

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

### ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

Как правило, представляет собой укомплектованный рюкзак (сумку), в котором находятся необходимый набор одежды, предметы гигиены, медикаменты, продукты питания и другое имущество.

Правильно укомплектованный рюкзак может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях.

### ИМЕТЬ С СОБОЙ



**ДОКУМЕНТЫ**  
в непромокаемой упаковке

ДЕНЬГИ И БАНКОВСКИЕ КАРТЫ



**СРЕДСТВА СВЯЗИ**  
зарядное устройство, дополнительный аккумулятор

### ПРИМЕРНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ



**ОДЕЖДА**  
Нательное белье,  
одежда и обувь  
по сезону



**РЕМОНТНЫЙ  
КОМПЛЕКТ**  
Иголки, иглолки и пр.



**ЗАПАС ЕДЫ  
И ВОДЫ**



**ПОСУДА  
ОДНОРАЗОВАЯ,  
НОЖ**



**ФОНАРИК  
И ЗАПАС  
БАТАРЕЕК**



**СВЕЧА,  
СПИЧКИ,  
ЗАЖИГАЛКА**



**СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ  
ГИГИЕНЫ**  
Зубная щетка и паста,  
мыло, полотенце,  
туалетная бумага, носовые  
 платки, влажные салфетки,  
и другие средства личной  
гигиены



**АПТЕЧКА  
ПЕРВОЙ  
ПОМОЩИ**



### СОДЕРЖАНИЕ АПТЕЧКИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Средства, предназначенные для неотложной обработки ран и остановки кровотечений: бинты и повязки, жгуты, лейкопластырь



Стерильные и нестерильные резиновые перчатки



Специальная или простая марлевая маска



Антисептические препараты: этиловый спирт, перекись водорода, спиртовой йодный раствор, борная кислота в порошке или жидкой форме, бриллиантовый зеленый



Анальгетические препараты и антипиретики: аспирин, анальгин, парацетамол, цитрамон



Противомикробные средства системного типа действия: левомицетин, стрептоцид, ампициллин



Сердечные средства: валидол, корвалол, корвалмент, нитроглицерин (по необходимости)



Спазмолитики (миотропные или комбинированные): баралгин, спазмалгон, но-шпа, дротаверин



Детоксикационные (адсорбирующие) доврачебные средства: таблетки активированного угля, атоксил, энтеросгель



Химические антидоты против кислот и щелочей: сода, борная или лимонная кислота



Противоаллергические и антигистаминные средства: димедрол, супрастин, тавегил



Нашатырный спирт



Инструменты и дополнительные неотложные приспособления: ножницы, шприц



Ручка и блокнот или чистый лист бумаги

#### Важно помнить!

Состав аптечки для оказания первой помощи может подбираться индивидуально в зависимости от заболеваний, которые имеются у человека!



МЧС России