

JAK
PRZETRWAĆ
ATAK
NUKLEARNY

SZAMAN 21 WIEKU

To krótki poradnik jak przetrwać atak nuklearny z najważniejszymi wskazówkami.

Mam nadzieję, że nigdy nie będzie nikomu potrzebny, jednak ze względu na dużą ilość pytań o to postanowiliśmy stworzyć ten poradnik dla naszych wiernych widzów w celu uspokojenia części ludzi, ponieważ jak wiemy, stres nigdy nie jest naszym przyjacielem i szkodzi zdrowiu!!!

Co najważniejsze książka ta nie ma na celu nikogo leczyć, nie stanowi również diagnozy, ani programu leczenia; każdą chorobę należy zawsze skonsultować z lekarzem, również wszystko, co dodatkowo chcemy wprowadzić do procesu uzdrawiania, powinno być skonsultowane z lekarzem!

Autorzy książki nie ponoszą odpowiedzialności za złe zrozumienie treści oraz za nieprawidłowe wykorzystanie treści tej książki, która jest tylko opowiadaniem fantastycznym!!!

Tak więc zapraszamy do lektury!

SPIS TREŚCI

1. Przygotowanie
2. Co Trzeba Mieć W Domu
3. Rozważ Ryzyko
4. Wybuch
5. Wzmocnij Ochronę
6. Racjonuj
7. Ochrona Na Zewnątrz
8. Oparzenia
9. Pomoc
10. Urządzenia Elektryczne
11. Kolejne Ataki
12. Jod

13. Podsumowanie

1. Przygotowanie

Przede wszystkim zachowaj spokój, dopóki nic się nie dzieje, masz czas, żeby zgromadzić najpotrzebniejsze rzeczy, które potrzebujesz w domu. Więcej informacji na ten temat, znajdziesz w naszej książce "Na ciężkie czasy" oraz w szkoleniu wideo "Jak przetrwać" znajdziecie je w tym samym folderze, gdzie znaleźliście też i tę książkę, ponieważ tam przekazaliśmy wiele ważnych informacji, co, jak i gdzie zgromadzić.

Jednak, jeżeli chodzi o przetrwanie ataku nuklearnego, jest parę pewnych rzeczy, które powinniśmy mieć przygotowane w domu.

Podczas zgromadzenia różnych rzeczy staraj się robić to tak, aby nie zwrócić na siebie szczególnej uwagi.

Po pierwsze, żeby nie siać niepotrzebnie paniki.

Po drugie, żeby później nie zostać zrabowanym przez inne osoby, które się nie przygotowały.

Powoli buduj swoje zapasy.

Noś jeden lub dwa przedmioty do swojej skrytki za każdym razem, gdy idziesz do sklepu spożywczego. W ten sposób możesz w końcu zgromadzić zapasy na kilka miesięcy.

Upewnij się, że masz otwieracz do konserw.

Rób to wszystko z głową i nie daj się kierować emocjami.

Każda decyzja musi być dobrze przemyślana, ponieważ może mieć później poważne w skutkach konsekwencje, jeżeli nie zrobimy tego dobrze.

Ważną rzeczą podczas ataku nuklearnego jest to, że musisz mieć odpowiednie miejsce, do którego uda ci się dość szybko dostać.

Najlepszy byłby schron, jeżeli jednak takiego nie ma blisko w okolicy, to może masz w domu piwnicę, w której możesz się ewentualnie schronić.

Jeżeli nie posiadasz piwnicy, znajdź miejsce, gdzie są grube betonowe ściany, za którymi możesz się schować i w którym możesz pozostać, im ściany grubsze, tym lepiej.

W tym wypadku dobre są miejsca, takie jak sam środek domu gdzie dzieli cię wiele ścian od zewnątrz.

Pamiętaj jeżeli wybierasz takie miejsce, odstęp od twojego miejsca zamieszkania nie powinien być dłuższy niż 5 minut drogi, ponieważ po wybuchu przejdzie fala uderzeniowa, a następnie pojawi się pył radioaktywny, i ten jest dla nas bardzo niebezpieczny. Droga nie może więc być zbyt długa, by dostać się do bezpiecznego miejsca.

2. Co Trzeba Mieć W Domu

Przede wszystkim potrzebujesz zgromadzić wcześniej wodę.

Woda jest najważniejszą rzeczą, którą będziesz potrzebować, ponieważ przez pierwsze 48 godzin, a najlepiej dłużej nie powinieneś absolutnie opuszczać miejsca, w którym się schroniłeś, ponieważ wtedy promieniowanie jest najwyższe przez unoszący się pył radioaktywny.

Nie powinieneś również po wybuchu pić wody z kranu, bo prawdopodobnie miejsce ujęcia wody zostało również skażone, wtedy piłybyś radioaktywną wodę, a tej nie wolno absolutnie używać!

Również nie wolno myć się w niej, czyli ręce precz od kranu!!!

Dla pewności licz około 5-6 litrów wody na osobę na dzień!

Jeśli faktycznie trwa atak nuklearny, wyjście po jedzenie nie będzie bezpieczne – pozostań w chronionym miejscu przez co najmniej 48 godzin, najlepiej dłużej. Posiadanie zapasów żywności i środków medycznych, może pomóc ci zachować spokój ducha i jednocześnie pozwala Ci się skupić na innych aspektach przetrwania.

Następnie będziesz potrzebować żywności. Tutaj najlepsze są konserwy w zwykłych metalowych puszkach, ponieważ podczas wybuchu różne rzeczy w domu mogą się przewracać. Może dojść do uszkodzenia, na przykład szklanych słoików.

Do produktów sypkich będziesz potrzebować dodatkowej wody oraz energii, żeby je ugotować, prawdopodobnie po wybuchu nie będzie dostępna elektryczność ani gaz. Więc jeżeli chcesz używać produktów sypkich, które trzeba gotować, musisz zaopatrzyć się wcześniej w kuchenkę na kartusze gazowe lub inną metodę gotowania, na przykład piec opalany drewnem oraz musisz zgromadzić odpowiednią większą ilość wody, która będzie ci potrzebna, żeby ugotować żywność.

Posiadanie kilku środków medycznych może oznaczać różnicę między życiem a śmiercią, jeśli zostaniesz ranny podczas ataku. Potrzebujesz: Apteczkę- możesz ją kupić gotową, ale możesz też zrobić własną. Będziesz potrzebować wysterylizowanej gazy i bandażu, maści z antybiotykiem, rękawiczek lateksowych, nożyczek, pęsety, termometru i koca.

Broszura z instrukcją pierwszej pomocy: kup ją od organizacji takiej jak Czerwony Krzyż lub stwórz własną, pobierając informacje z internetu i drukując je.

Musisz wiedzieć, jak zabandażować rany, jak wykonać reanimację krążeniowo-oddechową, jak leczyć wstrząsy i jak leczyć oparzenia. Leki na receptę lub środki pomocnicze: Jeśli musisz codziennie zażywać określone leki, postaraj się zgromadzić małe zapasy tych najpotrzebniejszych.

Powinieneś również mieć ubrania ochronne. Jeżeli takich nie posiadasz, zaopatr się po prostu w grube ubrania. Najlepiej po parę warstw tak zwane ubieranie się na cebulkę.

Również powinieneś mieć przygotowane coś, czym będziesz mógł zasłonić okna na przykład deski, płyta metalowa, itd.

Warto również mieć maskę przeciwgazową, która również może nam się przydać lub przynajmniej maski przeciwpyłowe.

Powinieneś mieć także okulary ochronne.

Bardzo ważne jest też radio na baterie lub na korbkę. Jeżeli wybierzesz radio na baterie, musisz zgromadzić odpowiedni zapas baterii. Radio będzie ci potrzebne, ponieważ będą nadawane przez nie komunikaty wojskowe o ewentualnej ewakuacji lub skażeniu, powinno ono być ciągle włączone po ewentualnym ataku.

Przyda się również coś do oświetlania miejsca, w którym się schronisz. Nie zawsze dobrym pomysłem są tutaj świece, ponieważ dom trzeba będzie bardziej uszczelnić ze względu na radioaktywny pył, który wszędzie wchodzi. Co skutkuje tym, że będziemy mieli mniej tlenu w danym pomieszczeniu, a jak wiemy, ogień zużywa tlen i wtedy może dojść do zatrucia tlenkiem węgla, więc odpowiednie byłyby tutaj po prostu elektryczne lampki na powerbanki, baterie tego typu rzeczy.

Gwizdek: możesz go użyć, aby wezwać pomoc.

Folia z tworzywa sztucznego i taśma klejąca do ewentualnego uszczelnienia domu.

Worki na śmieci.

Chusteczki nawilżane do higieny osobistej.

Licznik Geigera. Jeżeli nie masz osobnego, możesz skorzystać z licznika Geigera, który jest wbudowany w tester żywności, który wcześniej wam polecałismy. Jeżeli go posiadasz, to możesz sprawdzać nim również ilość promieniowania radioaktywnego, ponieważ taka opcja jest w nim dostępna.

3. Rozważ Ryzyko

Oceń swoje ryzyko i rozważ ewakuację, jeśli prawdopodobieństwo ataku nuklearnego jest wysokie. Jeśli ewakuacja nie wchodzi w grę, zwróć

uwagę na to, gdzie będziesz się ukrywać. Bądź świadomy potencjalnie ważnych celów, określ odległość od nich i odpowiednio zaplanuj.

Lotniska i bazy morskie, zwłaszcza te, o których wiadomo, że zawierają bomby nuklearne, okręty podwodne z raketami międzykontynentalnymi lub składowiska rakiet.

Miejsca te z pewnością zostaną zaatakowane nawet podczas ograniczonego uderzenia nuklearnego.

Porty handlowe i pasy startowe.

Są to prawdopodobne cele, nawet podczas ograniczonego uderzenia nuklearnego, a z pewnością są celem podczas wojny nuklearnej na pełną skalę.

Centra rządowe są prawdopodobnie celem podczas ograniczonego ataku nuklearnego, ale z pewnością celem podczas totalnej wojny nuklearnej.

Duże miasta przemysłowe i obszary o dużej gęstości zaludnienia. Są to prawdopodobne cele podczas totalnej wojny nuklearnej.

Różne rodzaje broni jądrowej:

Bomby jądrowe (bomby atomowe) są najbardziej podstawową bronią jądrową i są częścią innych klas broni. Siła tych bomb pochodzi z rozszczepienia jąder (pluton i uran) za pomocą neutronów; podczas rozszczepienia atomy uranu i plutonu generują duże ilości energii i więcej neutronów. Te neutrony potomne powodują bardzo szybką reakcję łańcucha jądrowego. Bomby jądrowe to jedyny rodzaj broni jądrowej, jaki do tej pory był używany na wojnie. To najbardziej prawdopodobny wybór bomby dla terrorystów.

Bomby termojądrowe (bomby wodorowe) wykorzystują intensywne ciepło bomby atomowej jako zapłon; deuter i tryt (izotopy wodoru) są sprężane i podgrzewane, co powoduje ich stopienie i wytwarzanie ogromnych ilości energii.

Broń fuzyjna jest znana jako broń termojądrowa, ponieważ do fuzji deuteru i trytu wymagane są bardzo wysokie temperatury.

Taka broń jest zwykle setki razy potężniejsza niż bomby, które zniszczyły Nagasaki i Hiroszimę. Większość arsenałów strategicznych USA i Rosji składa się z tego typu bomb.

4. Wybuch

Kiedy nastąpi atak nuklearny, natychmiast znajdź bezpieczne schronienie. Oprócz geopolitycznych znaków ostrzegawczych pierwszym ostrzeżeniem o zbliżającym się ataku nuklearnym będzie prawdopodobnie alarm lub inny sygnał ostrzegawczy, jeśli nie, to będzie sama eksplozja. Jasne światło generowane przez detonację broni jądrowej można zobaczyć z wielu kilometrów. Jeśli jesteś w pobliżu wybuchu, twoje szanse na przeżycie są bardzo małe, chyba że twoja kryjówka zapewnia bardzo (BARDZO) dobrą ochronę. Jeśli jesteś kilka kilometrów od niego, będziesz miał około 10-15 sekund, aby fala gorąca do ciebie dotarła i może 20-30 sekund, aby fala uderzeniowa dotarła. Nigdy nie patrz prosto w kulę ognia. Może to wywołać tymczasową ślepotę z dużej odległości, a z bliższej trwałą ślepotę!!!!

Tu chyba nie muszę ci mówić, że będąc niewidomym szanse na przetrwanie, są praktycznie od razu bliskie zeru...

Postaraj się jak najszybciej schować za czymkolwiek tylko nie za szybami, ponieważ te mogą pękać i mogą cię mocno pokaleczyć.

Najlepiej schowaj się za ścianą lub pod stołem, lub łóżkiem.

Konieczniewie zakryj twarz i oczy. Jak masz pod ręką wełniany koc, zarzuć go na siebie!

Jeżeli jesteś w samochodzie, schyl głowę jak najniżej i przeczekaj, aż fale przejdą. Zamknij okna i wyłącz wentylacje i włącz wewnętrzny obieg powietrza. A następnie udaj się jak najszybciej do bezpiecznego miejsca, w którym musisz pozostać przez przynajmniej 48 godz.

Gdy jesteś pieszo w terenie i nie możesz znaleźć schronienia, znajdź niżej położony obszar w pobliżu, połóż się płasko na brzuchu i zminimalizuj ekspozycję skóry. Jeżeli jest jakiś większy kamień, schowaj się za nim.

Jeśli nie ma takiego obszaru, kop dziurę w ziemi jak najszybciej i schowaj się tam, leżąc na brzuchu.

W odległości 8 km dostaniesz oparzeń termicznych trzeciego stopnia, a ciepło może poparzyć skórę nawet w odległości 32 km. Dodatkowo podmuch wiatru osiąga prędkość około 90 km na godzinę i zniszczy wszystko i wszystkich na swojej drodze.

W przypadku braku którejkolwiek z powyższych opcji, a wokół ciebie jest jakieś zabudowanie, wejdź do niego, ale tylko wtedy, gdy masz pewność, że budynek wytrzyma uszkodzenia spowodowane wstrząsem i gorącem. To przynajmniej da ci pewną ochronę przed promieniowaniem. To, czy jest to dobra opcja, zależy od konstrukcji budynku i odległości od potencjalnego celu ataku nuklearnego.

Trzymaj się z dala od okien, najlepiej idź do pokoju bez okna; nawet jeśli budynek nie zostanie uszkodzony, eksplozja nuklearna wybije okna z ogromnych odległości. Na przykład: (nienormalnie duża) próba nuklearna na rosyjskich wyspach Nowa Ziemia wybiła szyby w Finlandii i Szwecji.

Sprawdź, czy w Twoim miejscu zamieszkania znajduje się schron przeciwlotniczy. Jeśli nie, ustal, gdzie znajduje się wspólny schron przeciwlotniczy w Twoim mieście/wiosce/dzielnicy i jak się tam dostać.

Pamiętaj kiedy syreny wyjdą, radzimy poinformować osoby, które nie słyszą alarmu (osoby niesłyszące), a następnie włącz radio.

Upewnij się, że w pobliżu nie znajdują się żadne łatwopalne substancje i łatwopalne materiały. Tkaniny, takie jak nylon i inne materiały na bazie oleju, zapalą się pod wpływem ciepła.

Pamiętaj, że narażenie na promieniowanie może spowodować poważne obrażenia, a nawet śmierć.

Pierwsza (natychmiastowa) fala promieniowania. Jest to promieniowanie uwalniane w momencie wybuchu. Jest krótkotrwałe i nie zajdzie daleko. Ze względu na duży zasięg nowoczesnej broni jądrowej uważa się, że ta fala zabije niewielu ludzi, którzy jeszcze nie zginęli w tej samej odległości od samego wybuchu lub od gorąca.

Promieniowanie szczątkowe- znane jako „opad” wystąpi, jeśli eksplozja nastąpiła na powierzchni lub jeśli kula ognia uderzy w powierzchnię, wtedy uwalniana jest duża ilość promieniowania szczątkowego. Pył i żwir, które zostały wyrzucone do atmosfery, opadają z powrotem, przynosząc ze sobą niebezpieczne ilości promieniowania. Opad ten może mieć postać skażonej czarnej sadzy, zjawisko to nazywane jest czarnym deszczem. Jest on bardzo zabójczy i może być bardzo gorący, infekuje on wszystko, czego dotknie. Gdy przeżyjesz podmuch i pierwszą falę promieniowania (w tej chwili objawy promieniowania mają okres inkubacji), musisz znaleźć ochronę przed palącą czarną sadzą.

Zanim przejdziemy dalej, wspomnijmy o trzech różnych typach:

Cząstki alfa. Są to najslabsze i praktycznie nie stanowią zagrożenia podczas ataku. Cząsteczki alfa unoszą się w powietrzu tylko przez kilka centymetrów, zanim zostaną wchłonięte przez atmosferę. Są praktycznie nieszkodliwe przy kontakcie z zewnątrz, ale są śmiertelne, jeśli zostaną połknięte lub wdychane. Zwykła odzież chroni przed cząstkami alfa.

Cząstki beta: są szybsze niż cząstki alfa, a także rozprzestrzeniają się dalej. Mogą poruszać się do 10 metrów, zanim zostaną wchłonięte przez atmosferę. Narażenie na cząstki beta nie jest śmiertelne, chyba że byłeś narażony na nie przez długi czas; może to prowadzić do oparzeń popromiennych, które przypominają bolesne oparzenia słoneczne. Stanowią jednak poważne zagrożenie dla oczu, jeśli są narażone na nie przez dłuższy czas. Cząsteczki te są również bardzo szkodliwe po spożyciu i wdychaniu, a także tutaj zwykła odzież pomoże zapobiegać oparzeniom popromiennym.

Promienie gamma: promienie gamma są najbardziej zabójcze. Promieniowanie to może przemieszczać się w powietrzu około 1,5 km i promieniować przez prawie każdy rodzaj ochrony. Promienie gamma powodują poważne uszkodzenia narządów wewnętrznych, nawet z zewnątrz. Wymaga to szczególnej ochrony.

Współczynnik ochrony schronu informuje o tym, o ile mniej promieniowania dana osoba otrzymuje wewnątrz schronu w porównaniu z obszarem na zewnątrz. Na przykład współczynnik ochrony przed

promieniowaniem 300 oznacza, że wewnątrz schronu będziesz narażony na promieniowanie 300 razy mniejsze niż na zewnątrz. Unikaj ekspozycji na promienie gamma. Staraj się nie być narażonym na nie dłużej niż 5 minut.

Jeśli jesteś na wsi, spróbuj znaleźć jaskinię lub kłodę, do której możesz się wczłgać. Jeśli nie, wykop dół, w którym możesz się położyć, z nagromadzoną ziemią wokół siebie.

Pamiętaj jednak. Rzeczywisty zasięg uszkodzeń jest bardzo zmienny w zależności od wielkości bomby, wysokości wybuchu, a nawet warunków pogodowych w momencie detonacji.

5. Wzmocnij Ochronę

Wzmocnij swoje schronienie od wewnątrz, układając ziemię lub inne materiały pod ścianami. Jeśli jesteś w dole, zrób dach, ale tylko wtedy, gdy materiały są blisko; nie narażaj się niepotrzebnie. Dach nawet z namiotu zapobiega spadaniu na ciebie radioaktywnego opadu, ale nie chroni przed promieniami gamma. Na podstawowym poziomie fizycznym nie jest możliwe zabezpieczenie się przed wszelkim promieniowaniem. Możesz ograniczyć ekspozycję tylko do akceptowalnego poziomu. Ważna zasada tutaj im grubsze ściany, tym lepiej, lub im głębiej w ziemi, tym lepiej.

Przygotuj się na pobyt w schronie przez minimum 48 godzin (2 dni). Nigdy nie opuszczaj schronienia w ciągu pierwszych 48 godzin. Ma to na celu uniknięcie produktów jądrowych powstałych w wyniku wybuchu jądrowego. Najbardziej śmiertelnym z tych produktów jest radioaktywny jod. Na szczęście pierwiastek ten ma dość krótki okres półtrwania wynoszący 8 dni (tyle czasu zajmuje w jego połowie rozpad na bezpieczniejsze izotopy). Pamiętaj, że nawet po 8-9 dniach nadal będzie dużo radioaktywnego jodu, więc zminimalizuj ekspozycję.

Zmniejszenie pierwotnej kwoty do 0,1% tej kwoty może potrwać do 90 dni.

Inne produkty rozszczepienia jądrowego to cez i stront. Mają one dłuższy okres półtrwania, odpowiednio 30 i 28 lat. Są również dobrze przyswajane przez żywe organizmy, co czyni je niebezpiecznymi do jedzenia przez dziesięciolecia. Te pierwiastki mogą się przenosić tysiące kilometrów na wietrze, więc nie myśl, że jesteś bezpieczny na odludziu.

Jeżeli podczas wybuchu byłeś na zewnątrz i udało ci się szybko wrócić do swojej kryjówki, pierwsze co musisz zrobić natychmiast rozebrać się do naga, wszystkie ubrania, które miałeś na sobie, wrzucasz do plastikowej torby na śmieci i wyrzucasz jak najdalej od domu. Później natychmiast musisz się porządnie umyć !!uwaga!! Nie używaj do tego wody z kranu, ponieważ ta może również być skażona, najlepiej użyć do tego wody, którą zgromadziłeś wcześniej.

Umyj porządnie włosy, ale nie używaj odżywkki do włosów, ponieważ ta dodatkowo może wiązać pierwiastki promieniotwórcze.

Wyczyść porządnie nos, wyczyść uszy, ponieważ radioaktywny pył gromadzi się w każdym zakamarku naszego ciała.

Następnie zasłoń porządnie okna przygotowanymi wcześniej materiałami.

Jeżeli nie masz wody, możesz skorzystać z wody w bojlerze lub spłuczki w toalecie, niektórzy zalecają tu nawet wodę z kaloryfera, jednak ja bym ją najpierw zdestylował, bo może być też niebezpieczna do picia.

6. Racionuj

Będziesz musiał racionować, aby przetrwać i ostatecznie nie wystawić się na promieniowanie (chyba że znajdujesz się w specjalnym schronie przeciwbombowym, z jedzeniem i wodą).

Przetworzona żywność jest bezpieczna do spożycia, o ile pojemnik nie ma dziur i jest stosunkowo nienaruszony.

Można jeść zwierzęta, ale trzeba je starannie oskórować, a serce, wątrobę i nerki wyrzucić. Staraj się nie jeść mięsa z kością, ponieważ szpik kostny zachowuje promieniowanie.

Jak jeść gołębia?

Jak jeść dzikiego królika?

Warto już wcześniej poszukać tych informacji.

Możesz jeść rośliny w strefie zagrożenia; szczególnie polecane są te, które mają jadalne korzenie (takie jak marchew i ziemniaki). Użyj licznika Geigera, aby określić, czy możesz zjeść roślinę.

Otwarte źródła wody mogą być zanieczyszczone cząstkami opadu i są szkodliwe. Najlepszym rozwiązaniem jest woda z podziemnego źródła, takiego jak naturalna studnia lub studnia przykryta. Używaj wody ze strumieni i jezior tylko wtedy, gdy naprawdę nie masz innego wyjścia. Utwórz filtr, wykopując dziurę około 40 cm od brzegu i użyj wody, która przesącza się do twojej dziury. Woda może być mętna, więc daj osadowi trochę czasu na opadnięcie. Następnie zagotuj wodę, aby zabić wszelkie bakterie. Kiedy jesteś w budynku, woda jest zwykle bezpieczna, użyj wody już w rurach, otwierając kran w najwyższym punkcie domu, aby wpuścić powietrze do rur, a następnie otwórz kran w najniższym punkcie, aby spuścić wodę.

Więcej metod znajdziesz w książce na ciężkie czasy.

7. Ochrona Na Zewnątrz

Jeżeli musisz z jakichś powodów wyjść na zewnątrz czego nie powinieneś robić, ubierz gruba odzież lub odzież ochronna, załóż kaptur lub czapkę ubierz maskę przeciwpyłową, lub gazowa, ubierz okulary ochronne.

Jeżeli nie masz maski, użyj nawet koszulki namoczonej w wodzie, którą zasłonisz nos i usta by zatrzymała radioaktywny pył.

Robisz to po to, aby chronić przed oparzeniami popromiennymi.
Cząsteczki osadzone na skórze ostatecznie powodują oparzenia.

**PAMIĘTAJ, MAKSYMALNIE MOŻESZ WYSTAWIĆ SIĘ 15 MINUT A I
TO MOŻE JUŻ MIEĆ POWAŻNE SKUTKI!!!!**

Najlepsze są białe ubrania, które nie przyjmują tyle promieniowania, co inne kolory!

Pamiętaj o kwaśnych deszczach, które będą występować po wybuchu, są one śmiertelnie toksyczne, unikaj ich za wszelką cenę i wtedy nie wychodź na zewnątrz!!!

Później (po kilku dniach) najlepiej mieć ze sobą licznik Geigera, który pomoże ci bezpiecznie poruszać się na zewnątrz.

Za przykład możemy tutaj wziąć osadników z Czarnobyla, którzy dokładnie wiedzą już, w których miejscach promieniowanie jest nadal wysokie. Jest tam obecnie wiele miejsc, w których nie ma wcale już promieniowania, jednak czasem jest małe miejsce o średnicy nawet kilkudziesięciu centymetrów, w którym promieniowanie jest bardzo silne. Takich miejsc należy unikać.

8. Oparzenia

Drobne oparzenia: znane również jako oparzenia beta (choć mogą być spowodowane przez inne cząsteczki).

Zanurz takie oparzenia w zimnej wodzie, aż ból ustąpi (zwykle 5 minut). Jeśli na skórze tworzą się pęcherze, skóra zwęglą się lub pęka; przemyj ją zimną wodą, aby usunąć zanieczyszczenia, a następnie przykryj sterylnym kompresem, aby zapobiec infekcji. Pozostaw pęcherze nienaruszone!

Jeśli nie tworzą się pęcherze, a skóra nie zwęgla się ani nie pęka, nie zakrywaj jej. Nawet jeśli dotyczy dużej części skóry (podobnie jak oparzenie słoneczne).

Umyj dotknięty obszar i nałóż proszek MSM lub roztwór sody oczyszczonej i wody, jeśli jest dostępny.

Jednak wystarczająca jest również wilgotna (niezanieczyszczona) glina typu bentonit, zielona glina czy zeolit.

Poważne oparzenie: Znane jako oparzenie termiczne, ponieważ jest spowodowane głównie intensywnym ciepłem wybuchu, a nie cząstkami jonizującymi, chociaż może to być również spowodowane przez to. Takie oparzenie może zagrażać życiu; wszystko staje się czynnikiem: utrata płynów, wstrząs, uszkodzenie płuc, infekcja itp. Wykonaj poniższe czynności, aby leczyć poważne oparzenia.

Chronić oparzenia przed dalszym zanieczyszczeniem.

Jeśli na spalonym obszarze znajduje się jakakolwiek odzież, delikatnie ją przytnij. Nie próbuj zdejmować odzieży przyczepionej do oparzenia.

Nie próbuj naciągać ubrania na oparzenie.

Nie nakładaj maści na oparzenie.

Wezwać pogotowie ratunkowe.

Oparzoną skórę umyć delikatnie, tylko wodą.

Nie używaj standardowego sterylnego kompresu, który nie jest przeznaczony do oparzeń.

Opatrunki nieprzywierające na oparzenia (i wszystkie inne środki medyczne) mogą być niedostateczne.

Odpowiednią alternatywą jest użycie folii plastikowej (zwanej również folią spożywczą), jest ona sterylna, nie przykleja się do poparzonej skóry i jest powszechnie dostępna.

Unikaj szoku. Wstrząs to stan, w którym do ważnych narządów i tkanek nie napływa wystarczająca ilość krwi. Nieleczony może być śmiertelny. Wstrząs jest zwykle wynikiem nadmiernej utraty krwi, głębokich oparzeń lub reakcji na pojawienie się rany, lub krwi.

Jego oznakami są niepokój, pragnienie, blada skóra i szybkie bicie serca. Osoba może się pocić, a skóra jest zimna i wilgotna, gdy się zaostrzy, oddech zmienia się w krótkie i szybkie wdechy lub westchnienia, a osoba może patrzeć, jakby była nieobecna.

Co robić: utrzymywanie prawidłowego tętna i oddychania poprzez masowanie klatki piersiowej i ułożenie osoby tak, by mogła swobodnie oddychać. Poluzuj obcisłe ubranie i uspokój tę osobę. Bądź surowy, ale przyjazny i pewny siebie.

Jeżeli to możliwe wezwij jak najszybciej pogotowie ratunkowe.

9. Pomoc

Możesz bezpiecznie pomóc osobom z chorobą popromienną lub zespołem popromiennym. Nie jest ona zaraźliwa i zależy wyłącznie od ilości promieniowania, na które osoba została narażona.

Zapoznaj się z jednostkami promieniowania. (Gy (szary) =jednostka stosowana do pomiaru pochłoniętej dawki promieniowania jonizującego).

1 Gy=100 rad. Sv (Sievert) =jednostka dawki równoważnej, 1 Sv=100 REM. Dla uproszczenia 1 Gy oznacza zwykle do 1 Sv).

Mniej niż 0,05 Gy: brak widocznych objawów.

0,05-0,5 Gy: Tymczasowo zmniejszona liczba czerwonych krwinek.

0,5-1 Gy: zmniejszona produkcja komórek odpornościowych; podatny na infekcje; nudności, ból głowy i wymioty są powszechne. Taka ilość promieniowania może zwykle przetrwać bez leczenia.

1,5-3 Gy: 35% narażonych osób umiera w ciągu 30 dni. (LD 35/30)
Nudności, wymioty i wypadanie włosów na całym ciele.

3-4 Gy: ciężkie zatrucie popromienne, 50% umiera po 30 dniach (LD 50/30). Inne objawy są podobne do dawki 2–3 Sv, z nieustannym krwawieniem z ust, pod skórą i w nerkach (50% szansy przy 4 Sv) po fazie utajonej.

4-6 Gy: ostre zatrucie popromienne, 60% umiera po 30 dniach (LD 60/30). Śmiertelność wzrasta z 60% przy 4,5 Sv do 90% przy 6 Sv (chyba że istnieje intensywna opieka medyczna). Objawy zaczynają się od pół godziny do godziny po zakażeniu i trwają do 2 dni. Po tym następuje faza utajona trwająca od 7 do 14 dni, po której pojawiają się objawy, takie jak napromieniowanie 3-4 Sv, ale potem bardziej nasilone. W tym momencie kobiety często stają się bezpłodne. Głównymi przyczynami zgonu (zwykle od 2 do 12 tygodni po zakażeniu) są infekcje i krwawienia wewnętrzne.

6-10 Gy: ostre zatrucie popromienne, śmiertelność prawie 100% po 14 dniach (LD 100/14). Przeżycie zależy od intensywnej opieki medycznej. Szpik kostny jest całkowicie lub prawie całkowicie zniszczony, dlatego konieczny jest przeszczep szpiku kostnego. Tkanka żołądka i jelit jest poważnie uszkodzona. Objawy zaczynają się od 15 do 30 minut po zakażeniu i trwają do 2 dni. Następnie następuje utajony okres od 5 do 10 dni, po którym osoba umiera z powodu infekcji lub krwawienia wewnętrznego. Powrót do zdrowia potrwałby kilka lat i nigdy nie będzie kompletny.

Devair Alves Ferreira otrzymał dawkę około 7,0 Sv podczas wypadku w Goiânia i przeżył, częściowo dzięki frakcjonowanej ekspozycji.

12-20 REM: na tym etapie śmiertelność wynosi 100%; objawy pojawiają się natychmiast. Układ pokarmowy jest całkowicie zniszczony. W jamie ustnej, pod skórą i w nerkach dochodzi do nieustannego krwawienia. Zmęczenie i poczucie choroby zbierają żniwo. Objawy są takie, jak opisano wcześniej, ale są bardziej nasilone. Wyzdrowienie nie jest możliwe.

Ponad 20 REM. Te same objawy pojawiają się natychmiast, ale intensywniej, po czym ustępują na kilka dni. Jest to faza utajona, po której dochodzi do ostrej śmierci komórek układu pokarmowego, której towarzyszy utrata płynów i nadmierne krwawienie. Śmierć zaczyna się od majaczenia i szaleństwa. Jeśli mózg nie może już kontrolować najważniejszych funkcji organizmu, takich jak oddychanie i krążenie krwi, osoba umiera. Żadne leczenie medyczne nie jest możliwe. Można zapewnić jedynie opiekę paliatywną.

Niestety będziesz musiał pogodzić się z tym, że ktoś może wkrótce umrzeć. Może wydawać się to trudne, ale nie marnuj racji żywnościowych i zapasów na umierających. Zachowaj racje żywnościowe dla tych, którzy są zdrowi i sprawni, na wypadek, gdyby zapasy były ograniczone.

Choroba popromienna najbardziej dotknie dzieci, osoby starsze i chore.

Jeżeli już dostaliśmy jakąkolwiek dawkę promieniowania, możemy skorzystać z następujących rzeczy, które pomogą nam usunąć cząsteczki radioaktywne.

Przede wszystkim jest to zeolit i bentonit, które pomagają usuwać radioaktywność z organizmu. Możemy również się nimi nasmarować podczas mycia gdy wrócimy z zewnątrz.

Kolejną ważną rzeczą jest tutaj aronia. Bardzo często Rosjanie stosowali aronie w chorobach popromiennych. Uwaga, ponieważ obniża ciśnienie krwi!

Bardzo ważne jest tutaj również OPC, czyli ekstrakt z pestek winogron, które również bardzo często jest stosowane w chorobach popromiennych, ale także stosuje się je, jeżeli wykonujemy jakieś prześwietlenia czy tomografy, ponieważ pomaga chronić zdrowe komórki w naszym organizmie przed promieniowaniem.

Kolejną ważną rzeczą jest witamina C, która jak wiadomo jest antyoksydantem i pomaga w regeneracji naszego organizmu.

Dodatkowo możemy korzystać jeszcze z takich roślin jak:

Szczaw

Szpinak

Salata

Jałowiec

Sezam

Korzeń łopianu

Trawa cytrynowa

Różaniec górski

Żeń-szeń

Możemy też jeść owoce morza, które również zawierają jod.

Możemy w domu również rozpylać solanki z jodem.

10. Urządzenia Elektryczne

Chroń podstawowe urządzenia elektryczne przed porażeniem elektromagnetycznym. Broń nuklearna zdetonowana na dużej wysokości spowoduje wstrząs elektromagnetyczny, który może zniszczyć cały sprzęt elektroniczny i elektryczny. Przynajmniej usuń wszystkie wtyczki z gniazdek elektrycznych i odłącz anteny.

Radia i latarki należy umieszczać w szczelnie zamkniętym metalowym pojemniku (klatka Faradaya), co może chronić je przed porażeniem

elektromagnetycznym, o ile przedmioty znajdujące się w pojemniku nie mają kontaktu z pojemnikiem. Metalowa osłona musi być całkowicie wokół obiektu i pomaga, jeśli pojemnik jest uziemiony.

Chronione obiekty muszą być odizolowane od przewodzącego pojemnika, ponieważ porażenie elektromagnetyczne może nadal generować napięcia w całkowicie zamkniętym obwodzie. Owiń mocno urządzenia kocem grzewczym, gumą, kartonem, lub zamknij w drewniane pudełko, nim włożysz je bezpośrednio do metalowej skrzyni. Inną metodą jest owinięcie kartonu folią miedzianą lub aluminiową. Umieść w nim urządzenie i upewnij się, że folia jest uziemiona.

11. Kolejne Ataki

Przygotuj się na kolejne ataki. Atak nuklearny raczej nie będzie wyjątkową sytuacją. Przygotuj się na następny atak (ataki) ze strony wrogich krajów lub na inwazję kraju atakującego.

O ile absolutnie nie potrzebujesz materiałów do przetrwania, utrzymuj schron przeciwbombowy lub miejsce schronienia w stanie nienaruszonym. Zbierz całą dostępną czystą wodę i żywność.

Jeśli jednak atakujący ponownie zaatakuje, prawdopodobnie zrobi to w innej części kraju. Jeśli to wszystko nie zadziała, idź i zamieszkaż w jaskini 😊😊😊.

12. Jod

Tabletki z jodem: dla kogo, po co i kiedy?

Doniesienia prasowe o broni jądrowej wywołały dodatkowe zainteresowanie tabletkami z jodem i płynem Lugola. Belgia od pewnego

czasu zaleca niektórym grupom docelowym posiadanie tabletek jodu w domu, ale z pewnością nie ma teraz sensu brać zapobiegawczych tabletek jodowych.

Kto powinien dostawać tabletki jodowe (zalecenia rządu belgijskiego)? Im jesteś młodszy, tym bardziej prawdopodobne jest, że zachorujesz na raka tarczycy z radioaktywnego jodu. Im bliżej miejsca jądrowego, tym większe potencjalne narażenie na radioaktywny jod w przypadku jądrowym. Dlatego w całym kraju zaleca się zaopatrzenie w tabletki jodowe w domu, najłabszym grupom: rodzinom z dziećmi i młodzieżą do 18 roku życia, kobietom w ciąży i karmiącym piersią.

W strefie 20 km wokół elektrowni jądrowych (10 km przed IRE Fleurus), oprócz grup wrażliwych, wszyscy pozostali mieszkańcy powinni mieć w domu tabletki jodowe. W idealnym przypadku każda rodzina i każda społeczność (firma, szkoła, żłobek, szpital, supermarket itp.) powinna mieć zapas tabletek jodu w tej strefie.

Poza strefą 20 kilometrów wokół elektrowni jądrowych (10 kilometrów przed IRE Fleurus), w pozostałej części kraju, innymi słowy, oprócz grup wrażliwych, spółdzielni, w których przebywają dzieci (żłobki, szkoły, instytucje młodzieżowe...) zaleca się posiadanie tabletek jodu.

Obywatele, którzy nie należą do tych konkretnych grup docelowych, nie powinni zażywać tabletek jodu w domu, ponieważ ryzyko gwałtownie spada wraz z wiekiem i odległością od zdarzenia. Na własne życzenie mogą otrzymać w aptece pudełko tabletek jodowych.

Kiedy należy profilaktycznie przyjmować tabletki jodowe?

Optymalny czas przyjmowania tabletek to do 6 godzin przed ekspozycją na radioaktywny jod (blokada wychwyty radioaktywnego jodu jest wtedy bliska 100%).

W typowym incydencie jądrowym przejście chmury radioaktywnej może zająć kilka godzin, a gromadzenie się radioaktywnego jodu w tarczycy może być postępujące. W rezultacie jodek potasu może nadal działać ochronnie, jeśli zostanie przyjęty później, nawet do 3 do 4 godzin po rozpoczęciu narażenia (blokada wychwyty radioaktywnego jodu wynosi około 60% po spożyciu po 3 godzinach).

Jeśli pojedyncza dawka zostanie przyjęta zbyt wcześnie, działanie profilaktyczne może być niewystarczające. Jeśli podanie stabilnego jodu nastąpi o wiele za późno (np. ponad 48 godzin po zakończeniu ekspozycji), może to wywołać efekt odwrotny do zamierzonego, zwiększając dawkę do tarczycy.

Dlatego tabletki z jodem powinny być przyjmowane tylko wtedy, gdy rząd wyraźnie zaleci to przez radio, telewizję, internet, SMS-y lub głośniki.

Jakie są przeciwwskazania do przyjmowania tabletek jodowych?

Nie zaleca się przyjmowania tabletek jodowych w:

nadwrażliwość na jod (często błędnie nazywana „alergią na jod”),

opryszczkowe zapalenie skóry,

hipokomplementarne zapalenie naczyń,

pęcherzyca zwykła

i inne...

Przeciwwskazanie względne, głównie u osób starszych:

wole (wole rozproszone, jedno- lub wieloguzkowe)

Morbus Graves-Basedow (aktywny lub w fazie remisji)

Przebyte lub istniejące zaburzenia tarczycy u dzieci, młodzieży i młodych dorosłych nie są bezwzględnym przeciwwskazaniem. O ile lekarz prowadzący nie zdecyduje inaczej, może przyjmować tabletki jodowe i jednocześnie, w stosownych przypadkach i zawsze w porozumieniu z lekarzem prowadzącym, kontynuować przyjmowanie leków na samą chorobę tarczycy. U tych pacjentów zaleca się aktywne monitorowanie czynności tarczycy po zażyciu tabletek.

Zjawisko „alergii na jod” często wydaje się mylone z realnym problemem alergii na środki kontrastowe stosowane w obrazowaniu medycznym lub z drażniącymi reakcjami na środki dezynfekujące. Reakcje alergiczne na jodek potasu lub jod z poważnymi konsekwencjami, choć nie do końca wykluczone, są niezwykle rzadkie.

Reakcje nadwrażliwości mogą być częstsze, ale ponieważ zwykle nie są poważne, nie przeważają nad wysokim ryzykiem raka tarczycy w wyniku narażenia na radioaktywny jod w grupach wrażliwych.

Ogólnie ustalono, że w razie realnego zagrożenia, gdy rząd zaleci można przyjąć **1%-owy** płyn Lugola,

osoby dorosłe przyjmują jednorazowo 120 kropli,

dzieci 3-18 lat 60 kropli,

niemowlęta 30 kropli,

dzieci młodsze niż miesiąc 15 kropli.

Dawkowanie jodku potasu w zagrożeniach.

Jeśli chodzi o jodek potasu w tabletkach (po 130 mg).

dorośli- 130 mg,

dzieci 3-18 lat 65 mg,

niemowlęta 32 mg

dzieci młodsze niż 1 miesiąc 16 mg.

1% płyn Lugola zawiera w 1 g roztworu 25 mg jodu a w kropli 0,825 mg jodu.

Jednak mocno ostrzegam przed stosowaniem jodu w takich ilościach na własną rękę, tym bardziej w sytuacjach wątpliwego zagrożenia!

Koniecznienie porozumcie się z lekarzem, zanim zażyjecie taką dawkę!

Nadmiar jodu może być dla organizmu szkodliwy, szczególnie dla naszej tarczycy. Poza tym pojawić się mogą reakcje alergiczne, wysypka, obrzęk narządów limfatycznych, biegunka, objawy grypopodobne, duszność i inne niekorzystne efekty!!!

13. Podsumowanie

Upewnij się, że myjesz prawie wszystko, zwłaszcza jedzenie, nawet jeśli znajdowało się w schronie przeciwbombowym.

Upewnij się, że nikt nie wie ile i co masz.

Czekamy na armię! Pojawią się w pewnym momencie, podobnie jak wielu ludzi w kombinezonach gazowych itp., ale upewnij się, że znasz różnicę między czołgami i innymi pojazdami twojego kraju a czołgami wroga!

Upewnij się, że znasz najnowsze instrukcje i ogłoszenia rządowe.

Nie wychodź bez ochraniaczy i uważaj na czołgi i nowe bomby.

Zbuduj wcześniej schron w swoim domu. Można go wykonać w piwnicy. Jednak wiele nowych budynków nie ma piwnicy, w takim przypadku możesz rozważyć budowę ogólnodostępnego schronu przeciwbombowego lub prywatnej piwnicy na swoim podwórku.

Umyj wszystkie znaleźiska po ataku we wrzącej wodzie.

Ostrzeżenia

Poświęć trochę czasu, aby dowiedzieć się wszystkiego o sytuacji awaryjnej. Każda minuta poświęcona na to, co robić i co jest bezpieczne, oszczędza cenny czas, gdy potrzebujesz tych informacji. Nie jest mądrze polegać na nadziei i szczęściu w takiej sytuacji. Uważaj na ataki odwetowe lub nowe wybuchy w Twojej okolicy. W takim przypadku po ostatnim wybuchu trzeba odczekać kolejne 200 godzin (8-9 dni).

Nawet jeśli opuszczenie schroniska jest bezpieczne, lokalne organy ścigania i rząd będą w kryzysie. Mogą się zdarzyć złe rzeczy, więc pozostań w ukryciu, dopóki nie będzie bezpiecznie.

Ogólnie rzecz biorąc, pewien porządek jest przywracany, gdy widzisz czołgi (z wyjątkiem czołgów wroga).

Nie jedz ani nie pij z nieznanego obszaru i nie pozwalaj na fizyczny kontakt z roślinami, bieżącą wodą lub metalowymi przedmiotami z nieznanymi obszarów.

Nie narażaj się. Nie jest jasne, z jakim promieniowaniem rentgenowskim osoba może sobie poradzić bez rozwoju choroby popromiennej. Zwykle potrzeba około 100-150 promieni rentgenowskich, aby rozwinąć łagodne zaburzenie popromienne, które można przeżyć. Jednak nawet jeśli nie zachorujesz na chorobę popromienną, możesz później zachorować na raka.

Zawsze zachowaj spokój, zwłaszcza jeśli jesteś liderem. Ważne jest, aby utrzymać wysokie morale u innych, jest to niezbędne w tak poważnych sytuacjach.

Miej źródło ogrzewania i znaj techniki zdobywania pożywienia, podczas totalnej wojny nuklearnej wystąpi tzw. zima nuklearna, co spowoduje totalna ciemność na 10 lat i spadek temperatury średniej o 10 stopni oraz szereg olbrzymich zmian pogodowych!

Według odczytów astrologicznych daty, w których musisz zachować szczególną ostrożność to:

5 MAJA

OD 28 LIPCA DO 5 SIERPANIA BARDZO NIEKORZYSTNY I
DESTRUKCYJNY UKŁAD PLANET

OSTATNI TYDZIEŃ WRZEŚNIA

W TYCH TERMINACH ZACHOWAJ SZCZEGÓLNĄ OSTROŻNOŚĆ I
NAJLEPIEJ NIE ODDALAJ SIĘ ZA DALEKO OD BEZPIECZNYCH
MIEJSC!!!!

Mamy nadzieję, że to wszystko, nigdy nie będzie nikomu z nas
potrzebne, jednak wiedza jest bezcenna i warto ją mieć, ponieważ nigdy
nie wiadomo, co życie zapisało nam w swoim scenariuszu.

Jeżeli poradnik ci się spodobał, będzie nam bardzo miło, gdy
wspomożesz nas darowizną, która jest nam niezwykle potrzebna, by
utrzymać nasz projekt przy życiu:

Pay pal: <https://www.paypal.me/szaman21wieku>

Numer konta:

Sebastian Szaman

08 1050 1562 1000 0091 3483 9316

Ing bank śląski

Z dopiskiem Książka

Lub rachunek walutowy

Sebastian Szaman

Iban PL 67 1050 1562 1000 0092 0280 8482

Swift/Bic INGBPLPW

Z dopiskiem Książka

Życzymy wam wszystkim spokojnego czasu!

Również do pobrania są inne nasze książki oraz szkolenia do obejrzenia znajdujące się w tym samym folderze co ta książka.