

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ВЫЖИВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ



**ПИЛЬКЕВИЧ
Андрей Владимирович**
Академия гражданской защиты
МЧС России
Доцент кафедры аварийно-спасательных работ, полковник, мастер спорта по альпинизму и горному туризму
E-mail: chiefspas@yandex.ru

PILKEVICH Andrey
Civil Defence Academy of the Russian
Emergencies Ministry

Associate Professor of Department of Rescue Work, Colonel,
Master of sport of mountaineering and mountain tourism
E-mail: chiefspas@yandex.ru

**ПИЛЬКЕВИЧ
Надежда Васильевна**
ГБОУ средняя образовательная школа №1985 г. Москва,
Учитель математики, инструктор по горному туризму

PILKEVICH Nadejda
SEI Secondary Schools № 1985 Moscow,
Math Teacher, Instructor in mountain tourism

***Ключевые слова:** автономное существование, морально-волевая устойчивость, навыки выживания, самообладание, физиологическая реакция организма, факторы риска, факторы выживания.*

Аннотация. ВоСтатья посвящена проблемам спасения человека или группы людей в случае их автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды.

FACTORS THAT DETERMINATE A HUMAN SURVIVAL IN EXTREME CONDITIONS OF AUTONOMOUS EXISTENCE

***Keywords:** autonomous existence, moral and strong-willed stability, skills of a survival, self-control, physiological reaction of an organism, risk factors, survival factors.*

Abstract. Article is devoted to problems of rescue of the person or group of people in case of their autonomous stay in extreme conditions of environment.

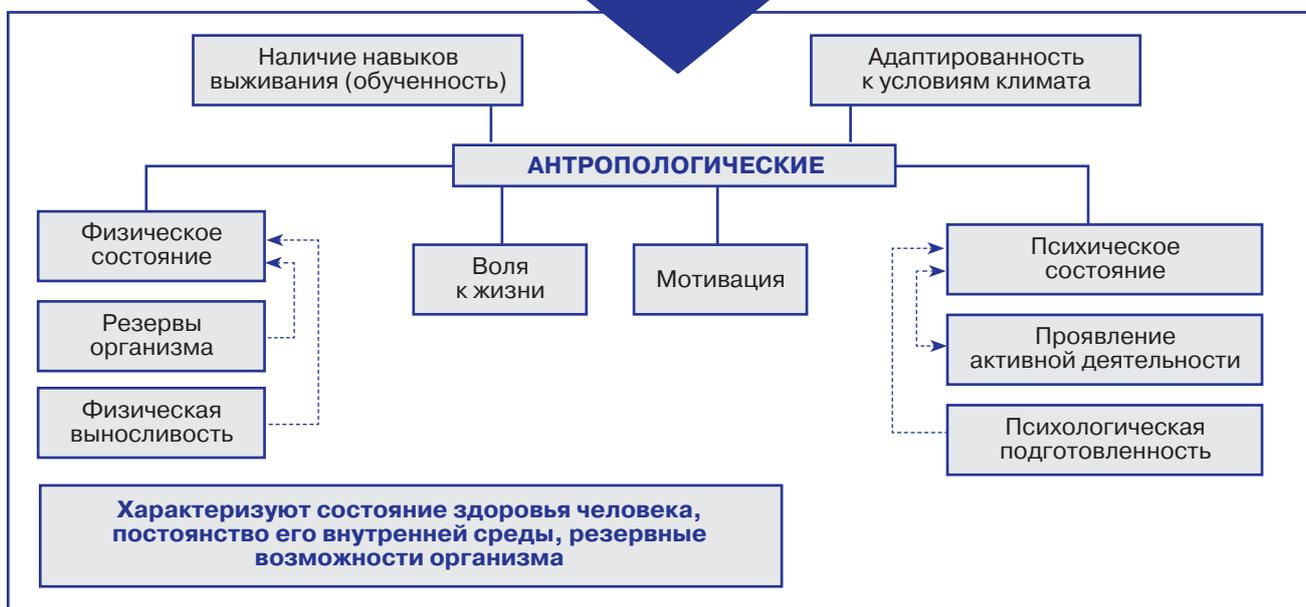
Актуальность. В прошлом сравнительно редко удавалось спасти людей, преимущественно путешественников или ученых, попадавших в беду в отдаленных и мало приспособленных для обитания человека географических районах нашей планеты. Техническая революция, современниками которой мы являемся, появление более совершенной конструкции самолетов, вертолетов, кораблей специализированного назначения, создание эффективных средств радиосвязи, казалось бы должны в значительной степени снять актуальность проблемы спасения человека или группы людей в случае их автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды: в безлюдных районах Крайнего Севера, в удаленных районах пустынь в тропических зарослях джунглей и в бескрайних просторах вод океана.

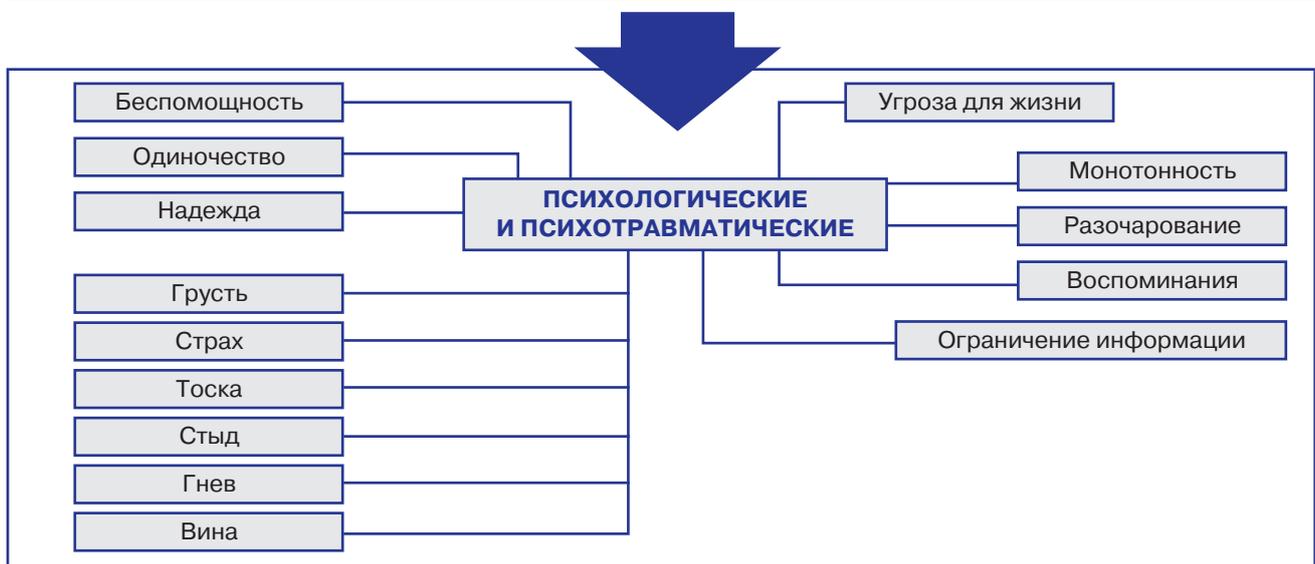
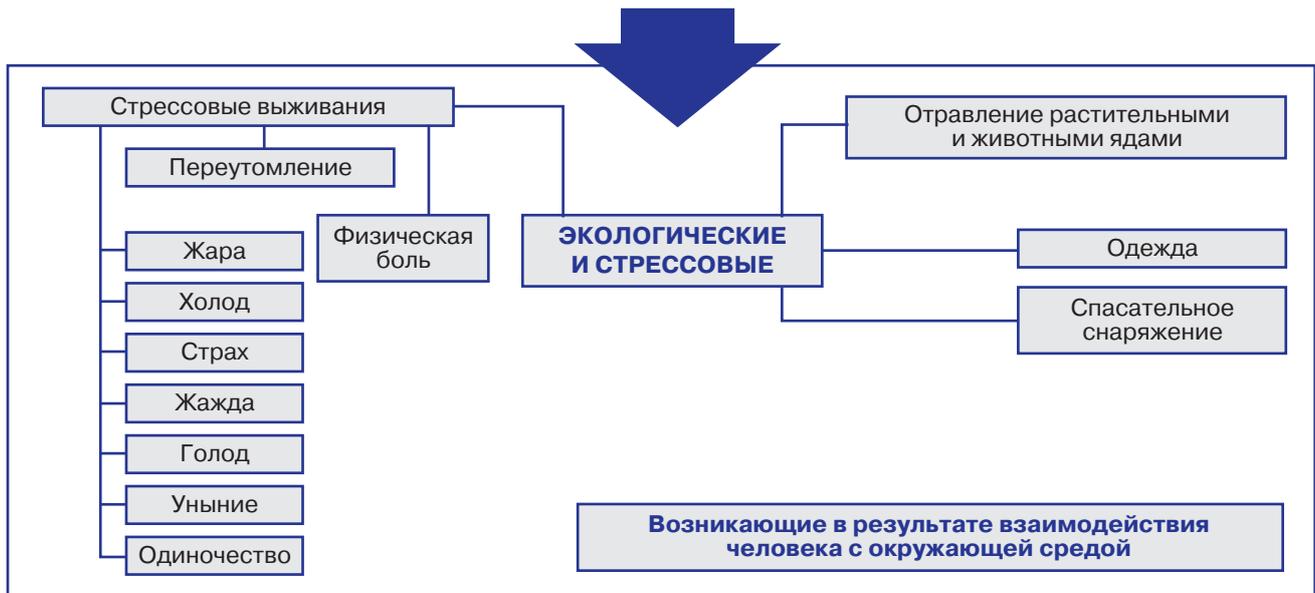
Как ни странно, но это не так. Более того, можно сказать, что проблема обеспечения безопасности, даже при

кратковременном пребывании человека в этих условиях, является весьма важной практической задачей сегодняшнего дня. И это вполне понятно, поскольку абсолютно надежной техники не существует. Тонут океанские корабли, и сотни людей оказываются на спасательных плавсредствах в океанских волнах; самолеты совершают вынужденные посадки, и в результате люди попадают в условия, крайне малопривлекательные для обитания.

Перед людьми, оказавшимися в условиях автономного существования, с первых же минут возникает ряд неотложных задач:

- а) преодоление стрессового состояния, вызванного аварийной ситуацией;
- б) оказание первой медицинской помощи пострадавшим;
- в) защита от неблагоприятного воздействия факторов окружающей природной среды;





- г) обеспечение водой и пищей;
- д) определение своего местонахождения;
- е) установление связи и подготовка средств сигнализации.

Вместе с тем далеко не все люди, оказавшиеся в чрезвычайной ситуации (кораблекрушение, авария самолета, пожар, наводнение и др.), способны к немедленным, энергичным, целесообразным действиям. Большая часть, примерно 50–75% потерпевших, оказывается в состоянии своеобразного ошеломления, называемого «панической реакцией», оставаясь относительно спокойной, хотя и недостаточно активной. У 12–25% наблюдаются истерические реакции. У одних они проявляются в сильном возбуждении, беспорядочных, неадекватных обстановке действиях, у других – в заторможенности, подавленности, глубокой прострации, полном безразличии к происходящему, неспособности к какой-либо деятельности. И только 12–25%, сохранив самообладание,

быстро оценивают сложившуюся обстановку, действуя решительно и разумно.

Немаловажную роль будут играть природные условия района бедствия: температура и влажность воздуха, солнечная радиация, растительность, водоисточники и т.д. Все эти причины объективного и субъективного характера, обуславливающие исход автономного существования, носят название факторов выживания.

К их числу также относятся так называемые стрессоры выживания, оказывающие наиболее неблагоприятное воздействие на организм человека, серьезно влияющие на продолжительность предельно допустимых сроков автономного существования: физическая боль, холод, жара, жажда, голод, переутомление, одиночество, страх.

Боль. Нормальная физиологическая реакция организма, выполняющая защитную функцию. Человек, лишенный болевой чувствительности, подвергается

серьезной опасности, так как не может своевременно устранить угрожающий фактор. Но с другой стороны, боль, причиняя страдание, раздражает, отвлекает человека, а длительная, сильная, непрекращающаяся боль влияет на его поведение, на всю его деятельность.

Холод. Снижая физическую активность и работоспособность, холодный стрессор оказывает воздействие на психику человека. Цепенеют не только мышцы, цепенеют мозг, воля, без которой любая борьба обречена на поражение. Поэтому в зоне низких температур, например в Арктике, деятельность человека начинается с мер по защите от холода: строительства убежищ, разведения огня, приготовления горячей пищи и питья.

Жара. Высокая температура окружающей среды, в особенности прямая солнечная радиация, вызывает в организме человека значительные изменения, иногда за относительно короткое время. Перегрев организма нарушает функции органов и систем, ослабляет физическую и психическую деятельность.

Жажда. Жажда, являясь нормальным сигналом на нехватку жидкости в организме, при невозможности удовлетворить ее из-за недостатка или отсутствия воды становится серьезной помехой деятельности человека в случае автономного существования.

Голод. Совокупность ощущений, связанных с потребностью организма в пище, можно рассматривать

как типичную, хотя и несколько замедленную стрессовую реакцию. Известно, что человек может обходиться без пищи в течение продолжительного времени, сохраняя работоспособность, однако многодневное голодание, а при недостатке воды в особенности, ослабляет организм.

Переутомление. Своеобразное состояние организма, возникающее после длительного (а иногда и кратковременного) физического или психического напряжения. Переутомление таит в себе потенциальную опасность, поскольку притупляет волю человека, делает его уступчивым к собственным слабостям.

Одной из форм эмоциональной реакции, возникающей в результате аварийной ситуации, является **страх** – чувство, вызываемое действительной или кажущейся опасностью, ожидание боли, страдания и т.п.

Немало людей, оказавшихся «один на один с природой», гибли от голода, не израсходовав аварийного запаса пищи, замерзали насмерть, имея под руками спички и топливо для костра, умирали от жажды в трех шагах от водоисточника.

Факторы риска (по Ильичеву)

1. Болезни
2. Воздействие стихийных бедствий
3. Голод



4. Жара
5. Жажда
6. Холод
7. Страх
8. Переутомление
9. Одиночество
10. Неправильная организация отношений внутри аварийной группы

Факторы выживания (по Ильичеву)

1. Готовность к действиям в ЧС
2. Воля к жизни
3. Знание приемов самоспасения
4. Навыки практического выживания
5. Общая физическая подготовка
6. Наличие аварийных наборов и комплектов
7. Правильная организация спасательных работ

Землетрясения и лавины, лесные пожары и снежные бураны, аварии и катастрофы, губящие корабли и самолеты. Но все эти неблагоприятные факторы, поджидающие человека на его пути, – не это главное. Главная опасность таится в нем самом: в его самоуверенности, переоценке своих сил и возможностей, неумении соразмерить их с предстоящими трудностями, пренебрежении к правилам безопасности, отсутствию элементарных знаний правил выживания, а порой – в преступном легкомыслии. Люди выходят в путь, несмотря на грозное предупреждение и начинающуюся пургу, топают по заснеженным склонам, грозящим лавиной, надеясь: «авось пронесет», отправляются ловить рыбу на весенний лед, не считаясь с опасностью разлома, отправляются в поход, забыв захватить аварийный запас.

И вот, столкнувшись с неожиданными трудностями, очутившись в сложной, порой экстремальной невыносимой ситуации, требующей быстрых, адекватных обстановке решений, собранности, сообразительности, они оказываются беспомощными перед лицом стихий, неспособными решить простейшие, но жизненно важные задачи: оказать первую помощь пострадавшим, укрыться от ветра и холода, сориентироваться на местности, добыть воду, пищу и многое другое.

Выводы. Главный постулат выживания – человек может и должен сохранить здоровье и жизнь в любых, самых суровых условиях, если он сумеет использовать в своих интересах все, что дает окружающая природа.

Для этого необходимы определенные знания и практические навыки. Знания об особенностях климата района предстоящего похода или путешествия, о рельефе местности и водоисточниках, растительном и животном мире, о природных факторах, губительно действующих на организм, и методах защиты от них, о возможных опасностях. Практические навыки по ориентированию по небесным светилам и природным признакам, строительству убежищ из подручных материалов, оказанию первой помощи и многое другое.

Эти знания и навыки не только окажут неоценимую помощь в борьбе с невзгодами, но придадут человеку уверенность в своих силах, внушат убежденность, что он сможет справиться с возникшими трудностями, ибо будет знать, что надо делать, как это можно сделать. Эта психологическая готовность к встрече с неожиданным повышает его морально-волевую устойчивость и в нужный момент поможет не растеряться, быстро и правильно оценить возникшую экстремальную ситуацию, отличить реальную опасность от мнимой.

Литература

1. Байковский Ю. Психодинамика, как фактор выживаемости малой группы в экстремальных условиях горной среды / Ю. Байковский. – М.: ТВТ Дивизион, 2010.
2. Волович. Академия выживания / В. Волович. – М.: Техноплюс, 1996.
3. Ильин А. Первые действия в экстремальных ситуациях / А. Ильин. – М.: Эксмо-пресс, 2002.
4. Ильин А. Школа выживания при авариях и стихийных бедствиях / А. Ильин. – М.: Эксмо-пресс, 2001.
5. Новейшая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – М.: АСТ, 2008.
6. Сборник примерных программ первоначальной и профессиональной подготовки спасателей МЧС России, утвержденная МЧС РФ 30.03.2009 г.
7. Сенкевич Ю. Выживание в экстремальных условиях / Ю. Сенкевич. – М., 1993.

