

УДК 614.8(075)
ББК 68.903я73
С30

Рецензенты:

В. И. Нефедов – доктор медицинских наук,
профессор, заслуженный врач России;
Г. Н. Колесник – доцент, кандидат экономических наук

Семехин, Ю. Г.

С30 Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.
Г. Семехин, В. Н. Бондин. Изд. 2-е, стер. – М.-Берлин:
Директ-Медиа, 2019. – 412 с.

ISBN 978-5-4499-0396-9

Рассматриваются закономерности влияния различных факторов окружающей среды на здоровье человека, основы положений стратегии обеспечения безопасности жизнедеятельности и действий при возникновении чрезвычайной ситуации мирного и военного времени.

Учебное пособие подготовлено в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования.

Для студентов среднего профессионального образования.
Текст приводится в авторской редакции.

УДК 614.8(075)
ББК 68.903я73

ISBN 978-5-4499-0396-9

© Семехин Ю. Г., Бондин В. Н., текст, 2019
© Издательство «Директ-Медиа», оформление, 2019

Оглавление	
ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. БЕЗОПАСНОСТЬ В СИСТЕМЕ «ПРИРОДА-ОБЩЕСТВО-ЧЕЛОВЕК»	8
Глава 2. ОСНОВЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ	16
Глава 3. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА	38
3.1 Классификация и краткая характеристика чрезвычайных ситуаций	39
3.2. Радиационные аварии.....	47
3.2.1.Ионизирующее излучение (ИИ). Радиоактивность.	47
3.2.2.Воздействие ионизирующего излучения на человека.	54
3.2.3. Источники радиационной опасности.	61
3.2.4. Радиационная защита.....	68
3.3. Аварии с выходом (выбросом) в атмосферу аварийных химически опасных веществ (АХОВ).	78
Глава 4. БЫТОВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ	90
4.1. Отравление грибами	92
4.2. Отравление нитратами.	98
Глава 5. СТИХИЙНЫЕ БЕДСТВИЯ	101
5.1. Землетрясения	103
5.2. Пожары	114
5.2.1. Поражающие факторы пожара.....	117

5.2.2. Действия при возникновении пожара.....	123
5.3. Наводнения.....	127
5.4. Снежные заносы и пыльные бури.....	135
5.5. Оползни	137
5.6. Снежные лавины и сели.....	140
5.7. Ураганы.....	143
Глава 6. ВРЕДНЫЕ И ОПАСНЫЕ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ ФАКТОРЫ (ВОПФ)	146
6.1. Электрический ток.....	150
6.2. Радиологическая безопасность средств связи.....	170
6.3. Вредные факторы работы с компьютером.....	175
Глава 7. УСТОЙЧИВОСТЬ ОБЪЕКТОВ	185
7.1. Исследование устойчивости объекта	187
7.2. Мероприятия по повышению устойчивости объекта в ЧС.....	195
Глава 8. ЕДИНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС).....	200
8.1. Структура РСЧС	200
8.2. Силы и средства РСЧС.....	204
Глава 9. ОЦЕНКА РАДИАЦИОННОЙ ОБСТАНОВКИ.....	210
9.1. Работа с приборами РХР и дозиметрического контроля.....	212
Глава 10. ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ.....	216
10.1. Эвакуация	218

10.2. Укрытие в защитных сооружениях	225
10.3. Применение средств индивидуальной защиты (СИЗ)	229
Глава 11. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА СТРАНЫ И ЕЕ ЗАДАЧИ ...	238
11.1. Современные средства уничтожения	239
11.2. Терроризм	265
11.2.1. Средства, применяемые при совершении террористических актов	271
11.2.2. Действия руководителя при угрозе совершения теракта: совершения теракта:.....	277
11.2.3. Биотерроризм	285
11.3. Роль и задачи гражданской обороны в современных условиях. в современных условиях.....	288
11.3.1. Организация ГО на объекте.....	290
11.3.2. Права и обязанности граждан по ГО.....	291
Глава 12. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ.....	291
12.1. Основы обороны государства.	293
12.2. Вооруженные Силы российской Федерации	296
12.3. Боевые традиции Российских Вооруженных Сил, символы воинской чести	298
Глава 13. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ	299
13.1 Окружающая среда и здоровье человека	299
13. 1.1. Здоровье человека и факторы его определяющие	300

13.1.2. Действие алкоголя на организм человека.....	307
13.1.3. Влияние табакокурения на организм человека	315
13.1.4 Наркотики и здоровье	318
13.1.5. Стресс, двигательная активность и здоровье человека ...	324
13.2. Неотложные состояния	340
13.2.1. Общие вопросы и помощь при неотложных состояниях	340
13.2.2. Кровотечения	346
13.2.3. Повреждение тканей и органов.....	352
13.2.4. Острые отравления	373
13.2.5. Применение лекарственных средств	378
13. 3. Характеристика детского травматизма	382
13. 4. Терминальные состояния.....	387
13. 5. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных болезней	393