

Ильин А. А.

*Большая энциклопедия городского выживания. — М.: Изд-во Эксмо, 2003.—
576 с.*

ISBN 5-04-004246-9 УДК 882

Содержание

Часть 1

ФАКТОРЫ РИСКА И ФАКТОРЫ ВЫЖИВАНИЯ

Глава I

Факторы риска, или Факторы, угрожающие жизни человека..... 16

СТИХИЙНЫЕ БЕДСТВИЯ	16
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ.....	17
Химические аварии	17
Радиационные аварии	18
Взрывы и пожары.....	18
Гидродинамические аварии	18
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	19
НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ.....	21
КРИМИНАЛЬНЫЕ ПРОИСШЕСТВИЯ	22
БОЛЕЗНИ И ЭПИДЕМИИ	23
НЕБЛАГОПОЛУЧНАЯ ЭКОЛОГИЯ	24
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СТРЕССЫ	24
ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ	25

Глава II

Факторы выживания, или Факторы, способствующие сохранению жизни человека..... 26

УМЕНИЕ РАСПОЗНАТЬ ОПАСНОСТЬ.....	26
ПРОФИЛАКТИКА БЕЗОПАСНОСТИ	29
ЗНАНИЕ ПРИЕМОВ САМОСПАСЕНИЯ.....	31
НАВЫКИ САМОСПАСЕНИЯ	33
УМЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ СПАСАТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И СНАРЯЖЕНИЕ	34
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ДЕЙСТВИЮ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ УСЛОВИЯХ.....	35
КОЛЛЕКТИВНОЕ ВЫЖИВАНИЕ	37
УМЕНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С АВАРИЙНО- СПАСАТЕЛЬНЫМИ СЛУЖБАМИ	37

Часть 2

КВАРТИРНЫЕ И УЛИЧНЫЕ ОПАСНОСТИ

Глава III -

Квартира как источник опасности, или Как сохранить жизнь и здоровье в собственном доме 42

ВАННАЯ КОМНАТА.....	42
ОКНА.....	50
БАЛКОНЫ	52
КУХНЯ.....	54
ОПАСНЫЕ ВЕЩИ	62
ДЕТИ В КВАРТИРЕ.....	66
БЫТОВАЯ ХИМИЯ	77
КРЫША	79
ПОДЪЕЗД.....	82
ЛИФТ.....	88
ПОДЪЕЗДНАЯ ДВЕРЬ.....	90
ПОДВАЛ.....	92
ДВОР.....	96
ГАРАЖ.....	97

Глава IV

Криминальные опасности в нашем доме, или О том, что делать с теми, кто приходит к нам без приглашения 99

КАК «НАВОДЯТ» ПРЕСТУПНИКОВ НА СОБСТВЕННУЮ КВАРТИРУ.....	99
ПРОФИЛАКТИКА ОГРАБЛЕНИЙ	106
ДВЕРЬ.....	107
ЗАМКИ	110
КЛЮЧИ	112
ОХРАННАЯ СИГНАЛИЗАЦИЯ.....	113
НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ПОЛЬЗЕ СОСЕДЕЙ.....	115
ДЕЗИНФОРМАЦИЯ ПРЕСТУПНИКОВ.....	118
РЕЛЬЕФ КВАРТИРЫ КАК СРЕДСТВО БЕЗОПАСНОСТИ.....	119
НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ СПОСОБЫ ПРОНИКНОВЕНИЯ В КВАРТИРУ.....	120
ПОДГОТОВКА К ПРОНИКНОВЕНИЮ В ВАШЕ ЖИЛИЩЕ.....	131
СИЛОВЫЕ МЕТОДЫ ПРОНИКНОВЕНИЯ В КВАРТИРУ.....	132

СРЕДСТВА АКТИВНОЙ ЗАЩИТЫ	135
Огнестрельное оружие.....	135
Электрошокер	136
Газовое оружие	137
ГАЗОВЫЕ БАЛЛОНЧИКИ.....	137
ГАЗОВЫЕ ПИСТОЛЕТЫ.....	139
Оружие с резиновыми пулями	140
Светозумовые эффекты	140
Сигнализаторы	141
СРЕДСТВА АКТИВНОЙ ЗАЩИТЫ	
ИМПРОВИЗИРОВАННЫЕ	141
СИЛОВЫЕ МЕТОДЫ ПРОНИКНОВЕНИЯ	
В КВАРТИРУ (<i>продолжение</i>).....	147
ГДЕ ПРЯТАТЬ ЦЕННОСТИ?	155

Глава V

Уличные опасности, или Как вернуться домой живым.....157

СМЕРТЬ ОТ «КИРПИЧА»	157
ПОДЗЕМНЫЕ КОММУНИКАЦИИ	159
ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫЕ ПРОИСШЕСТВИЯ	
(сокращенно ДТП)	162
ВОДОЕМЫ	165
Правила поведения на воде	166
Судороги	169
Помощь утопающему.....	169
Опасный лед	171
Рыбаки на льдине	174
Опасные водоемы	175
ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТЬ НА УЛИЦЕ	178
ОСТОРОЖНО, ЗЛАЯ СОБАКА	184
ДЕТИ НА УЛИЦЕ	189

Глава VI

Уличные преступления, или Как защитить свою жизнь и честь 191

УЛИЧНОЕ ВОРОВСТВО	191
КАК ИЗБЕЖАТЬ НАПАДЕНИЯ НА УЛИЦЕ	194
ОГРАБЛЕНИЕ. ХУЛИГАНСТВО	200
СИЛОВЫЕ МЕТОДЫ САМООБОРОНЫ	208
НАСИЛИЕ	212
УЛИЧНЫЕ ОПАСНОСТИ И РЕБЕНОК.....	218
Сексуальные домогательства. Профилактика	218
Сексуальные происшествия. Поиск	
пропавшего ребенка	221
Подростковые «разборки». Молодежные	
группировки	224

Глава VII

Самоспасение в местах массового скопления людей, или Что сделать, чтобы остаться живым и остаться человеком 228

ПСИХОЛОГИЯ ТОЛПЫ	228
ПОВЕДЕНИЕ В ТОЛПЕ	230
ТОЛПА В ЗАМКНУТОМ ПОМЕЩЕНИИ	232
ВЫЖИВАНИЕ В УЛИЧНОЙ ТОЛПЕ	235

Глава VIII

Терроризм, или Как защитить наши города от взрывов 242

ВЗРЫВЫ ДОМОВ	242
ВЗРЫВЫ НА УЛИЦАХ	245
БОМБЫ ПО ПОЧТЕ	246
БОМБЫ-СУВЕНИРЫ	247
ВЗРЫВООПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ	247
КРИМИНАЛЬНЫЙ ТЕРРОРИЗМ	248

Глава IX

Мошенничество, или Как не быть идиотом 252

ПРИМИТИВНЫЕ АФЕРЫ	253
ФИНАНСОВЫЕ МОШЕННИЧЕСТВА	256
АЗАРТНЫЕ ИГРЫ	257
МОШЕННИЧЕСТВО НА ЗДОРОВЬЕ	259
МОШЕННИЧЕСТВО С НЕДВИЖИМОСТЬЮ	264
ТОВАРНОЕ МОШЕННИЧЕСТВО	268
МОШЕННИЧЕСТВО В СФЕРЕ УСЛУГ	271
МОШЕННИЧЕСТВО В СФЕРЕ ОТНОШЕНИЙ	271
ДОЛЖНОСТНОЕ МОШЕННИЧЕСТВО	273
ПРОЧИЕ ВИДЫ МОШЕННИЧЕСТВА	276

Часть 3

АВАРИИ И СТИХИЙНЫЕ БЕДСТВИЯ

Глава X

Транспортные катастрофы, или От чего мы гибнем, но без чего и жить не можем 280

ГОРОДСКОЙ ТРАНСПОРТ	280
Аварии в городском транспорте	280
Криминальные опасности в городском транспорте	284

МЕТРО	285
Несчастья на эскалаторе, платформах	285
Пожар в метро	288
АВТОМОБИЛЬ	290
Профилактика аварий	290
Авария	294
Пожар в автомобиле	296
Угон автомобиля	297
Угон с применением силы	300
ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫЙ ТРАНСПОРТ	308
Аварии на железной дороге	308
Пожар в поезде	310
Бытовой травматизм в поезде	312
Криминальные опасности в поезде.....	314
АВИАЦИОННЫЙ ТРАНСПОРТ	318
Авиакатастрофы	319
Вынужденная посадка.....	324
Пожар в самолете	325
Угон самолета.....	326
КОРАБЛЕКРУШЕНИЕ	330
Судовые коллективные спасательные средства	331
ШЛЮПКА СПАСАТЕЛЬНАЯ ОТКРЫТАЯ	331
ШЛЮПКА СПАСАТЕЛЬНАЯ ЗАКРЫТАЯ.....	332
СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПЛОТЫ ЖЕСТКОЙ КОНСТРУКЦИИ . . .	332
НАДУВНЫЕ ПЛОТЫ	333
Индивидуальные средства спасения	335
НАГРУДНИК СПАСАТЕЛЬНЫЙ НАДУВНОЙ.....	336
СПАСАТЕЛЬНЫЕ КРУГИ	337
Действия потерпевших при угрозе гибели судна.....	338
Первые часы в шлюпке или на спасательном плоту . . .	341
Выживание в воде	342
Высадка на берег вплавь.....	345
Поведение в коллективном спасательном средстве.....	345
Долговременное пребывание в спассредстве	347
Высадка на берег на коллективном спассредстве.....	352

Глава XI

«Стихийные бедствия» или Как отразить удары судьбы353

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ	354
Признаки, предупреждающие о возможности землетрясения.....	355
Поведение во время землетрясения	355
Поиск и спасение людей в завалах.....	359
Самоспасение в завале	361
Действия после землетрясения.....	362
ЦУНАМИ	364
ПОЖАР В ГОРОДЕ.....	365
Противопожарные средства	367
Эвакуация из горящего дома	370
Самоспасение в очаге пожара.....	372
Действия жильцов соседних домов при пожаре.....	375

ПОЖАР В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ, НА ДАЧЕ	377
ЛЕСНОЙ ПОЖАР	380
ГРОЗА.....	383
УРАГАН, СМЕРЧ, ШТОРМ	386
НАВОДНЕНИЕ.....	392
СЕЛЬ.....	398

Глава XII

Действия в условиях техногенных аварии и катастроф, или Что создаем — от того и страдаем?..... 398

ЭВАКУАЦИЯ С МЕСТА АВАРИИ.....	402
ПЕРЕЖИДАНИЕ ТЕХНОГЕННОЙ АВАРИИ	405
ПРОЖИВАНИЕ ВБЛИЗИ ХИМИЧЕСКИХ И РАДИАЦИОННО ОПАСНЫХ ОБЪЕКТОВ	408

Глава XIII

Опасные флора и фауна, или То, что портит нам отдых на природе40

ЯДОВИТЫЕ РАСТЕНИЯ.....	410
ЯДОВИТЫЕ ЗМЕИ.....	415
Первая помощь при укусе змеи	418
ЯДОВИТЫЕ РЫБЫ (рис. 88).....	421
ПРОФИЛАКТИКА УКУСОВ КЛЕЩЕЙ	421

Глава XIV

Принципы оказания первой медицинской помощи, или Как не умереть до того, как вас спасут424

ШОК	426
КРОВОТЕЧЕНИЕ НАРУЖНОЕ	427
ОБМОРОК.....	428
РАНЫ.....	428
ПЕРЕЛОМЫ КОСТЕЙ КОНЕЧНОСТЕЙ	428
УТОПЛЕНИЕ	429
АСФИКСИЯ.....	429
УДАР ТЕПЛОВОЙ, СОЛНЕЧНЫЙ.....	429
ОСТРАЯ БОЛЬ В ЖИВОТЕ - -.....	430
ОСТРАЯ БОЛЬ В ГРУДНОЙ КЛЕТКЕ	430
НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА И ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ	431
ПОМОЩЬ ПРИ РОДАХ	431
СПОСОБЫ ТРАНСПОРТИРОВКИ ПОСТРАДАВШЕГО ..	432
ОЖОГИ.....	434

Часть 4 ВЫЖИВАНИЕ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ ДЕСТАБИЛИЗАЦИИ

Глава XV

Безработица, или Как найти себе применение во времена великих депрессий?.....436

РАБОТА.....	436
ПРОФИЛАКТИКА БЕЗРАБОТИЦЫ	436
Освоение новых профессий	438
УХОД С РАБОТЫ.....	441
ПОИСК РАБОТЫ	443
Психологический настрой на поиск.....	443
Механизм поиска работы	445
Стиль общения при поиске работы	447
Центры занятости	449
Негосударственные фирмы по трудоустройству	450
Предприятия	451
Объявления	451
Общественные организации	455
Закрепление работы	455
СОЗДАНИЕ РАБОЧЕГО МЕСТА	457
РЕМЕСЛО КАК СПОСОБ БОРЬБЫ С БЕЗРАБОТИЦЕЙ	460
КОМАНДИРОВКИ	462
РАБОТА ЗА РУБЕЖОМ	464

Глава XVI

Бизнес как способ решения финансовых проблем, или Лучше знать, куда стелить соломку469

БИЗНЕС-ЗАКОНЫ, КОТОРЫЕ ДОЛЖЕН УСВОИТЬ НАЧИНАЮЩИЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ.....	469
РЕАЛИЗАЦИЯ	472
НАЕМНЫЙ ТРУД	474
СЕТЕВОЙ МАРКЕТИНГ	474
ОТКРЫТИЕ ПРЕДПРИЯТИЯ.....	478

Глава XVII

Выживание без средств к существованию, или Как жить, когда не на что жить 482

ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ВЫЖИВАНИЕ	483
Умение считать деньги.....	483
Питание	484
Квартплата	487
Вещи	487
Городской транспорт	489

Междугородный транспорт	489
ИНФЛЯЦИЯ	494
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ НАПРЯЖЕННОСТЬ	495
БЕЖЕНЦЫ	498

Глава XVIII _____

Здравоохранение в период смутного времени, или На врача надейся, но сам не плошай.....	300
ЗДРАВООХРАНЕНИЕ	500
География.....	501
Экология.....	501
Здоровый образ жизни.....	501
Генетическая предрасположенность к заболеваниям	502
Профилактика	502
Понимание юридических тонкостей современной страховой медицины	503
Самоконтроль и самообследование	504
Лечение	505
Домашний доктор	509

Глава XIX _____

Выживание в условиях социальной катастрофы, или Как жить, когда жить невозможно	511
ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ КАТАСТРОФА	511
Сохранение тепла	512
Способы активного обогрева	515
Обеспечение электроэнергией	520
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОДОЙ И ПРОДУКТАМИ ПИТАНИЯ . . .	520
САНТЕХНИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ	521
КРИМИНАЛЬНЫЙ ФАКТОР	522

Глава XX _____

Военные действия в городе, или Что делать, когда на улицах танки?	523
ПОВЕДЕНИЕ В ГОРОДЕ, ЗАНЯТОМ ВОЙСКАМИ.....	523
ПЕРЕСТРЕЛКА НА УЛИЦЕ	526
ПЕРЕСТРЕЛКА В ВАШЕМ ДОМЕ	526
ОСТОРОЖНО, ОРУЖИЕ!	528
ЭВАКУАЦИЯ ИЗ ЗОНЫ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ.....	530

ПАМЯТКА, ИЛИ ШПАРГАЛКА ДЛЯ ТЕХ, КТО НЕ ЛЮБИТ ЧИТАТЬ ТОЛСТЫЕ КНИГИ . . .	533
--	------------

Послесловие	573
Список литературы	574