

CO ROBIĆ GDY NADCIĄGA KATASTROFA JĄDROWA

Ten poradnik przygotowuje Twoją rodzinę na atak terrorystyczny, wybuch bomby nuklearnej, lub skażenie okolicy na skutek katastrofy nuklearnej.

Jeśli mamy do czynienia tylko z wybuchem „brudnej bomby” gdzie nie ma zniszczeń spowodowanych falą uderzeniową i promieniowaniem termicznym, należy zlokalizować miejsce wybuchu i ustalić kierunek wiatru niosącego pyły promieniotwórcze i rozdrobnione materiały radioaktywne. Jeśli jest blisko usłyszymy huk lub zobaczymy błysk prawdopodobnie jesteśmy narażeni na działanie czynników radiologicznych lub chemicznych. Musimy jak najszybciej opuścić teren skażenia. Jeżeli wiatr wieje od miejsca wybuchu, w naszym kierunku, należy uciekać prostopadle do kierunku wiatru. W ten sposób skrócimy czas przebywania w strefie zagrożenia do minimum. Należy zakryć usta i nos maseczką przeciwpyłową, szalikiem lub jakąś częścią ubrania, żeby zapowiedz dostaniu się radioaktywnego lub chemicznego czynnika do płuc. Po dobiegnięciu do miejsca schronienia, wyrzucić ubranie, wziąć prysznic, uszczelnić okna drzwi i otwory wentylacyjne mokrymi szmatami. Otwory wentylacyjne zakryć od strony wlotu, żeby pył radioaktywny nie zalegał w kanale i czekać na decyzję służb ratunkowych o dalszym postępowaniu i dostosować się do ich poleceń.

Jeżeli mamy do czynienia z atakiem lub katastrofą nuklearną postępujemy zgodnie z poniższą instrukcją podejmując odpowiednie szybko decyzje.

1. Zostać czy uciekać?

Musimy podjąć decyzję o przygotowaniach do zastania lub ewakuacji. Rozpoznanie zagrożenia, oraz stopień przygotowania pomaga nam podjęcie decyzji. Jeżeli podjęliśmy decyzję o pozostaniu, przechodzimy od razu do punktu 2.

Jeśli podejmujemy decyzję o ewakuacji, musimy wiedzieć, że jest to bardzo wysokie ryzyko. Nie wiemy czy się wydostaniemy z terenu zagrożenia, powrót może być trudny, bądź wręcz niemożliwy.

Jeśli decyzja będzie błędna, pozostaniemy bez schronienia, narażeni na niebezpieczne sytuacje, prawdopodobnie będziemy mieli do czynienia ze spanikowanym tłumem uciekinierów,

Cokolwiek postanowimy musimy pamiętać że mamy określoną ilość żywności.

Jeżeli jesteśmy w wielkim mieście lub w pobliżu militarnego celu i jeżeli mamy przyjaciół w innym mieście którzy na nas czekają i

jeżeli drogi pomiędzy wami są przejezdne i

władze jeszcze nie zablokowały transportu i

posiadamy środek transportu z pełnym bakiem paliwa ewakuacja jest możliwa. Przy czym nie nastawiałbym się na ewakuację samochodem. Prawdopodobnie za kilkadziesiąt km natkniemy się na porzucone pojazdy, które zablokują nam drogę. Preferuję motocykle, rowery bądź konie.

Nie podejmujemy decyzji o ewakuacji jeżeli chociaż jeden z powyższych warunków nie jest całkowicie pewien.

Nie podejmujemy decyzji pod wpływem paniki tłumy uciekinierów.

Jeżeli ewakuacja jest naprawdę realną opcją, nie wahajmy się ani chwili. Zaopatrzmy się na drogę w te rzeczy wymienione w punkcie 7, które są możliwe do transportu. Ale UWAGA!!!

Nie bierzemy zbędnych rzeczy. Ważniejsza jest woda niż puchowa kołdra. Karimata niż ciężki materac. Żadnych sentymentów (zegar po Prababci zostaje w domu.)

Pamiętajmy: lepiej wyruszyć dwa dni za wcześnie niż dwie godziny za późno i jadąc zakorkowaną autostradą narazić rodzinę na gorsze niebezpieczeństwo niż pozostanie na miejscu do czasu opanowania sytuacji.

2. CO MUSIMY ZROBIĆ W PIERWSZEJ KOLEJNOŚCI.

Ponieważ czas jest cenny, pop pierwsze trzeba zebrać rodzinę i przydzielić dorosłym zadania, które będą wykonywali w tym samym czasie. Żeby rodzina przetrwała, musi mieć zapewnione schronienie, woda i żywność. Podczas gdy jedni będą przygotowywali schronienie i zapasy wody, pozostali zajmą się dostawą żywności.

3. PROWIANT.

Większości prowiantu które wymieniony został w punkcie 7 może nie być w domu, więc należy natychmiast wyznaczyć kogoś do pójścia do sklepu z listą zakupów. Należy pobrać gotówkę z bankomatu, gdyż próby zapłacenia kartą w kasie mogą być bezskuteczne. Jeśli to możliwe, należy zabezpieczyć się w gotówkę.

4. WODA

Poza zakupami zgodnych z punktem 7, należy pamiętać o NATYCHMIASTOWYM zmagazynowaniu czystej wody. Brak czystej wody szybciej zabije Twoją rodzinę, niż brak żywności. Bez wody nie będzie możliwe przygotowanie posiłków, czy robienie czynności sanitarnych, które w warunkach zagrożenia będą wymagały mniej wody niż normalnie z uwagi na konieczność oszczędzania jej.

We wszystkie potrzebne pojemniki na wodę zaopatrzyć już teraz. Jest bardzo trudno zmagazynować dużą ilość wody właśnie z uwagi na pojemniki. Jeżeli elektryczne pompy zostaną uszkodzone, lub wodociąg z jakiegoś powodu będzie uszkodzony, możesz jeszcze trochę wody zmagazynować zbierając wodę ściekającą z rur. Puste butelki (PET) 1-3l są idealne do tego celu. Również wanna i palka. W późniejszym terminie należy pamiętać o bojlerze gorącej wody. Rada praktyczna. Jeżeli nie chcemy, by woda wyciekła z naszej instalacji, należy zainstalować zawór zwrotny już teraz. Jeśli są do dyspozycji piłki dziecięce, lub łóżko wodne, należy napełnić je. Uwaga. Wodę z łóżka wodnego można tylko używać do mycia i czynności sanitarnych. Nigdy do spożywania, gdyż zawiera związki antygrzybiczne. Jedną z pozycji listy z punktu 7 są metalowe kanistry na wodę. Jeżeli nie były przeznaczone do wody, należy umyć je wodą z dodatkiem wybielacza następnie dokładnie wypłukać i wysuszyć. UWAGA. Nie przechowywać zamkniętych pojemników, jeżeli nie zostały wysuszone.

Idealnie jest, jeżeli schronienie ma wbudowany zbiornik na wodę. Podstawowa zasada przetrwania: NIGDY NIE ZMAGAZYNUJESZ ZA DUŻO WODY! PRZYGOTUJ POJEMNIKI NA WODĘ JUŻ TERAZ.

5. SCHRONIENIE

Ta zasada zabezpieczenia się przed promieniowaniem jest prosta. Jest wiele metod ochrony rodziny przed promieniowaniem. Improvizowane i bardzo skuteczne. Musisz poznać mity o zagrożeniu nuklearnym, żeby nie poddać się panice i niepotrzebnemu paraliżującemu strachowi, więc żeby temu zapobiec należy zapoznać z tym problemem rodzinę.

Radioaktywny opad jest spowodowany materiałem (pyłem) radioaktywnym powstałym podczas nuklearnej eksplozji i wyrzuconym wysoko w atmosferę. Niesiony przez wiatr po

pewnym czasie opada na ziemię. Ciężki, niebezpieczny i łatwy do zauważenia (przypomina śnieg). Natomiast małe, lekkie pyłopodobne cząsteczki mogą lecieć godzinami z wiatrem i opaść setki kilometrów od miejsca wybuchu. Podczas podróży jest widoczny lub nie, ale z reguły opada na ziemię w czasie poniżej jednej godziny z uwagi na wywoływanie opadu atmosferycznego. Deszcz powoduje koncentrację materiału promieniotwórczego i intensyfikację skażenia radioaktywnego.

Opad radioaktywnego pyłu jest niebezpieczny ponieważ emituje promieniowanie przenikliwe, podobne do promieniowania rentgenowskiego, Może ono przenikać przez ściany, dachy i ubranie ochronne. Nawet jeśli nie wdychasz radioaktywnego pyłu, a Twoje ubranie, włosy i skóra nie miała kontaktu z pyłem i będziesz siedział w domu promieniowanie przenikliwe przeniknie przez ściany dopadnie Cię i zabije.

Poziom promieniowania przenikliwego opadu radioaktywnego jest bardzo duży w momencie wybuchu, później gwałtownie spada, ponieważ jest wysoko energetyczny. Na przykład: cząstki opadu radioaktywnego w momencie wybuchu wysyłają promienie Gamma 500R/h, po 7 godzinach spadają do 1/10 początkowej wartości, dwa dni później wynosi 1/100 początkowej wartości.

To jest wspaniała wiadomość, ponieważ odpowiednie schronienie zapewnia Twojej rodzinie przetrwanie.

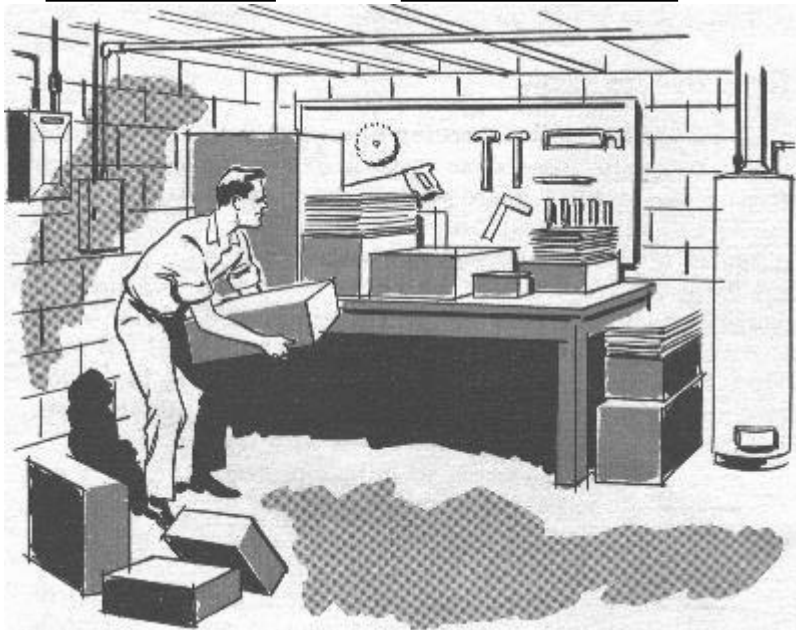
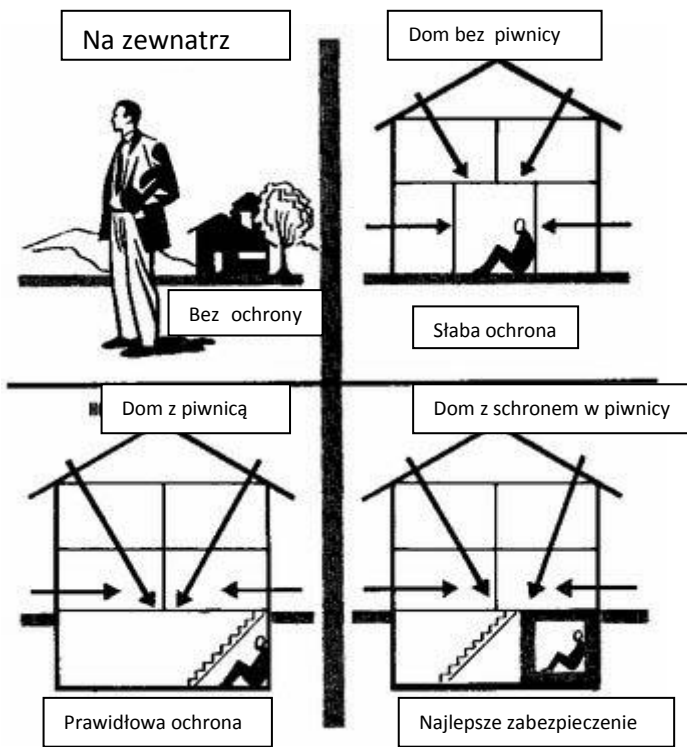
Żeby ochronić Twoją rodzinę, musisz na drodze promieniowania postawić przeszkody. Tak jak policyjna kamizelka kuloodporna zatrzymuje pocisk, tak materiały blokują promieniowanie przenikliwe. Materiały zmniejszające poziom promieniowania do 1/10 wartości początkowej: Stal 8,3cm; Beton 28cm; Ziemia 41cm; Woda 61cm; Drewno 96,5cm. Materiały które ograniczają promieniowanie przenikliwe o 99%: stal 12,5cm; pełna cegła lub blok cementowy (dziurawka) wypełniony zaprawą lub piaskiem 40,5cm, 61cm ubitej ziemi, (92cm jeśli nie ubita), 92cm woda.

Oczywiście nie będziesz mieć pod ręką odpowiedniej ilości stali, ale mogą być inne materiały np. deski, ziemia, żwir, worki z piaskiem, kołdry, ubrania itp. Wszystko to co jest pod ręką., żeby zwiększyć dystans pomiędzy Twoją rodziną a źródłem promieniowania.

Schron rodzinny ma spełniać następujące cele:

- **zapewnić maksymalną odległość przebywania osób od źródła promieniowania (ścian, dachów, gruntu, drzew**
- **zbudowany musi być z materiałów absorbujących śmiertelne promieniowanie**
- **możliwy do przebywania przez kilka godzin, gdy promieniowanie jest największe.**

Ponieważ w niewielu miejscach są budowane specjalistyczne schrony, musisz adoptować budynek w którym przebywasz. Budynki wielopiętrowe są idealne do adaptacji na schrony przeciw promieniowaniu. Właśnie wiele pięter od dachu na którym leży radioaktywny pył, spowoduje że nie zagrozi Twojej rodzinie. Jeszcze jak umieścisz w tych przestrzeniach jakieś materiały, to zapewnisz ochronę sobie i rodzinie.





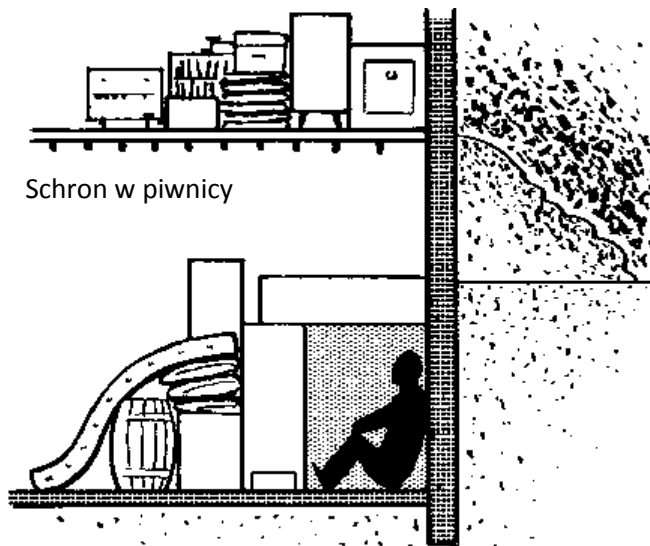
Schron zbudowany
w piwnicy z
rusztowania z
drewna i cegieł



Domowy schron przeciw opadowi
promieniotwórczemu w piwnicy



FEDERAL EMERGENCY
MANAGEMENT AGENCY



6. ISTOTNE DETALE

Jeśli zabezpieczyłeś wszystko: zapasy, wodę, schronienie, GRATULUJE Twoja rodzina ma szansę przeżycia. Teraz potrzebujesz tylko rozszerzyć swoją wiedzę żeby powiększyć szansę przeżycia Twojej rodziny.

- dokładnie określ rodzaj i kierunek zagrożenia. Jeżeli zlokalizowałeś wybuch, musisz spodziewać się fali uderzeniowej i działania termicznego. ukryj rodzinę w miejscu nie narażonym na te efekty.

-Rządowe informacje i zarządzenia są twoją nadzieją na przeżycie. Pamiętaj jednak, że mogą być spóźnione, niekompletne, błędne lub po prostu mylące. Jeżeli ewakuacja indywidualna, będzie wprowadzała zamieszanie, celem zmniejszenia paniki ewakuacja masowa może być opóźniana, lub po prostu niemożliwa. W przeszłości rządy różnie reagowały na sytuacje kryzysowe. Jeżeli będziesz miał prowiant, wodę i schronienie, możesz bez paniki czekać na dalsze instrukcje służb rządowych, które być może nigdy nie nadejdą. Musisz przyjąć zasadę: **JESTEŚ SAM I SAM ZABEZPIECZASZ PRZEŻYCIE TWOJEJ RODZINY!**

- filtrowanie powietrza do Twojego schronu nie jest konieczne. Jeżeli nie ma przeciągów, wiatr nie wtłoczy radioaktywnego pyłu do pomieszczeń, zwykłe uszczelnienie okien mokrymi tkaninami wystarczy. Nie wychodzić, nie otwierać drzwi wejściowych.

- biorąc pod uwagę opad radioaktywny - nie ma go w twojej żywności pochodzącej ze sklepu, kupionej przed opadem. Promieniowanie przenikliwe nie powoduje zmian w żywności i nie jest ona zagrożeniem. Jeżeli żywność była zamknięta w szczelnych pojemnikach, po oczyszczeniu z radioaktywnego pyłu można spożywać bez szkody dla zdrowia. Ubranie w którym byliśmy pod opadem należy zostawić na zewnątrz, wziąć prysznic stosując do mycia włosów i ciała szampon dziecięcy. Jeżeli istnieje konieczność wyjścia na zewnątrz, zakładamy foliowy płaszcz przeciwdeszczowy i maseczkę do oddychania. Po powrocie splukujemy płaszcz, a maseczkę wyrzucamy na zewnątrz schronu. Wejście musi odbywać się przez prowizoryczną śluzę powietrzną - żeby pęd powietrza powstały przy otwieraniu drzwi nie wdmuchnął pyłu radioaktywnego do środka schronienia.

- musisz mieć własny miernik promieniowania, typu Geigera, lub podobny, świeże baterie i musisz być pewien jego wskazań. Jeśli go nie używasz, zamknij go w metalowym pudełku,

wyjmij baterie. Miej komplet zapasowych baterii. Od niego zależy pewność, że twój schron jest bezpieczny.

- kiedy nastąpił opad radioaktywny, a Ty jesteś w podróży, musisz założyć maskę oddechową, a na ciało zarzucić płaszcz przeciwdeszczowy. Każdy powinien zakupić Jodek potasu (KIO₃) lub Potassium iodide (KI) żeby zapowiedz przyszłym chorobom nowotworowym powstałym na skutek wybuchu jądrowego. Jeśli nie ma tabletek, można przyjąć preparaty jodu (jodynę lub Betadinę) na skórę, żeby otrzymać prosty efekt zabezpieczający. WAŻNE – nie wolno pić lub spożywać tych preparatów! Pomalować 8 ml 2% roztworu jodiny na skórę podbrzusza lub przedramię raz dziennie. Idealnie byłoby pierwszy raz do dwóch godzin po ewentualnym napromieniowaniu. Dla dzieci od 3 do 18 lat 4 ml. Dla dzieci poniżej 3 lat 2ml. Noworodki do 1 miesiąca - 1ml. Nie używać przez alergików. Łyzeczka do herbaty zawiera 5ml.

- jeżeli oceniłeś, że nadszedł czas do podjęcia akcji zabezpieczającej, wyłącz wszystkie media w domu, pozamykaj wszystkie drzwi i okna, sprawdź, czy są obłożone wilgotnymi tkaninami. Sprawdź, czy w pobliżu domu nie ma plastyku, drewna i innych materiałów łatwopalnych. Zbiorniki na wodę, będące na zewnątrz należy zabezpieczyć przed opadem radioaktywnym (pyłem) przez szczelne zamknięcie. Promieniowanie przenikliwe nie zanieczyszcza wody. Wręcz przeciwnie, zabije bakterie w niej będące. Po oczyszczeniu zbiornika z radioaktywnego pyłu, można używać do picia. Drzwi które nie służą do wychodzenia należy okleić taśmą. Okna także.

-nie podejmuj ryzyka używania ognia w zamkniętym pomieszczeniu schronu. Korzystaj z żywności gotowej do jedzenia bez przygotowania. Żywność i wodę do picia umieść tak, abyś nie musiał po nią wychodzić ze schronienia.

- do oświetlenia schronienia używaj światła LED. Najlepiej w formie latarek na głowę. Pamiętaj o zapasowych bateriach. W wyjątkowych wypadkach możesz użyć świec. W schronieniu powinny być książki i gry dla dzieci. W schronieniu muszą być cienkie materace lub karimaty, koce lub śpiwory, poduszki.

- do załatwiania potrzeb fizjologicznych najlepsza jest campingowa toaleta przenośna o pojemności 15l, raz na jakiś czas trzeba będzie usunąć nieczystości do kanalizacji w łazience w mieszkaniu – o ile działa. Jeżeli nie działa, improwizujesz. Pamiętaj, żeby przy wychodzeniu ze schronu nie spowodować przeciągu mogącego zassać pył do środka.

Można używać pampersów.

Pamiętaj o intymności (odgródzenie od pozostałych ludzi kocem czy przegrodą). UWAGA zachować szczególną higienę. Ręce przemywać chusteczkami do zmywania rąk, mycia.

- Szczególną uwagę należy zwrócić na nasze zwierzęta. Oczywiście bierzemy je do schronienia, wcześniej kąpiemy. Musimy pamiętać o zabezpieczeniu odpowiedniej ilości długoterminowej żywności dla nich.

- Gotowanie i chlorowanie wody są metodami uzdatniania jej do spożycia. Te metody zabijają bakterie, ale nie usuwają skażenia promieniotwórczego. Uzdatniamy wodę, jeżeli była przechowywana przez długi czas w warunkach umożliwiających rozwój bakterii. Wtedy utrzymujemy w stanie wrzenia przez co najmniej 10 min. Jeżeli nie możemy zagotować, wtedy dajemy 10 kropel wybielacza (nie powinien mieć domieszek środków piorących, gdyż będzie niedobra do picia) na 5 litrów wody. Wstrząsamy i zostawiamy na 30 min. Wybielacz powinien być o stężeniu 5,25% (np. Clorox). Można kupić tabletki oczyszczające wodę. Pamiętaj, że one też nie oczyszczają wody skażonej promieniotwórczością.

- podstawową zasadą jaka ma zastosowanie: JESTEŚ SAM I LICZ TYLKO NA SIEBIE. Nie panikuj, a uratujesz siebie i rodzinę. Wiele możesz się dowiedzieć z Internetu (ale uważaj na Youtube wiele filmików wprowadza w błąd.)

7. Lista zakupów do zrobienia już teraz (od ręki):

- Ta lista nie jest pełna i służy jako wzór do modyfikacji. Każdy zakup przemyśl dokładnie, nie poddawaj się panice, a produkt niech będzie dobrej jakości.
 - produkty żywnościowe kupuj o długim terminie ważności. Jeżeli zbliża się termin, kup nowe, a te zużyj w normalnym życiu.
 - ilość możesz oszacować wg wielkości rodziny. Pamiętaj, że stan zagrożenia może trwać 2 tygodnie, a może trwać i 2 miesiące i więcej.
- Te produkty kup już teraz, bo jutro może być za późno:
- Posiłki gotowe do spożycia – zupy w konserwie, gotowe posiłki jednodaniowe
 - Batony proteinowe, płatki owsiane, muesli, zgrzewkę makaronu, zgrzewkę ryżu.
 - Kandyzowane owoce, - zapas mleka UHT – 10l
 - Zgrzewka cukru lub słoik miodu
 - 10 l oleju jadalnego
 - Proszek do pieczenia, suszone drożdże, soda
 - Kubki papierowe lub plastikowe, talerze jednorazowego użytku
 - Dwa dobrej jakości otwieracze do konserw.
 - Toaleta przenośna 15 litrowa.
 - Papier toaletowy i ręczniki kuchenne
 - Chusteczki toaletowe dziecięce (wilgotne, do higieny osobistej)
 - Latarki LED z kompletami baterii (po 3 na latarkę) i przenośne radio.
 - Wybielacz (5,25%)
 - Alkohol i woda utleniona
 - Apteczka pierwszej pomocy
 - Lekarstwa – Pamiętaj o jodku potasu lub 2% jodynie
 - Gaśnice p-poż
 - Maseczki przeciwpyłowe
 - Płaszcz plastikowy
 - Filtry do wody inne rzeczy stosowane na campingach
 - Licznik Geigera lub inny przyrząd do mierzenia promieniotwórczości.

Oczywiście rady zawarte w tym poradniku są do zastosowania w każdej innej sytuacji. Przy zwiększonej emisji promieniowania słońca, przy huraganie czy innych kataklizmach schron rodzinny też spełni swoją rolę. Ludzie w panice uciekają bez namysłu. W trakcie II Wojny Światowej we wrześniu 1939r wielu ludzi porzucało domy, dobytek, by po przejściu 100km dojść do wniosku że ewakuacja do nikąd nie ma sensu. A wrócić było trudno. Czasem niemożliwe. Jeżeli przetrzymaliśmy pierwsze zagrożenie i po pewnym czasie poziom promieniowania spadł do poziomu powiedzmy bezpiecznego, musimy zachować ostrożność. Unikamy lasów, wysokiej trawy, gdyż deszcze właśnie tam spłukały radioaktywny pył. Spożywamy tylko produkty z zapasów, bądź hodowane na czystej ziemi, pod szczelnymi osłonami (albo uprawy hydroponiczne). Unikamy deszczy i innych opadów atmosferycznych. Do joggingu najlepsza jest bieżnia w domu. Warto mieć małą siłownię, żeby utrzymać kondycję rodziny.

Mam nadzieję, że nie trzeba będzie tych rad wprowadzać w życie, ale lepiej być przygotowanym.

Opracowano na podstawie „

WHAT TO DO IF A NUCLEAR DISASTER IS IMMINENT!” <http://www.ki4u.com/guide.pdf>