

Заходи радіаційного захисту

Радіаційний фон обумовлений занесенням радіоактивних речовин. радіоактивні речовини можуть поширюватися головним чином з пилом, тому слід виконувати наступні рекомендації щодо забезпечення захисту:

- При роботі поза приміщеннями бути у верхньому одязі і головному уборі, при сильному пилоутворюючому вітрі використовувати ватно-марлеву пов'язку.
- Купання у відкритих водоймищах, перебування на пляжах на деякий час виключити.
- Небажано знаходитись під дощем і снігом без парасольки, ховатись від дощу під деревом, лежати на траві.
- Колодязі слід обладнати навісами і відмосткою, щільно закривати кришками, щоб до них не потрапляв пил.
- Не слід збирати ягоди, гриби, квіти тощо.
- При вході в приміщення необхідно ретельно витирати взуття об сильно зволожений килимок. Верхній одяг ретельно вичищати за допомогою пилососу. взуття і верхній одяг краще залишати у передпокої. Домашнє взуття не носити на вулиці.
- В усіх житлових і службових приміщеннях обов'язкове щоденне вологе прибирання з використанням миючих засобів. м'які доріжки і килими краще за все згорнути, м'які меблі покрити чохлами, частіше чистити пилососом. Пилосос після роботи треба протерти вогкою ганчіркою, пилозбірник очистити шляхом змочування у відрі з водою, а забруднену воду зливати в каналізацію або інше визначене місце.
- Провітрювання приміщень краще здійснювати перед сном, у безвітряну погоду, після дощу або з наступним вологим прибиранням приміщення.
- Перед вживанням їжі і води необхідно добре прополоскати рот водою, забрати воду через ніс і декілька разів відсякатися, ретельно вимити руки.
- Харчування повинно бути повноцінним і вміщувати необхідну кількість поживних речовин.
- Приготування їжі: вимочити м'ясо (у дрібних шматочках) 1-2,5 години, потім кип'ятити у воді без солі до напівготовності, воду злити і далі доводити до готовності. Салат, щавель і шпинат із меню бажано виключити. Овочі і фрукти треба ретельно промити проточною водою. Все продовольство необхідно купувати там, де ведеться дозиметрична перевірка.
- Виводити на прогулянки домашніх тварин (собак, кішок) тільки на повідках, а після повернення з прогулянок ретельно обтирати їх вологою тканиною, обмивати лапи.

Нагляд за радіаційною обстановкою у вашому районі чи місті забезпечують місцеві органи з питань надзвичайних ситуацій