато ви се стори, че ураганът отминава - обикновено настъпва затишие, траещо по-малко от час, когато минава окото на урагана, и след това вятърът ще се обърне в противоположната посока. Ако сте се подслонили някъде навън, минете от другата страна на своята защита от вятъра или се скрийте на някое по-добро място, ако наблизо има такова.

ТОРНАДО



Торнадото представлява много силна буря в съчетание с ниско атмосферно налягане и завихрящ се вятър. Заражда се там, където въздухът на повърхността на земята се е затоплил и един въздушен стълб се спуска от основата на кълбестите буреносни облаци отгоре. Въздухът, нахлуващ в областта с ниско атмосферно налягане, започва да се върти яростно.

Торнадото е най-свирепото от всички атмосферни явления и е с най-голяма разрушителна сила върху малка площ. Измервана е скорост на вятъра от 620 км/ч.

Диаметърът на "въртопа" на повърхността на земята обикновено е само 25-50 метра, но вътре в него унищожението е страхотно. Всичко, попаднало на пътя му, с изключение на най-солидните сгради, бива засмукано във въздуха. Разликата в налягането вън и вътре в сградата често е причина за срутването ѝ - или за нейната "експлозия". Торнадото може да бръмчи като двигател и да се чуе от 40 км. Носи се със скорост от около 50-65 км/ч.

В морето торнадото предизвиква воден циклон. Въпреки че могат да възникнат навсякъде, преобладават в прериите на Съединените щати, в долината на Мисисипи-Мисури и в Австралия. Могат да се превърнат в ураган.

Предпазни мерки против торнадо

Подслонете се в най-солидната постройка наоколо - с подсилен бетон или стоманена конструкция, но най-добре е да влезете в специално укрите против бури или в някоя пещера. Ако сте в мазе, стойте близо до някоя от външните стени или в специално подсилената му част. Ако постройка няма мазе, застанете в центъра на най-долния етаж, в малка стая или се

подслонете под някоя стабилна мебел - но не и там, където на етажа над вас има тежки мебели. Стойте далеч от прозорците.

Затворете плътно всички врати и прозорци от страната на приближаващото се торнадо и отворете тези, които са на противоположната страна. Това няма да позволи на вятъра да се вмъкне и да вдигне покрива, когато наближи, и ще изравни налягането, така че къщата да не "експлодира".

НЕ стойте в каравана или кола, те могат да бъдат повлечени от бурята.

На открито сте изложени на опасността от летящи отломки и на опасността да бъдете вдигнати във въздуха - въпреки че има случаи на хора, които са се спускали отново на земята, без да бъдат наранени! **МОЖЕТЕ** да видите и чуете приближаващото се торнадо. Махнете се от пътя му. Движете се под прав ъгъл спрямо неговия път. Подслонете се в дупка или вдлъбнатина в земята, легнете плътно в нея и покрийте главата си с ръце.

СВЕТКАВИЦА



*Освобождаването на електрическите заряди, натрупали се в облаци, може да бъде особено опасно **по** високите места или когато вие сте най-високият предмет в околността. При гръмотевична буря стойте далеч **от** върха на хълма, от високите дървета и самотните морени. Потърсете някое ниско място и легнете върху земята.*

Изолация

Ако не можете да се отдалечите от високите обекти, но разполагате със СУХ материал, който ще ви осигури изолация, седнете върху него. Обувките с гумени подметки могат да ви помогнат при изолацията, но не са гаранция, че сте в безопасност. Сухо навито въже за катерене е добра изолация. **НЕ** сядайте върху каквато и да е мокра повърхност. Наведете главата си надолу и придърпайте коленете към **гърдите**, отделяйки стъпалата от пода

и прибирайки към тялото всичките си крайници. **Не** се опирайте с ръце върху земята, защото те могат да осигурят контакт с нея така че да се превърнете в проводник на светкавицата. Ако не притежавате нищо, с което да се изолирате от земята, легнете плътно върху нея така, както сте.

Снижете се

Понякога може да почувствате, че падането на светкавицата ще стане всеки момент по изтръпването на кожата и по усещането, че косата ви се изправя. Ако сте прави, **ВЕДНАГА** паднете върху земята, най-напред на колене и с длани, опрени върху земята. Ако бъдете ударени от светкавицата, електрическият ток може да мине по най-прекия път през ръцете ви, пропускайки торса, като по този начин да се спасите от спиране на сърдечната дейност или от задушаване. **БЪРЗО ЛЕГНЕТЕ ПЛЪТНО ВЪРХУ ЗЕМЯТА.**

Когато падат светкавици, не дръжте метални предмети и стойте настрана от метални конструкции и огради. Не изхвърляйте обаче оборудване, ако това означава, че ще го изгубите окончателно (когато се катерите например). Една суха бравичка с дървена дръжка може да заискри по ръба, но тя е добре изолирана. Доближаването до големи метални предмети може да бъде опасно, дори и без контакт с тях, тъй като ударната вълна, причинена от нагретия въздух при преминаването на светкавицата, може да нарани белите дробове.

Подслон

Едно от най-добрите места за криене при гръмотевична буря е да влезете поне на 3 метра навътре в някоя дълбока пещера с минимум от по един метър празно пространство около вас. **НЕ** се подслонявайте до вход на пещера или под някоя надвиснала скала, ако сте в планината. Светкавицата може да мине през празното пространство. Малките отвори в скалата често са краищата на пукнатини, които освен това са отводнителни канали и автоматично се превръщат в проводници на светкавицата.

ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ



Земетресенията са може би природните бедствия, от които хората се плашат най-много - настъпват внезапно и без никакво предупреждение. За разлика от останалите природни бедствия, като наводнения или пожари например, почти нищо не може да се направи, за да се подготвите за земетресението. Те варират от слаби вибрации в земята, които могат да се уловят само със специална апаратура, до огромни трусове, разделящи цели планини.

Слабите земни трусове могат да настъпят навсякъде, но големите земетресения са ограничени до известни земетръсни зони, където сградите се проектират така, че да издържат на тяхното въздействие, или да понесат съвсем малки щети, ако се срутят - подобно на традиционните сгради в Япония. Съвременните градове рядко се съобразяват с това.

С постоянните наблюдения, провеждани от сеизмолозите, големите земетресения могат да бъдат предсказвани и може би е възможна някаква евакуация. Животните стават много неспокойни, напрегнати и готови да побягнат.

Детайлното познаване на местните геологични условия може да посочи критичните точки по протежение на основните разломи, но трусовете ивълните в една земетръсна зона могат да се разпространят почти навсякъде.

Причини

Земетресенията се причиняват от внезапното освобождаване на напрежение, натрупало се в земната кора, до 700 км под земната повърхност но само разкъсване в горните няколко десетки километра е вероятно да доведе до движение, въздействащо върху повърхността. Ударната вълна от земетресението в Аляск през 1964 г. например е била на около 20-30 км дълбочина.

Земетръсните зони лежат по краищата на полунеподвижните плочи, образуващи земната кора. Най-дълбоките земетресения стават по протежение на океанските проломи, образуващи и унищожавачи вулканични острови. Най-силните обикновено стават в районите, където една плоча се плъзга под друга, както това е по Западното крайбрежие на Северна Америка, където особено опасна земетръсна зона е разломът Сан Андреас.

Серията от предхождащи трусове, известни като предварителни трусове, често последвани от период на сеизмологично затишие, обикновено предшестват основното земетресение, което те в действителност могат да задействат. Тези първоначални трусове могат да останат незабелязани.

Предпазни мерки в домашни условия

Включете радиото на местната станция, за да следите последните съобщения и съвети, ако сте били предупредени за евентуално земетресение. Спрете газта, тока и водата, ако сте били посъветвани да-го направите. Махнете тежките и големи предмети от високите полици, откъдето те могат да паднат върху вас. Сложете бутилките, чашите, сервизите и другите чупливи предмети в шкафове, разположени ниско до пода. Рафтовете трябва да имат издадени ръбове, за да не позволят на предметите да се плъзнат от тях. Вратите на шкафовете трябва да се заключват, а не просто да се затварят с магнити. Обездвижете или махнете висящите предмети, като например големи полилеи или висящи от тавана саксии.

СТОЙТЕ НАСТРАНА ОТ ВСИЧКО, КОЕТО МОЖЕ ДА ПАДНЕ ВЪРХУ ВАС: дърветата вън, защото те могат да бъдат изкоренени; сградите в града, защото дори ч да са достатъчно здрави, за да не се срутят, от тях могат да падат различни неща. В идеалния случай се изнесете на някое открито място, но ако това не е възможно, не разполагате с много време, по-сигурно е да си останете в къщи. На улицата опасността може да се увеличи от

спукани тръби на газовите инсталации и от скъсани електропроводи. **Хората, които влизат и излизат, са сред онези, които са подложени на най-голяма опасност от падащи части от околните сгради.**

Бъдете подготвени в случай на необходимост: прясна вода и храна, фенерче, материали за първа помощ и пожарогасител.

• У ДОМА

Ако сте си у дома, когато земетресението започне, останете там. Изгасете огъня. Стойте далеч от стъклото, включително и от огледалата и особено от големите прозорци.

- Добро място за подслоняване е някой вътрешен ъгъл на къщата или някоя стабилна вътрешна врата.
- Долният етаж или мазето вероятно ви осигуряват най-добрата възможност за оцеляване. Горният етаж може да се срути заедно с вас върху него. Уверете се, че разполагате с няколко изхода.
- Мушнете се под плота на масата или под някоя друга стабилна мебел, която ще ви осигури едновременно защита и въздушно пространство.
- В магазин стойте далеч от големите витрини, които могат да се счупят.
- В офисите, разположени по високите етажи на сградите, останете на място. Никога не се качвайте в асансьора. Стълбищата могат да се напълнят с паникьосани хора. Мушнете се под някоя маса.

• В КОЛАТА

Спрете колкото се може по-бързо и сигурно - но останете в колата. Тя ще ви осигури известна защита от падащи предмети. Смъкнете се долу под нивото на седалката и ще си осигурите още по-добра защита от падащите върху колата предмети. Когато трусовете спрат, огледайте се за препятствия и опасности: скъсани кабели, пътища и мостове с повредена настилка.

□ НА ОТКРИТО

Ако се намирате на открито, легнете плътно върху земята. **НЕ** се опитвайте да тичате. Ще бъдете подхвърлени във въздуха и можете да бъдете погълнати от някоя цепнатина.

- Стойте далеч от високите сгради.
- **НЕ** влизайте в подлези или тунели, където вашият изход може да бъде блокиран поради срутване или други препятствия.
- Ако сте успели да излезете на открито, не се връщайте обратно в сградата, защото ако последват по-леки трусове, те могат да съборят всяка сграда, останала нестабилна след основното земетресение.
- Ако сте на височина, най-безопасно е да се изкачите на връха. По склоновете е вероятно да се свлича пръст и всеки, който бъде увлечен от хиляди тонове пръст и камъни, движещи се с голяма скорост надолу по склона, няма да има големи шансове за оцеляване. Известни са случаи на оцеляване на хора, които са се търкаляли на топка надолу по склона.
- Плажовете, при положение че не са разположени под големи скали, първоначално са доста сигурно място, но тъй като земетресенията често са последвани от приливни вълни, ще трябва да се отправите навътре в сушата към някое високо открито място веднага след края на трусовете. Следващи трусове едва ли ще бъдат толкова опасни, колкото едно цунами.

Предпазни мерки срещу последствията

Повреждането на канализационната система, замърсяването на водата и опасността от заклещените в развалините тела могат да превърнат опасността от възникване на епидемии в толкова смъртоносна, колкото и самото земетресение. Погребете всички трупове - на животни и на хора.

- **НЕ** се подслонявайте в повредени сгради или развалини. Издигнете си подслон от останките.
- Вземете особени мерки за хигиената. Филтрирайте и преварявайте водата.

НЕ използвайте кибрит или запалка, не използвайте електрически уреди, ако съществува и най-малка опасност от изтичане на газ.

Уверете се, че канализационната система е непокътната, преди да използвате мивките и тоалетните.

Отваряйте шкафове внимателно, от тях могат да паднат различни предмети.

Имайте готовност за посттравматични шокове.

ЗАПАЗЕТЕ СПОКОЙСТВИЕ! МИСЛЕТЕ БЪРЗО!

Скоростта е от съществено значение при земетресението. Разполагате с малко време, за да организирате останалите. Ако е необходимо, използвайте сила, за да осигурите тяхната безопасност или за да ги свалите на земята.

ВУЛКАН



Активните вулкани се срещат в онези райони на земята, където и вероятността от земетресения е най-голяма - там където под земната повърхност има най-голямо движение. Навсякъде могат да се видят угаснали вулкани и следи от отминала вулканична активност - като например Огнището на Артур в Единбург, Шотландия.

Когато налягането изтласква нагоре към повърхността разтопена скала (магма) през някоя цепнатина, се образува канал. Каналът обикновено е основният изход и за следващите изригвания, въпреки че могат да се появят и други отвори. Основното изригване може да отнесе цял планински връх.

Разтопената скала, известна като лава, при достигането си до повърхността на земята може да бъде два вида: гранитна лава, която е гъста и се движи бавно, и базалтова лава, която тече по-бързо, със скорост 8-15 км/ч. Гранитната лава притежава

тенденцията да запущва отвора на вулкана и се разчиства от експлозия, резултат от образуването налягане отдолу, която пръска наоколо на голямо разстояние лава и камъни и причинява възникването на пожари.

ОПАСНОСТИ, СВЪРЗАНИ С ИЗРИГВАНЕТО

□ ЛАВА

Въпреки че можете да се движите по-бързо и да изпреварите основния поток на базалтовата лава, той продължава своя неизменен ход надолу, докато стигне до дъното на долината или докато не се втвърди. Унищожава и помита всичко по пътя си. Потоците лава обикновено представляват най-малката опасност за живота, предизвикана от изригването, тъй като всеки човек в нормално физическо състояние ще може да избяга от нея. От другите опасности не може да се избяга толкова лесно.

• СНАРЯДИ

Вулканичните снаряди, вариращи от парчета с размерите на малки камъчета до големи скални отломъци и "бомби" от гореща лава, могат да се пръснат на доста голямо разстояние. Дъждът от вулканична пепел може да покрие много по-голяма площ, част от праха се издига на много голяма височина и се пръска по целия свят, оказвайки въздействие върху времето.

Ако се евакуирате от места, които се намират в непосредствена близост до вулкана, твърдите каски, които се носят от строителите, мотоциклетистите или жокеите, ще ви осигурят известна защита. В една по-отдалечена област, където може да не се налага евакуация, трябва да се защитите от последиците от пепелта и вулканичния дъжд.

П ПЕПЕЛ

Вулканичната пепел изобщо не е пепел, а разпръснатата скала, размесена с пара и газове. Протъркваща, предизвикваща възпаления и тежка - тежестта ѝ може да доведе до срутването на покриви. Гъстите ѝ пластове блокират пътните артерии и водните пътища и в съчетание с токсичните газове могат да

причинят увреждане на белите дробове на малките деца, възрастните хора и на всички онези, които имат проблеми с дихателната система. Концентрацията на газове, способна да отрови здрави хора, е голяма само в близост до кратера на вулкана. Но когато серният двуокис в облака пепел се съчетае с дъжд, сярната киселина (а понякога и други киселини) се натрупва в концентрация, която може да доведе до изгаряне на кожата, очите и лигавиците. Носете очила (очила за ски или маска за гмуркане, които затварят достъпа до очите, а НЕ слънчеви очила). Покрийте устата и носа с влажна кърпа или сложете противопрашни маски, използвани в промишлеността, ако имате такива. Когато стигнете до подслона, си свалете дрехите, грижливо изчеткайте кожата си и си измийте очите с чиста вода.

• ГАЗОВИ ТОПКИ

Топка от газ и прах може да се търкаля надолу по склона на вулкана със скорост 160 км/ч. Този феномен (наричан от учените *nue ardente* - светещ облак) е нажежен до червено и се движи прекалено бързо, за да можете да избягате от него. Ако наблизко няма построено много стабилно подземно укрытие, единственият начин да се спасите, е да се гмурнете под вода и да останете под нея, задържайки дишането си около половин минута, докато топката отmine.

• КАЛНИ ПОТОЦИ

Вулканът може да размеси лед и сняг и да предизвика ледниково наводнение или, в съчетание с пръст, да създаде кален поток, известен като лахар. Той може да се движи със скорост до 100 км, опустошавайки всичко по пътя си, както в Колумбия през 1985 г. В тясна долина лахарът може да достигне височина до 30 метра. Той е опасност, която възниква много след като основното изригване е спряло, и представлява потенциална опасност, дори когато вулканът не изригва, но генерира достатъчно топлина, за да доведе до разтапянето на заобикалящите го ледници. Проливните дъждове могат да доведат до образуването на пролука в ледника.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Обикновено вулканите покачват повишена активност преди основното изригване, която се съпровожда от буботене и изпускане на пара и гачове. Миризмата на сяра от околните реки, дращеци кожата киселинни дъждове, високо бучене или струи пара от вулкана - всичко това е предупреждение за предстоящо изригване. Ако се евакуирате с кола, помнете: пепелта може да направи пътищата хлъзгави, дори и ако не ги затрупа изцяло. Отбягвайте маршрутите през долините, които могат да се превърнат в път на лавата.

РАДИАЦИЯ



*Потенциално опасна радиация се използва за поставяне на диагнози и за лекуване на някои заболявания, а радиоактивни материали се използват за производство на ядрена енергия. Излагането на действието на рентгеновите лъчи трябва да бъде внимателно контролирано. Специалистите, които работят с такава техника, обикновено го правят зад подходящи екрани. Ядрените инсталации и материалите с разпадане, които **те** използват, представляват голяма опасност.*

Радиация от разпадащи се материали може да се понесе в малки дози - на земята съществува ниско ниво на радиация, дълго преди човекът да разцепи атома. Радиацията се измерва в рентгени на час (R) и ако бъде облъчена съвсем малка част от тялото, един здрав човек може да издържи кратко облъчване с мощност 5000 R - но доза от 700 R, получена от цялото тяло, е смъртоносна.

Ядрените електроцентрали, изследователските лаборатории и заводите, преработващи ядрени отпадъци, използват

защитни екрани, специално облекло и обеззаразителни процедури, за да защитят своя персонал и да предотвратят заразяване на останалите хора и на околната среда. Но независимо от сложните системи за защита и контрол се случва и изпускане на радиация при различни инциденти, а проблемите с пренасянето и складирането на радиоактивните отпадъци все още не е решен задоволително.

В САЩ и Великобритания всяко населено място, намиращо се близо до ядрен завод, разполага с план за критична ситуация за действие при ядрен инцидент. За да научите нещо повече за тези планове, свържете се с местните власти. Местните радиостанции ще излъчат информация в критична ситуация и на вас може да ви бъде наредено да напуснете района. Ако това не стане, останете в затворено помещение колкото се може по-дълго време. Облъчването с малки дози от радиоактивен йод се третира с таблетки калиев йодид, който забавя неговото абсорбиране от организма.

Всеки, който е бил облъчен от радиоактивно изтичане, трябва да измие **ЦЯЛОТО** тяло със сапун и големи количества чиста вода и незабавно да потърси помощ от специалист.

Атомни бомби

Използването на атомно оръжие вероятно ще се предшества от постепенна ескалация на военното напрежение. Вероятно ще има период, през който тези, които желаят да го направят, ще вземат сериозни мерки за своята защита. Няма никаква гаранция обаче, че ще бъдете предупреждени, а подходящите убежища против радиация не могат да се построят бързо. Много хора вярват, че си струва още сега да се построят убежища като предпазна мярка. Други, особено в набелязаните за поразяване райони, може би мислят, че всичко това е безсмислено.

Всеки, който не бъде отнесен от ядрения взрив, ще се нуждае от настройка за оцеляване в много по-голяма степен, отколкото при коя да е друга ситуация на оцеляване.

ЯДРЕНА ЕКСПЛОЗИЯ



Непосредствени опасности от ядрената експлозия са вятърът, топлината и радиацията. Сериозността на пораженията от тях ще зависи от размера и вида на бомбата, от разстоянието и височината на експлозията, от атмосферните условия и терена. Топлината и вятърът са подобни на тези, причинени от конвенционалните бомби, но са десетки пъти по-силни.

□ УДАРНА ВЪЛНА

Детонацията предизвиква първоначална ударна вълна. Още по-мощна е компресията на въздуха, която е резултат от бързото разпространение на огнената топка. Въздушната вълна, разпространяваща се навън от точката на взрива, ще събори сгради, ще изкорени дървета и ще изпълни въздуха с летящи отломки, доста преди да бъде последвана от топлинната вълна. Приблизително половината от енергията на взрива се освобождава по този начин.

Когато въздушната вълна отmine, въздухът се впуска обратно, за да запълни оставения вакуум, довеждайки до допълнителни разрушения. На разстоянията, на които първоначалната въздушна вълна само е отслабила сградите, този ефект на вакуума ще довърши нейната работа.

• ТОПЛИНА

Топлинното излъчване (топлина и светлина), предизвикано от ядрената експлозия, достига температури, които са по-високи от тези на слънцето, и включва силни ултравиолетови, инфрачервени и видими светлинни лъчения. Близо до точката на взрива всички горими материали ще се запалят - дори ще се изпарят. При бомбата над Хирошима изложената на лъчението кожа е изгоряла на разстояние от 4 км. Днешните бомби са

МНОГО пъти по-мощни и техните поражения са несравнимо по-големи. Дори зърването на отблясъка от взрива е възможно да причини сериозни увреждания на очите и да изгори кожата.

• РАДИОАКТИВНОСТ

Освен топлинното лъчение, разпадането на атома води и до отделяне на алфа и бета частици и на гама лъчи. Въпреки че радиоактивната пепел се сляга върху земята под формата на бял прах, това е остатъкът от разрушената материя, а не самата радиоактивност. Радиацията не може да се улови от човешките сетива и е необходим гайгеров брояч, за да се установи нейното наличие, което става с помощна на циферблат или с помощта на издаван от него звук, който става по-силен с увеличаване нивото на радиация.

• **Алфа частиците** са с ниска проникваща способност и от тях е лесно да се защитите. Те не могат да минат през кожата, но представляват сериозен проблем, ако бъдат погълнати или вдишани.

• **Бета частиците** също са с ниска проникваща способност и дебелият дрехи и обувки ще ви осигурят пълна защита от тях. Върху откритата кожа причиняват изгаряния. Ако бъдат погълнати, атакуват костите, храносмилателния тракт, щитовидната жлеза и други органи.

• **Гама лъчите** са с висока проникваща способност. Движат се много по-бавно от алфа и бета частиците, увреждайки всички телесни клетки.

Общите симптоми на радиоактивното облъчване са виене на свят, повръщане, обща слабост. Върху кожата се появяват язви, които след време придобиват сивкав оттенък.

Остатъчна радиация

Първоначалната радиация, която се излъчва през първата минута след взрива, може да убие - но тя трае съвсем кратко

време. След преминаването на вятъра, отминава и заплахата от първоначалната радиация. Облъчването от остатъчната радиация обаче може да е също толкова опасно.

Количеството на остатъчната радиация зависи от начина, по който е била взривена бомбата. Ако това е станало високо над земята и огнената топка не е достигнала до земята, възниква малко остатъчна радиация - това стратегите наричат "чиста бомба". Ако е била взривена близо до земята или върху нея огромно количество земя и отломки биват засмукани високо във въздуха и след това падат обратно върху нея като радиоактивен прах. По-тежките частици падат близо до точката на взрива, но по-леките могат да бъдат пренесени от вятъра на големи разстояния - разпространявайки радиоактивността.

С течение на времето радиацията спада - Хиросима и Нагазаки бяха построени и отново заселени. Макар че повече от 70% от тези частици остават радиоактивни само за един ден, на останалите са им необходими години, за да изчезне тяхната радиация.

Количеството радиация, с което един незащитен човек може да бъде облъчен през първите няколко часа, ще превишава това, с което той ще бъде облъчен през останалата част от седмицата. Това от първата седмица ще надвишава полученото през останалата част от живота на човека в заразената област. Гло то защо е много важно да бъдете в укритие през първите етапи.

Радиационни укрития

При липса на разположен дълбоко под земята бункер, осигурен с въздух, вода и храна, в който да се спасите от ядрения сблъсък и от неговите последици, най-добрата защита е дълбок окоп, покрит с метър или повече пръст. Ако взривът е на достатъчно голямо разстояние, че да не доведе до тотално унищожение, окопът и земята ще ви защитят от ударната вълна, топлината и радиацията.

УКРИТИЕ

Не е възможно да се защитите изцяло от радиацията, но ако укритието е с достатъчна дебелина, то ще сведе нивото на радиацията до незначителни стойности. По-долу са посочени някои материали и необходимата дебелина за намаляване на радиацията с 50%.

Материал	Метри
Желязо и стомана	0.21
Бетон	0.66
Тухли	0.60
Пръст	1.00
Лед	2.00
Дърво	2.60
Сняг	6.00

Потърсете терен, върху който има естествени укрития, като например дефиле, клисура, дупки и скални издатини. Ако не разполагате с пригответено укритие във формата на окоп, започнете да копаете - **БЪРЗО!** Веднага щом дупката стане достатъчно голяма, влезте в нея и продължете да копаете, за да намалите облъчването си, ако бомбата избухне, докато копаете. Сложете покрив. Дори това да е само плат, той ще предотврати падането на радиоактивен прах върху вас. Проникващите лъчи все пак могат да ви достигнат, затова се опитайте над вас да натрупате поне метър земя.

Ако сте на открито, доберете се до укритието колкото се може по-бързо. Щом се озовете в него, свалете горните си дрехи и ги заровете в единия край на укритието на 30 см дълбочина. **Не** се показвайте навън, докато не стане абсолютно наложително, и не използвайте отново дрехите, които сте хвърлили. При никакви обстоятелства не напускайте своето **укритие** през първите 48 часа.

Ако се нуждаете отчаяно от вода, можете да се покажете навън на третия ден след експлозията не повече от 30 минути. На седмия ден можете да излезете още веднъж, като престоят ви от половин час може да бъде удължен на осмия ден до един час. а след това да се увеличи от два до четири часа пра следващите четири дни, а от тринадесетия ден можете да работите нормално навън, като се връщате да почивате в укритието.

Обеззаразяване

Ако тялото ви и дори дрехите ви са били облъчени, те трябва да се обеззаразят. След като влезете в укритието, изстържете земя от пода и натрийте с нея откритите части на тялото и горните си дрехи. Изчеткайте я и я изхвърлете навън. Избършете тялото с чист плат, ако е възможно. По-ефикасно е, ако разполагате с вода, да измиете тялото със сапун и вода, вместо с пръст.

Лекарски грижи

ВСИЧКИ рани трябва да се покрият с нещо, за да не се допусне алфа и бета частици да влязат през тях. Изгарянията, независимо дали са предизвикани от бета частици, или от гама лъчение, или от горещината на огнения вятър, трябва да бъдат измити с чиста вода и да се превържат. Може да използвате урина, ако нямате незамърсена вода. Очите трябва да се покрият, за да не се допусне допълнително проникване на радиоактивни частици, а върху устата и носа да се сложи мокра кърпа, за да не ги вдишвате през тях.

Радиацията засяга кръвта и увеличава податливостта към инфекции. Вземете всички предпазни мерки - дори против настинка и дихателни инфекции.

ПОСЛЕДИЦИ

Освен ако не са съхранявани в дълбоки укрития или със специална защитна опаковка, вероятността всички храни да са поели известна радиация, е значителна. Внимавайте с храни,

съдържащи висока концентрация на сол, с млечните продукти, като мляко и сирене, и с морските храни. Установено е, че храните, съдържащи сол и други добавки, са с по-висока радиоактивност в сравнение с храните без тях. Най-безопасните консервирани храни са супите, зеленчуците и плодовете. Консервираното и преработено месо се заразява по-лесно от прясното месо. Костите поглъщат най-високите нива на радиация, след това е жилавото месо с най-малко тлъстина.

Вода

Освен ако не е от някой защитен източник, недейте да пиете каквато и да е вода най-малко 48 часа след взрива. Отбягвайте водата от езерата, водоемите, локвите и другите застояли водни източници. Филтрирайте всяка вода и я преварявайте, преди да я пиете.

Следните източници са най-слабо заразени (по ред на най-слабата опасност):

- 1 • Подземни кладенци и извори.
- 2 • Вода в подземни тръби и резервоари.
- 3 • Сняг, взет дълбоко под повърхността.
- 4 • Бързо течащите реки.

Изкопайте дупка до бързо течащ поток и оставете водата да се просмуче на дъното ѝ. Махнете пясната, която се образува на повърхността, и изгребете водата. Филтрирайте я през пясък и речен чакъл (копайте дълбоко, за да си ги набавите), поставени в кутия с дупки на дъното или в чорап. Сварете я в незаразен съд.

Обеззаразете кухненските съдове, като ги измиете грижливо в бързо течаща или преварена вода.

Животните като храна

Животните, които живеят под земята, са изложени по-слабо на радиацията от тези на повърхността. Зайци, язовци, полски мишки и други подобни животни са най-добрата храна, но когато излязат на повърхността, те също ще бъдат заразени. Трябва

обаче да се възползвате от подобни източници на храна. Вярно, че ще увеличите собственото си заразяване, но алтернативата може да е гладна смърт.

За да намалите заразяването от храната, **НЕ** пипайте дивеча с голи ръце, носете ръкавици или използвайте плат, за да увиете ръцете си, докато внимателно го одирате и чистите. Избягвайте месото, което се намира в непосредствен контакт с костите. Скелетът поема 90% от радиацията, затова оставете поне 3 мм месо върху костите. Мускулите и тлъстините са най-безопасното месо. Хвърлете **ВСИЧКИ** вътрешни органи.

Рибата и водните животни са заразени по-силно в сравнение с животните от сушата в същия район. Птиците ще бъдат най-силно заразени и не трябва да се ядат. Яйцата обаче са безопасни за консумация.

Растенията като храна

Най-сигурни са зеленчуците с ядивни корени, растящи под земята - моркови, картофи и ряпа, например. Измийте ги добре и преди да ги сготвите, ги обелете.

Плодовете с мека кора и зеленчуците са следващите по безопасност. Растенията с нахъдрени листа са най-трудни за обеззаразяване. Те трябва да се избягват.

Дългосрочно оцеляване

Прогнозите за дълготрайните последици за околната среда при един термоядрен конфликт са различни. Възможността за настъпването на "ядрена зима", с последващото въздействие върху климата и растителността в райони, намиращи се на значително разстояние от зоната на конфликта, ще направи трудно дори съществуването на земеделието. При краткосрочни последици обаче и в случай на ограничен конфликт по-голямата част от съветите, дадени в точката *На домашния фронт*, ще ви свършат работа.

НА ДОМАШНИЯ ФРОНТ



Не е необходимо да се намирате на хиляди мили от цивилизацията, за да се окажете в ситуация на оцеляване. Природните бедствия, гражданските вълнения или военните действия могат да ви откъснат от всички обичайни услуги и от снабдяването с храна. Докато стане възможно тяхното възстановяване, ще трябва да се справяте с помощта на собствените си ресурси и умения.

Без захранване с енергия, парното отопление, топлата вода, осветлението, климатикът и хладилникът - всички те ще престанат да работят. Радиоапаратите и телевизионните приемници, които са на батерии, за известно време ще продължат да ви информират за останалата част на света, ако ситуацията не е глобална, но няма да разполагате с поща, телефон и вестници. С прекъсване на централното водоснабдяване чешмите ще пресъхнат и тоалетните ще станат неизползваеми.

В провинцията ще има естествени източници, на които да разчитате. В големите градове храната в магазините скоро ще свърши, продадена или разграбена, а растенията в парковете и градините бързо ще бъдат изскубани. Населението ще трябва да прави набези към провинцията, за да оцелее, или да напусне града, ако не е в обсадно положение. Крайградските жители разполагат с повече зеленчукови парцели и открити площи за снабдяването си с храна. Те ще зависят в по-малка степен от магазините. Хората, които са отдалечени от основните центрове, е по-вероятно да имат собствени хранителни запаси, защото не могат да пазаруват редовно.

Повечето семейства държат някакви хранителни припаси. Те трябва да бъдат разпределени на дажби и да се допълват с всичко, което може да се открие.

ХРАНИТЕЛНИ ЗАПАСИ

Запасяването с храна е полезен навик, особено ако живеете на някое изолирано място, което може да се окаже изцяло откъснато от цивилизацията. Ако разполагате със запаси за цяла година и ги попълвате, докато ги използвате, вие не само ще успеете да преживеете най-лошото, но и да живеете на цените от последната година.

Не е необходимо да попълните вашите запаси наведнъж. Натрупвайте ги постепенно, възползвайки се от специалните оферти на супермаркетите. Купувайте допълнително количество консервирани или пакетирани храни и ги складирайте. Съхранявайте храната на студени, сухи, тъмни места и над пода - влагата и топлината водят до развитието на бактерии и мухъл. Ако припасите ви са оставени върху пода, насекомите и гризачите ще се възползват от тях. Уверете се, че всички съдове и контейнери са недостъпни за насекоми и гризачи.

ПОМНЕТЕ

Периодично подменяйте консервите, така че да не се развалят. Сложете етикет на всяка консерва или пакет с храна, отбелязвайки неговото съдържание и датата, от която се съхранява. Използвайте ги последователно, най-напред най-старите. Подреждайте хранителните си припаси и ако етикетът падне, пак ще имате представа за степента на тяхната годност.

Изборът на храната ще зависи от индивидуалния ви вкус, но простите продукти (осоленото месо е за предпочитане пред задушеното рагу и кнедлите) ще се запазят по-добре и ще могат да се използват по по-разнообразни начини. Пшеницата се запазва по-добре от брашното - по-устойчива е на влагата, светлината, насекомите и лромените в температурата. Пшеницата, открита в пирамидите, е била в добро състояние след като е стояла там в продължение на хиляди години. Ще

трябва обаче да смелите зърното, за да получите брашно, затова си купете малка ръчна мелничка.

Съхранявайте храната запечатана

Буркани с капак на винт са идеално средство за съхраняване на храна, но могат да се използват и пластмасови съдове с плътно прилепващи капаци. Не ги препълвайте, така че да се изкривят и капациите им да не могат да прилепнат плътно. Запечатайте капациите с лепенка. Облепете ги отново, след като сте използвали част от съдържанието им, но помнете, че веднъж отворени, тяхното съдържание ще започне да се разваля.

ПРЕПОРЪЧВАНИ ХРАНИ/СРОК НА ГОДНОСТ

Пшеница	Неопределено време при температура под 15°C
Мляко на прах	Две години
Мед	Неопределено време
Яйца на прах	Две години
Сол	Неопределено време, ако е абсолютно суха
Консерви	3-5 години (редовно ги подменяйте)
Овес	Неопределено време
Олио	Две години (сменяйте го редовно)

Провизии

В магазините можете да откриете пълен комплект хранителни запаси с различни видове храни - или замразени-изсушени, или обезводнени. Те са по-леки и заемат по-малко пространство в сравнение с консервите. Замразено-изсушените са по-добри и на вкус, и като качество, и запазват минералите, които при обезводнените храни се губят. Въпреки че и двата вида храни се нуждаят от вода за възстановяването си, при липса на вода могат да се консумират и като сухари.

Витамини

Таблетките с мултивитамини също са добра инвестиция. Тялото може да съхранява запас от витамини за един месец, след това липсата им се отразява на здравето. В стресови ситуации те се изразходват по-бързо. Витамините от група В (и минералите калций и цинк) са първите, които се изчерпват. Таблетките с витамини не са с неограничен срок на годност - проверете указанията на производителя.

Други храни

Сушените плодове са с висока хранителна стойност и също трябва да бъдат включени във вашите запаси - стафидите се съхраняват добре. Черупковите плодове в техните черупки се запазват за дълго време, ако са сухи. Пакети от сушени осолени ядки, като фъстъци и орехи, са с висока хранителна стойност.

Картофеният прах е великолепен за празния стомах и може да се приготви по няколко начина, за да стане вкусен.

Кафявият ориз е с по-високи хранителни свойства от дългозърнестия бял ориз, който губи всичките си качества, когато се сvari.

Място за съхранение на продуктите

Колкото е по-хладно складовото помещение, толкова по-добре ще се запазят продуктите - мазето е идеално, но може да възникне проблем с влагата, затова поставете всички припаси над земята и редовно ги проверявайте. Ако мазето има прозорец, покрийте го с нещо. Припасите се съхраняват най-добре на тъмно.

Таванът също е добро място за склад. Но той може доста да се нагрива през лятото и достъпът да е затруднен, особено ако стълбата е единственият път към него, което може да е твърде неудобно, когато се опитвате да замените обемистите припаси. Освен това покривът е най-уязвим при повечето бедствени ситуации. В район, в който са възможни урагани, таванът не е добър избор. На територия, където се очакват наводнения, същото важи за мазето. Под стълбите е друго място, което може

да предложи известна защита, въпреки че вероятно пространството ще е ограничено. Трябва да се възползвате от всичко, с което разполагате, за да съхранявате не само храна, но и лекарства, дезинфектанти, почистващи материали - и вода. Ако разпределите запасите си на повече от едно място, като всяко от тях е специализирано за даден вид вие ще бъдете добре подготвени.

ДОБАВЕТЕ КЪМ ПРИПАСИТЕ СИ:

Паста за зъби и сапун;

Дезинфектант и белина;

Прах за пране;

Материали с общо медицинско предназначение;

Лекарства: за дизентерия, стомашни разстройства, алергии, общи болкоуспокоителни, превръзки и бинтове.

ПРИОРИТЕТИ

При една домашна ситуация е много вероятно да имате подслон, освен ако домът ви не е напълно разрушен или областта не се е превърнала в опасна зона и евакуацията е задължителна. Повредата може да бъде закърпена, за да си осигурите известна защита от природните стихии, а веднага щом стане възможно, направете необходимия ремонт.

Винаги има вероятност запасите от вода да се превърнат в проблем - защото дори при наводнение водата за пиене не достига. За щастие най-вероятно е в къщата да има известно количество вода, а при предупреждението за предстояща криза то може да бъде допълнено с още вода.

Огънят за топлена е по-малък проблем, тъй като в къщата и околностите ще има материали, които могат да се изгорят. Инфекциите могат да се окажат най-големият проблем, затова стриктната хигиена е задължителна.

ВОДА

Въпреки че едно семейство от четири души може да изразходва огромни количества вода всяка седмица, само една малка част от нея е за пиене - необходимите около 2 литра на човек на ден. Ако бъдете предупредени за настъпването на криза, напълнете колкото се може повече съдове, особено в райони с горещ климат. Ваната побира много литри; увеличете капацитета ѝ, като запушите преливника. Използвайте кофи, ведре, тенджери - дори и здрави полиетиленови чували, като ги напълните до половината и здраво ги завържете.

Съхранявайте водата на тъмно. Ако тя е на светло, в нея ще се развие зеленото водорасло. Водата е обемиста и тежка. Не я съхранявайте на тавана, в противен случай може да го събори.

Дори и без предварително предупреждение в бойлера, тръбите на парното, радиаторите, дори и в аквариума има вода, а тоалетното казанче ще съдържа още някой и друг литър - не пускайте водата в тоалетната. На двора може да имате плувен басейн, бъчви с вода или езеро - може да се използва дори водата от радиатора на колата. Във водата от централното отопление обикновено се слага антикорозионен препарат, а радиаторът на колата вероятно е пълен с антифриз, затова водата от тези източници е **най-добре** да се пази за почистване. Ако се налага да се използва за пиене, сложете я да ври, съберете парата в чисти дрехи и ги изстискайте. След това отново сварете водата (виж **Основи**).

Преварената вода е безвкусна, а дестилираната - още повече. Много лесно можете да възстановите част от вкусовите й качества, като отново я обогатите с кислород: просто прелейте няколко пъти водата от един съд в друг. Парченце дървен въглен, поставен в съда, в който преварявате водата, също подобрява вкуса ѝ.

ФИЛТРИРАНЕ И СТЕРИЛИЗИРАНЕ

*Филтрирайте и стерилизирайте цялото количество вода, което използвате за пиене. Ако обстоятелствата не позволяват да преварите водата, **стерилизирайте** я с помощта на химикали.*

ФИЛТРИРАНЕ: Оставете водата да престои известно време в съда, така че утайката да се събере на дъното. След това я преточете през филтър, направен от найлонов чорап (или от друг пропусклив материал), натъпкан с пластове пясък (на дъното), въглен и мъх (отгоре).

СТЕРИЛИЗИРАНЕ: Чиста вода: добавете 2 капки белина на един литър вода или 3 капки двупроцентна йодна тинктура на един литър вода.

Мътна вода: удвоете количеството на белината или йода.

Големи количества: половин чаена лъжичка белина на литър.

Вода за готвене

Водата за приготвяне на храната **ТРЯБВА** да ври най-малко осем минути, но вода, която не е вряла толкова дълго време, може да се използва за затопляне на консервите с храна, при положение че не влиза в пряк досег с тяхното съдържание.

Сложете консервата във вода, пробийте малка дупка в горния ѝ край, за да избегнете експлодирането ѝ, и я запушете с усукано парцалче, така че водата да не може да влиза през нея в консервата.

Друг начин - възварете вода, свалете я от котлона и сложете непробитата консерва във водата. Този начин отнема повече време за стоплянето на храната в консервата.

Събиране на вода

- Съберете цялото възможно количество дъждовна вода. Пробийте долните части на улиците и отклонете потоците вода в някакъв съд, например бидон. Дори дъждът да е чист, водосточната тръба може да я замърси, затова я стерилизирайте.

- Допълнете количеството съдове за събиране на вода с мушама или найлон, подпрян на пръчки. Изплаквайте между дъждовете, за да намалите замърсяването.
- Изкопайте дупка и я облицовайте с найлон или бетон, за да събирате в нея вода. Покрийте я, за да предотвратите изпаряването ѝ и да не позволите в нея да падат различни боклуци.
- Ако във вашата местност подземното ниво на водата е високо, може би ще успеете да изкопаете дупка, от която да излезе вода - може дори да има някой стар кладенец във вашия имот, който отново да отворите.
- Слънчевите и растителните дестилатори (виж Основи) са други начини за снабдяване с вода.

Съхранение на водата

Не хабете водата за пране на дрехи, освен за пране на долното бельо. Никога не хвърляйте водата след употребата ѝ. Оставете боклуците да се утаят и тя може да се използва отново.

Много е важно да си миете ръцете при приготвянето на храната, но останалата част от тялото може да почака, докато завали дъжд. Тялото произвежда естествени мазнини и докато порите продължават да са отпуснени, здравето не е застрашено. Скоро ще свикнете с миризмата, а социалният момент в ситуация на криза може да бъде пренебрегнат. Ако вали рядко, използвайте мокра кърпа, за да се изтъркате - дрехи, оставени през нощта навън върху тревата или храстите, могат да съберат достатъчно влага, която да използвате за тази цел, за да не прибегвате до своите водни запаси.

Ранените трябва да имат предимство при къпането и всичките им дрехи трябва редовно да се преваряват.

ОГЪН

Топлината и удобството на огъня са страхотно средство за повдигане на духа, но най-важната му употреба ще бъде за **сваряване на водата и за приготвяне на храната. Тези две цели трябва да са приоритетни при използването на горивото.**

Запушените огнища трябва да се отпуснат отново, а комините да се проверят за задръствания. Ако не са чисти, има голяма опасност огънят да се пренесе в комините, а оттам да пламне и цялата къща.

За да изчистите комина

Вържете бодлива зеленика или някакъв подобен храст за дълго въже и от покрива започнете да го пускате надолу в комина (камък, вързан за края на въжето, ще осигури неговото спускане). След това издърпайте обратно бодливата зеленика и тя ще изчисти комина.

Импровизирани огнища

Там, където няма печки, металните капаци на варелите и радиаторите от централното отопление могат да се използват, за да се запали огън върху тях. В апартаментите с бетонен под, огънят може да се запали директно върху пода. Ако имате огнище за барбекю, възползвайте се от него.

Никога не оставяйте без наглеждане огън, който сте запалили вътре в къщата. Дори огън, запален в камина, трябва да бъде изгасен за през нощта, ако никой не го наблюдава.

Гориво

Започнете с градинските мебели, дърветата, храстите, пръчките за боба, люлки, стълби, дръжките на инструментите. Когато те свършат, започнете с обзавеждането. Килими, завеси и възглавници - всички те ще горят. **Карти** за игра, книги и навити вестници също ще осигурят достатъчно количество топлина, Всички видове автомобилно гориво също могат да се използват, както и горивата за отопление и осветление.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Много съвременни тъкани и мебели, особено пластмасовите и дунапренените, при горене отделят отровни газове. Ако ги горите, направете огнището на двора; ако сте принудени да ги горите в апартамента, направете огнището близо до прозореца и го отворете. Покрийте

Джон Уайзман

*лицето си с влажна кърпа, когато се налага да се добли-
жавате до огъня, да се навешдате над него и над нещата,
които греете върху него.*

ХРАНА

- Прегледайте цялата налична храна в къщата и я разделете на дажби.
- Най-напред използвайте нетрайните храни. Мазните храни са първите, които ще се развалят, а консервираните - последни.
- Помнете, че след спирането на тока, хладилникът и фризерът престават да работят - въпреки че ще е необходимо известно време, за да се размразят, ако ги отваряте колкото се може по-рядко и за по-кратко време.
- Сварете млякото и то ще се запази за по-дълго време.
- Сварете яйцата и ги намажете със слой мазнина.
- Сгответе месото, увийте го в плат и го заровете в земята. Сгответе най-напред свинското месо (което е с най-високо съдържание на мазнини), след това агнешкото, след това телешкото (което се запазва най-добре).
- След като месото е било сготвено и е изстинало, не го претопляйте отново, защото рискувате хранително отравяне.
- Можете да сготвите само толкова, колкото ви е необходимо, затова оставете останалото количество в хладилника или фризера, докато те още не са се размразили напълно.

Храна от градината

Растенията с цветове с четири листенца, от жълтия шибой до зелето, са годни за ядене. Ружата, макар и не особено вкусна, е много хранителна. Червеите, голите охлюви и градинските охлюви също стават за ядене. ИЗБЯГВАЙТЕ такива луковични растения, като жълтия нарцис, лалетата и самакитката - всички те са отровни.

Други полски площи

Използвайте парковете и другите открити местности, за да си набавяте и друга храна и за да ловувате диви животни. Птиците в градовете, особено гълъбите и скорците, често ще ви пълнят чинията, особено ако заредите със стръв примки и мрежи (виж *Капани и примки* в Храна).

По-близо до дома

Внимавайте с домашните растения, някои от тях са отровни, например филодендронът, въпреки че орхидеята става за ядене.

Ако храната не достига, няма да има място за глезене и вие **НЕ МОЖЕТЕ** да си позволите да бъдете гнусливи. Ако се налага да изпиете водата от аквариума, не изхвърляйте златните рибки. В действителност те са ви най-лесно достъпната храна, дори и да не се нуждаете от водата. Котката е кандидат за тенджерата. Сготвена, трудно ще я отличите от заека. Хамстери, зайци, папагали - всички могат да се използват за храна и освен ако кучето не е някой особено добър ловец, то също трябва да мине по реда си.

Запазване на храната

За методите на опушване, осоляване и за приготвянето на саламура виж *Запазване на храната* в Храна.

Когато хладилникът престане да работи, махнете мотора, пробийте дупка на пода му, поставете го върху камъни или тухли и със запален огън под него го използвайте за опушване на храна.

ПОДСЛОН

Първата ви задача е да си осигурите добър покрив над главата, както и стабилна постройка. Разчистете всички отломки и се уверете, че не е останало нещо, което може да падне отгоре и да ви рани. Използвайте плочи, керемиди и тухли от други постройки, за да направите поне една здрава постройка.

В студен климат

Пестете ресурсите, като живеете в едно помещение, избирайки приземен етаж с южно изложение (ако живеете в Северното полукукло). Запушете всички пролуки и не отваряйте излишно вратата. Ако в стаята гори огън, уверете се, че има подходящо проветряване на помещението, за да избегнете задушаване или отравяне с въглероден окис. Носете топли дрехи, за да пестите горивото. Колкото повече хора са в стаята, толкова по-висока ще е температурата. Почивайте си и сведете физическите усилия до минимум.

При много горещ климат

Използвайте помещението на най-горния етаж. Отворете прозорците на долния етаж откъм страната, от която духа вятърът, и отворете всички прозорци откъм подветрената страна на горния етаж. Оставете всички врати отворени и през къщата ще подухва охлаждащ ветрец. През деня почивайте и вършете всичко необходимо през нощта.

Придвижване

Ако къщата е повредена така, че да не може да се поправи, или някакви други причини ви принуждават да се евакуирате, вземете най-необходимото - храна, одеяла, инструменти, медицински материали, съдове за вода и материали, подходящи за построяване на подслон - ако няма вероятност да ги откриете на самото място. Използвайте детска количка или количка за пазаруване като транспортно средство. Или открийте някоя празна къща или постройка, или се пригответе да лагерувате някъде другаде.

ХИГИЕНА

Хигиената е много важна във времето след всяко природно бедствие. Открити отходни канали, замърсена вода и натрупването на боклуци са причина за възникването и разпространяването на различни болести. Микробите, пренасяни от плъховете, мухите и другите насекоми, се размножават много

бързо. Трябва да се отървявате много внимателно от всички видове боклуци и да спазвате всички предписани процедури (виж *Хигиена в Умения за лагеруване*).

Екскрети

Урината е стерилна, но ако се натрупат големи количества, тя мирише и привлича мухите. Използвайте писоара тип "пустинна роза", описан в *Умения за лагеруване*. Дръжте тръбата покрита. Ако не се използва непосредствено, излейте събралата се в тръбата урина.

Направете отходно място (отново вижте *Умения за лагеруване*) на достатъчно голямо разстояние от къщата, за да не ви мирише, но и достатъчно близо, за да е удобно при "критичен момент" - в една ситуация на оцеляване ще има доста такива критични моменти. Кабина с дупка, изрязана на дъното, може да се използва като параван. След използването ѝ, ако разполагате с вода, по-добре се измийте, вместо да използвате тоалетна хартия. След ходене по голяма нужда си измийте много добре ръцете.

Сложете капак върху дупката на кабината, натрупайте пръст около основата ѝ и по този ще се спасите от миризмата и ще държите мухите настрана.

Животни

Животните се разболяват от болести, които могат да бъдат предадени на хората. Ако пипате животни, уверете се, че нямате никакви рани по кожата, или носете ръкавици. Инфекцията може да влезе и през най-малките ранички. Гответе грижливо цялото месо.

Отпадъци от кухнята

Всички биологично разложими отпадъци трябва да се струпат в ъгъла на градината и да се размесят с пръста, за да я обогатят. Торните купчини освен това са най-добрият източник на червеи, които ще обогатят менюто ви с протеин.

Не трябва обаче да има прекалено голямо количество отпадъци от кухнята. НЕ белете картофите - по-голямата част

от хранителната им стойност се намира в кората. Външните листа на зелето, които преди сте махали, сега могат да се консумират, ако ги нарежете на дребни парченца.

Неразлагащите се отпадъци, консервни кутии и пластмаса, които вече не можете да използвате, трябва да се изгорят, сплескат и заровят. По този начин ще престанат да привличат мухи. В районите с топъл климат изгорете **ВСИЧКИ** отпадъци. Хвърлете пепелта в яма.

ХРАНИТЕЛНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

Салмонелата е заболяване, което се предава чрез оралио-апалния път от мръсни ръце.

Раничките по ръцете могат да се превърнат в място за влтане на стафилококите от заразена храна в тялото с последващи остри стомашни полки, диария и дехидратация.

*Clostridium botulinum често е смъртоносен бацил, който може да въчпикне. когато консервирате храна при домашни условия, ако температурата не е достатъчно висока - развива се само когато няма кислород. Не съществува надежден начин за установяване на факта, дали храната е заразена, затова **ВЗЕМЕТЕ ВСИЧКИ ПРЕДНА ЗНИ МЕРКИ**, ако сами си консервирате храната. Сродни с него бацили предизвикват тетанус.*

Заразни болести

Животът на групи след някое природно бедствие увеличава опасността от предаване на болести. Добрата лична хигиена, колкото е възможно по-добра, може да намали опасността. Препоръчва се изолиране на болните, които са настинали или са с температура.

Слагайте превръзките в полиетиленови торби и ги изгаряйте веднага. Чистете редовно тоалетните и преварявайте съдовете, които използвате за пренасяне на отпадъците.

Лична хигиена

Ако няма вода, мийте се с пясък. Не гризете ноктите си, колкото и напрегната да е ситуацията, и не си лапайте пръстите. Не чоплете пришките и раничките и ги дръжте покрити. Сменяйте редовно долните си дрехи и ги перете (но не използвайте питейна вода за тази цел).

НЯКОЛКО ПОЛЕЗНИ БИЛКИ

Корените на ягодата съдържат вещество, което чисти зъбния камък.

Семената на делфиниума могат да се смачкат, за да се лекуват главови въшки.

Брезовата кора може да се дестилира, за да се получи катранено масло, което облекчава заболяванията по кожата.

От лавандулата се прави отвара за чистене на кожата, *Виж също Природна медицина.*

ПОСЛЕПИС

Вече имате знание, чието усвояване отнема цял живот на обучение и трупане на опит на хора като мен и моите колеги. Но не си мислете, че с едно прочитане на книгата вече сте готови да се справите със ситуация на оцеляване. Тук са посочени необходимите умения, но **вие** сте този, който трябва да ги приложи, и този, който трябва да се справи със ситуацията.

Когато обучавам войници или цивилни как да се справят със ситуациите на оцеляване, част от работата ми се състои в това да осигуря тяхната безопасност. **Не** мога да направя същото за читателя йа книгата. Мога да ви дам единствено информация и съвети. **Не** съм при вас, за да ви спра да не направите някоя глупост. **Не** мога да обхвана всички конкретни ситуации, нито мога да съм сигурен, че това, което съм написал, е било разбрано правилно. **Наистина** знам, че написаното тук, в миналото е спасявало човешки животи, и се надявам, че ще спасява живот и в бъдеще. Трябва да прилагате техниките за оцеляване **внимателно**, защото отговорността ще бъде ваша, а не моя, ако нараните себе си или други хора.

Човешкото тяло притежава удивителна способност да се справя с тежки ситуации. Хората, които са оживели, след като са преминали през невъзможни на пръв поглед ситуации, са живо доказателство за това. Мъже и жени, млади и стари, всички те са имали волята да оцелеят. В известна степен всеки човек притежава този основен инстинкт, а той може да се развие с помощта на тренировка.

Оцеляването е въпрос както на психическа настройка, така и на физическа издръжливост. Представете си уменията за оцеляване като една пирамида, построена върху основата на волята за оцеляване. Хората, които я притежават, са оцелявали дори когато са правили абсолютно всичко против правилата, описани в тази книга. С малко познания те са могли да **се**

справят с тази задача много по-лесно. Затова следващият ред на пирамидата е знанието. **То** ви носи увереност и прогонва страха.

Третия ред трябва да бъде обучението, което не означава просто да опитате нещо веднъж, а да овладеете и формирате умения и след това да ги поддържате. По този начин ще поддържате и тялото си във форма.

За да завършите пирамидата, добавете и оборудването. Подходящото оборудване и подходящите провизии са проява на здрав разум, но бедстващият не е задължително да знае за какви условия да се екипира. Ето тук вашата кутия за оцеляване ще увеличи значително шансовете ви. Към инстинкта за оцеляване, който можете да развиете допълнително, добавете знанието, обучението и комплекта за оцеляване и ще бъдете готови за всичко.