

Справочник бездомного

Издание 9-е

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ПОМОЩИ ЛИЦАМ БЕЗ ОПРЕДЕЛЕННОГО МЕСТА ЖИТЕЛЬСТВА

НОЧЛЕЖКА



Liberté · Égalité · Fraternité

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

AMBASSADE DE FRANCE
EN RUSSIE

Санкт-Петербург
2012

ОГЛАВЛЕНИЕ

Куда ОБРАТИТСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ	10
Где НАЙТИ ПРОПИТАНИЕ	16
Куда ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ У ВАС АЛКОГОЛЬНАЯ или НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ	17
Где и КАК ЛЕЧИТЬСЯ	24
Вызов СКОРОЙ ПОМОЩИ	26
Где ЖИТЬ? КАК ВСТАТЬ НА УЧЕТ? Дома НОЧНОГО ПРЕБЫВАНИЯ и ПРИЮТЫ	27
Что нужно, ЧТОБЫ УСТРОИТЬСЯ НА РАБОТУ	31
Поиски РАБОТЫ. ЦЕНТРЫ ЗАНЯТОСТИ	35
КАК ПОЛУЧИТЬ или ВОССТАНОВИТЬ ПАСПОРТ	38
ВОССТАНОВЛЕНИЕ ИНН	39

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА УЛИЦЕ	42
КРОВОТЕЧЕНИЯ	43
РАНЫ	51
ПЕРЕЛОМЫ	52
ОЖОГИ	54
ОТМОРОЖЕНИЯ	56
ПОВРЕЖДЕНИЯ ГОЛОВЫ	58
ПОВРЕЖДЕНИЯ ЖИВОТА	59
ПОВРЕЖДЕНИЯ ГРУДИ	61
ПОВРЕЖДЕНИЯ ГЛАЗА	63
ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ	65
СУДОРОЖНЫЙ ПРИПАДОК	66
ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКУ СТАЛО ПЛОХО	68

Составитель

Санкт-Петербургская региональная благотворительная
организация помощи лицам без определенного
места жительства «Ночлежка»

Раздел «Первая медицинская помощь на улице»

Алексей Сухомлин / врач-хирург

Под редакцией

Тамары Костылевой и Елены Кондрахиной

Графика

Винсент Треппо

Оформление и верстка

Антон Лепашов

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «НОЧЛЕЖКА»

4 |

Организация существует с 1990 года. Целью нашей работы является снижение масштабов бездомности и улучшение качества жизни бездомных и граждан РФ без регистрации посредством оказания социальной помощи, защиты прав и изменения отношения общества к проблеме.

Согласно переписи 2002 года в Петербурге 28 874 бездомных. Очевидно, что переписчикам удалось разыскать не всех, и фактическая цифра существенно выше. Согласно нашей оценке, на момент издания настоящего справочника (март 2012 года) бездомных в Петербурге больше 70 тысяч.

Этим людям можно помочь!

Мы хотим, чтобы исчезло разделение на «мы» и «они», чтобы активная часть общества понимала, что мы все незащищены и должны бороться за свои права. Чтобы люди поняли, что в существующей системе все граждане РФ находятся в ситуации незащищенности — и последствием этой незащищенности является бездомность и невозможность

выйти из ситуации бездомности самостоятельно. Чтобы общественность понимала, что для изменения ситуации нужны программы реинтеграции (работа с последствиями) и профилактики (работа с причинами); что нужно удовлетворять не только витальные потребности, но и потребности более высокого порядка. Чтобы люди могли изменить свой социальный статус и вернуться к обычной жизни. Мы хотим, чтобы активная часть общества понимала, что решение существующих проблем — это ответственность каждого.

НАШИ ПРОЕКТЫ

Приют на 54 места. Бездомные получают здесь жилье, горячую еду, одежду, возможность помыться и постирать вещи. В прошлом году у нас жили 126 человек.

Дневной прием. Четыре раза в неделю социальные работники и юристы «Ночлежки» ведут прием — консультируют и учат людей защищать

свои права по вопросам восстановления и получения документов и гражданства, получения медицинской помощи, нарушения прав при устройстве на работу и многим другим. График работы Дневного приема смотри в разделе: Куда обратиться за консультацией. Более двухсот человек получили консультацию в прошлом году.

Служба социального сопровождения.

6 | Целью службы является создание условий, благоприятствующих улучшению способностей человека самостоятельно обустроить свою жизнь. Социальные работники службы занимаются непосредственной помощью жильцам приюта и другим бездомным в реализации их прав: помогают при общении с государственными структурами, оказывают помощь в составлении жалоб и заявлений, отстаивают интересы бездомных в суде и т.д. Сотрудники службы также занимаются анализом обращений и материалов, полученных в результате сопровождения, с целью выявления системных проблем

Пункты обогрева представляют собой отапливаемую палатку на 50-60 человек. В ней люди могут получить ночлег, горячую еду, помощь социального работника и фельдшера. В последнюю зиму 427 человек получили приют.

Мы находимся по адресу: ул. Боровая, д. 112Б
Телефон Дневного приема: (812) 643 24 15
Наш сайт: homeless.ru

Обводный канал

Метро
Обводный
канал

Воронежская ул.

Боровая ул.

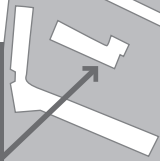
Курская ул.

Прилуцкая ул.

Лиговский просп.

Тамбовская ул.

Расстанная ул.



Куда ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ?



«Ночлежка» Дневной прием

Социально-правовая помощь, социальный учет.

Принимают только в трезвом виде.

ул. Боровая, д.112Б, т. 643-24-15

Пн., вт., ср. и пт. – с 10 до 17 (перерыв с 14 до 15)

8 |

Городской пункт Учета граждан РФ БОМЖ Социально-правовая помощь, социальный учет

пр. Обуховской обороны, д.108, к. 2,

м. Пролетарская. Телефон 365-28-56

Пн., ср. с 10 до 17; пт. с 10 до 16

СПб ГУ Центр социальной адаптации лиц, освободившихся из мест лишения свободы

По направлению, предоставляется временная регистрация (от полугода), содействие в восстановлении права на жилье, помощь в оформлении документов.

ул. Будапештская, д.103/49 (3 этаж, код 24),

т. 366-64-73, 388-64-55

Центр работает круглосуточно.

Консультация специалиста:

среда, в утренние часы (с 9 до 12)

Уполномоченный по правам человека по Санкт-Петербургу

т. 764-00-54

Уполномоченный по правам человека по ЛО

т. 405-13-15

Телефон доверия по вопросам бездомности

т. 274-35-72

СПб ОБО «Покровская община»

Предоставляют проживание бездомным инвалидам на период оформления документов.

Ковенский пер., д.11, кв.5, т. 275-40-70

Общество Матери Терезы

Социальная помощь.

Принимают только в трезвом виде.

ул. Жуковского, д.18Б, т. 272-01-86

Информационный центр по бесплатной юридической помощи для социально- незащищенных граждан

Предоставят первичную правовую информацию.

Помогут Вам найти адвоката или специализированную организацию, которые смогут предоставить вам бесплатную юридическую помощь.

8-800-100-46-23 (звонок бесплатный)

пн-птн с 10 до 18

Антидискриминационный центр «Мемориал»

Сотрудники центра занимаются правами национальных меньшинств, правозащитными исследованиями и реагированием, оказывают юридическую и психологическую помощь.

7-я Красноармейская ул., 25/14, офис 413,
т. 317-89-30, 575-90-50, 8-921-759-39-51 (юрист)

Красный крест

В основном работает с беженцами.

ул. Гончарная, д. 19д

т. 717-35-59, 717-35-34, 717-35-31

<http://www.spbredcross.org/programs/consulting/>

10 |

КОМПЛЕКСНЫЕ ЦЕНТРЫ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Если у Вас была регистрация в Санкт-Петербурге, Вы также можете обратиться за консультацией в Комплексный центр социального обслуживания населения (КЦСОН) своего района.

Специалисты КЦСОН пообщаются с Вами и подскажут, как Вам действовать дальше.

График работы:

пн. чт. с 9 до 18 (обед с 13 до 14), пт. с 9 до 17.

КЦСОН Адмиралтейского района

Ул. 5-я Красноармейская, д.11/13, т. 316-00-34

КЦСОН Василеостровского района

17-я линия, д.18, корп.3, т. 576-27-35

КЦСОН Выборгского района

Лесной пр., д.37к, т. 295-48-73

КЦСОН Калининского района

Ул. Комиссара Смирнова, д.5/7, т. 542-02-79, 542-05-79

КЦСОН Кировского района

Огородный пер., д.30, т. 746-59-43

КЦСОН Колпинского района

Колпино, ул. Стахановская, д. 17, т. 461-36-08

КЦСОН Красногвардейского района

Новочеркасский пр., д.48а, т. 444-14-30

КЦСОН Красносельского района

Пр. Маршала Жукова, д.37/3, т. 570-85-36

КЦСОН Кронштадтского района

Пр. Ленина, д.15, т. 435-00-58

КЦСОН Курортного района

Г. Сестрорецк, ул. Токарева, д.15, т. 434-10-11

КЦСОН г. Ломоносова

Г. Ломоносов, Пр. Дворцовый, д.40, т. 422-58-42

КЦСОН Московского района

Ул. Ленсовета, д.4, т. 368-28-43

КЦСОН Невского района

ул. Седова, д.122, т. 576-10-40

КЦСОН Петроградского района

ул. Большая Монетная, д.17д, т. 498-09-60

КЦСОН Петродворцового района

г. Петродворец, ул. Никольская, д.10, т. 450-69-34

КЦСОН Приморского района

наб. Черной речки, д.18, т. 431-19-24

12 |

КЦСОН Пушкинского района

г. Пушкин, Октябрьский б-р, д.24, т.476-90-57

КЦСОН г. Павловска

г. Павловск, Песчаный пер., д.16/11, т. 465-11-54

КЦСОН Фрунзенского района

ул. Расстанная, д. 20/80, т. 712-94-12

КЦСОН Центрального района

ул. Мытнинская, д.13, т. 274-37-56

КООРДИНАТЫ НЕКОТОРЫХ КОНСУЛЬСТВ

Беларусь

Отделение Посольства Республики Беларусь в РФ в Санкт-Петербурге

ул. Бонч-Бруевича, д.3, Консульский отдел: 274-72-12
Пн-Пт 9-16 (13-14); м. Площадь Восстания

Казахстан
Генеральное консульство Республики
Казахстан в Санкт-Петербурге

Виленский пер., д.15, лит. А, т. 335-25-46

Пн-Вт, Чт-Пт 9:30-17:30 (13-15); м. Чернышевская

Латвия
Генеральное консульство Латвийской
Республики в Санкт-Петербурге

10-я линия, д.11, т. 336-34-53, 336-34-54

Прием документов: Пн-Пт 9:30-12, 14-15;

м. Василеостровская

Украина
Генеральное консульство Украины
в Санкт-Петербурге

ул. Бонч-Бруевича, 1в, т. 331-51-66

Пн-Вт, Чт-Пт 9:30-18:30; м. Площадь Восстания

Узбекистан
Консульский отдел посольства

119017, г. Москва, 2-ой Казачий пер., дом 2

Прием посетителей по всем вопросам: с 9.00 до 14.00.

Выдача готовых документов: с 15.00 до 18.00.

Консультации по телефону с 09:00-12:00 часов

Тел: (499) 230-13-01, факс 230-04-79

Тел: (499) 230-00-54 по визовым вопросам

СПБРОО
соотечественников
Узбекистана “УМИД” в РФ

Узбекская диаспора в СПб

323-83-54, 321-18-93, В.О., 17 линия, д.60

ГДЕ НАЙТИ ПРОПИТАНИЕ?



«Ночлежка» и «Мальтийская служба помощи»

ул. Боровая, д.112Б (м. Обводный канал), т. 643-24-15
Пн., вт., ср. и чт. с 10 до 17 (перерыв с 14 до 15)

«Ночлежка», проект «Ночной автобус»

Приходите с понедельника по пятницу.

18:45 – 19:20 – Пр. Славы, д.66

(ж/д пл.Сортировочная)

20:00 – 20:30 – Ж/д пл. Лигово

21:30 – 22:00 – Ст. м. Приморская, около Смоленского мемориального кладбища (напротив пр. КИМа, 1)

22:50 – 23:00 – Ст. м. Черная речка, Коломяжский пр., д.4а (ж/д ст. Новая деревня)

Армия спасения

Литейный пр., д.44/б (м. Маяковская), т. 273-92-97
Ежедневно с 9 до 20 (перерыв с 13 до 14)

Благотворительная столовая «Каритас»

наб. Обводного канала, д.179Б, т. 251-63-79, 272-34-06
Приходите с понедельника по пятницу с 12 до 15,
суббота и воскресенье – выходные.

Фонд Святого Димитрия Солунского

Приходите в понедельник, среду и пятницу.

с 19.30 до 20.00 – м.Лесная, ул. Кантемировская,
напротив «Мебель-Сити»

с 20.30 до 21.00 – м.Пр.Просвещения,
ул. Луначарского, д.40-42, у гаражей

Еда вместо бомб

Приходите в субботу:

16-00, 6-7 линии В.О. м. Василеостровская.

Приходите в воскресенье:

16-00, выход из м. Владимирская.

Куда ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ У ВАС АЛКОГОЛЬНАЯ ИЛИ НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?



| 15

Если Вы или Ваши близкие страдаете от алкогольной или наркотической зависимости — обратитесь к врачу. Врач поможет Вам выбрать необходимое лечебное учреждение. Воспользуйтесь одним из указанных ниже телефонов доверия. Помните — самолечение не только не эффективно, но нередко просто опасно для здоровья.

Армия спасения

ул. Б.Подъяческая, д.34, во дворе центр «Азария»,

м.Садовая, т. 924-12-24 четверг, с 17 до 20

www.aaspb.ru, e-mail: aa-spbinter@yandex.ru –

консультация по интересующим вопросам, литература

СПб ГУЗ**«Городская наркологическая больница»**

Стационарная наркологическая помощь, реабилитация по направлению районного диспансера.

4-я линия В.О., д.23-25, т. 323-44-61 (круглосуточно)

Информационный кабинет по вопросам химической зависимости

2-я линия В.О., д.3, т. 323-57-25, 328-32-54

там же: Общественная организация «Наш путь»,

«Школа независимости В.В.Новиковой»

с 10 до 17 по рабочим дням.

Направление не обязательно.

**ДИСПАНСЕРЫ,
НАРКОЛОГИЧЕСКИЕ КАБИНЕТЫ****Адмиралтейский районный
наркологический кабинет**

Малодетскосельский пр, д.38, т. 316-21-12

**Василеостровский районный
наркологический кабинет**

5-я линия, д.48, т. 323-11-76

**Красносельский районный
наркологический кабинет**

ул. Чекистов, д.28, т. 730-50-61

**Кронштадтский районный
наркологический кабинет**

Кронштадт, ул. Восстания, д.17, т. 236-68-72

**Ломоносовский
районный наркологический кабинет**
г. Ломоносов, ул. Победы, д.19, т. 422-33-68

**Петроградский
районный наркологический кабинет**
ул. Введенская, д.5/13, т. 232-83-49

**Петродворцовый
районный наркологический кабинет**
г. Петергоф, Разводная ул., д.19/1, т. 420-47-72

**Центральный
районный наркологический кабинет**
наб. Обводного канала, д.13, т. 274-13-72

**СПб ГУЗ
«Межрайонный наркологический
диспансер №1»**

По направлению из районного диспансера.

Телефон доверия: 714-42-10

Дневное отделение: ул. Стахановцев, д.12,

Регистратура: 444-91-28

Зав. дневным стационаром:

Кравченко Ольга Алексеевна: 444-94-78

С 9 до 20, кроме воскресных и праздничных дней

**Районные амбулаторные
наркологические отделения (АНО):**
Будни с 9 до 21, суббота с 9 до 15

АНО Выборгского района

ул. Жака Дюкло, д.6/2,

т. 552-44-48 – регистратура

Зав. отделением: Литвиненко Юрий Иванович,

т. 552-00-42

АНО Калининского района

Кондратьевский пр., д.18-20,

т. 542-32-82 – регистратура

Зав. отделением: Богдиан Людмила Варанцевна,

т. 542-27-75

18 |

АНО Кировского района

Ул. Краснопутиловская, д.4,

т. 783-10-51 – регистратура

Зав. отделением: Пискалова Елена Алексеевна,

т. 783-10-46

АНО Колпинского района

г. Колпино, ул. Тверская, д.10,

т. 469-26-74 – регистратура

т. 469-27-30 – экспертиза

Зав. отделением: Елагина Яна Юрьевна, т. 469-27-57

АНО Красногвардейского района

Новочеркасский пр., д.22/15,

т. 444-22-65 – регистратура

Зав. отделением: Коляева Марина Ивановна,

т.444-22-65

АНО Курортного района

Сестрорецк, ул. Токарева, д.15,

т. 437-41-38 – регистратура

Зав. отделением: Калинина Ирина Леонидовна,

т. 437-28-50

АНО Московского района

Кузнецовская ул., д.44, т. 388-35-88 – регистратура,

т. 388-00-11 – подростковая служба

Зав. отделением: Владимирова Наталья Ивановна,

т. 388-35-88

АНО Невского района

ул. Ивановская, д.32,

т. 362-17-47 – регистратура

Зав. отделением: Ветласенин Вадим Александрович,

т. 560-46-47

АНО Приморского района

наб. Черной Речки, д.12, т. 492-06-68 – регистратура

Ст. медсестра: Гущик Лариса Феодосьевна, т. 492-07-68

.....

СПб ГУЗ «Городская больница № 40»

Отделение наркологии осуществляет стационарное лечение алкогольных и наркозависимых пациентов.

Отделение развернуто на 50 коек для бесплатного (за счет бюджетного финансирования) лечения наркологических больных, состоящих на наркологическом учете.

Госпитализация по экстренным показаниям – круглосуточно, в плановом порядке с 10 до 15, через приемное отделение больницы.
Сестрорецк, ул. Борисова, д.10/3 (круглосуточно)
справочное: 437-40-75, приемное: 437-46-18
Скорая наркологическая помощь: 709-61-59

Ленинградский областной наркологический диспансер

Амбулаторная и стационарная помощь жителям Ленинградской области. Лечение бесплатно, необходимо направление районного диспансера.

20 |

Новое Девяткино, д.19/1, т. 296-99-03,
секретарь: 296-99-03

С 8 до 19 по рабочим дням, с 10 до 17 в выходные.

Центр медицинской профилактики наркологических заболеваний (НРЦ)

Консультации, реабилитация по направлению из диспансера/больницы

Садовая ул., д.87, т. 710-85-34, 710-83-83

С 10 до 21, кроме вс.

Центр социальной реабилитации для наркозависимых и алкоголиков «Новая жизнь»

Устройство после собеседования,
т. 8-911-711-14-58, курс – 16 месяцев
Ленинградская обл., Кингисеппский р-н,
п. Преображенка

Прием: вс. в 15:00, м. Удельная,
Дрезденская ул., д.5 (вход со двора)

**МПРО «Братство святой Анастасии»
Центр социальной адаптации
во имя св. прп. Серафима Вырицкого**

Псковская обл., Пушкиногорский р-н,
запись по телефону 719-68-23

Реабилитационный центр «Бетель»

Запись и информация по телефону: 8-911-952-94-25

«Дом на горе»

Каждую пятницу в 11 часов проводится консультация по приему, которую проводят сотрудники Центра.

На консультацию приглашаются люди, имеющие проблемы с алкоголем, их родственники и друзья, заинтересованные в их выздоровлении.

Консультация и собеседование проводятся по адресу:

Ленинградская область, Ломоносовский район,
деревня Перякюля, Горской волости, д.16, РЦ

т. 749-38-75 (с 10 до 24 часов),

e-mail: help@houseofhope.ru

**Психологическая и наркологическая
помощь в СПб**

Телефон доверия: 350-77-86

ГДЕ И КАК ЛЕЧИТЬСЯ?



22 |

В соответствии со ст. 10 Федерального закона «Об обязательном медицинском страховании (ОМС) в РФ» от 29.11.2010 № 326-ФЗ (далее — Закон) застрахованными лицами являются граждане РФ (требование наличия регистрации Законом и Правилами не установлено).

В соответствии со ст. 3 Федерального закона «О праве граждан РФ на свободу передвижения» от 25.06.1993 № 5242-1 регистрация или ее отсутствие не могут служить основанием ограничения или условием реализации прав и свобод граждан.

Правилами ОМС в соответствии со ст. 46 Закона определен порядок выдачи полисов ОМС, в том числе и гражданам, не имеющим регистрации на территории РФ. Граждане вышеназванной категории имеют право обратиться в любую страховую медицинскую организацию системы ОМС в Санкт-Петербурге путем подачи заявления в порядке, установленном правилами ОМС.

Выдача полисов ОМС гражданам, имеющим документ, удостоверяющий личность, но не имеющим регистрации на территории РФ, осуществляется в соответствии с п.п. 2 п. 9 Правил ОМС, утвержденных приказом Минздравсоцразвития РФ от 28.02.2011 № 158н. Для получения полиса

ОМС граждане РФ предоставляют документ, удостоверяющий личность и СНИЛС (при наличии).

В отношении лиц, не идентифицированных в период лечения (поступили без полиса ОМС на руках), мед. организация вправе выступить представителем и обратиться в СМО с заявлением о выборе СМО, предоставив документы, необходимые для регистрации в качестве застрахованного лица согласно п.9 Правил, в том числе доверенность на регистрацию в качестве застрахованного лица, оформленную в соответствии со ст. 185 ч. 1 Гражданского кодекса РФ. Ходатайство об идентификации в качестве застрахованного лица представляется мед. организацией в Фонд (п.п. 11 п. 9 Правил).

Выдача полисов ОМС гражданам без определенного места жительства при отсутствии документов, удостоверяющих личность, осуществляется в соответствии с п.п. 10 п. 9 Правил ОМС. К заявлению о выборе СМО организации прилагается ходатайство о регистрации в качестве застрахованного лица, которое выдается учреждениями соц. помощи (п. 8. «Примерного положения об учреждении соц. помощи для лиц без определенного места жительства и занятий», утвержденного Постановлением Правительства РФ от 08.06.1996 № 670).

За получением ходатайства граждане обращаются в дома ночного пребывания лично или через своего представителя.

ВЫЗОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ

Скорая помощь оказывается любому человеку по экстренным показаниям вне зависимости от наличия документов и гражданства РФ.

Если бригада скорой помощи отказывает в госпитализации, сообщите об этом по телефону 571-45-04 (телефон претензий по работе скорой помощи), указав номер машины и фамилию врача. Также следует позвонить на горячую линию Комитета по здравоохранению телефон 635-55-77.

24 |

.....

Если вы вызвали Скорую и бригада приняла решение о госпитализации человека, то нужно узнать, в какую больницу он будет госпитализирован. Это можно выяснить непосредственно у бригады Скорой или по телефонам 579-00-55 (для тех, кто увезен с улицы) и 595-80-91.

.....

Затем нужно позвонить в приемное отделение этой больницы и, если его там не оказалось или его не приняли, позвонить на горячую линию Комитета по здравоохранению: 635-55-77. Необходимо представиться, четко описать случившееся, где, когда и по какому поводу была вызвана скорая помощь, в каком состоянии находился человек, и сообщить, что больница его не приняла.

.....

Медицинские учреждения, не входящие в программу ОМС, принимающие граждан без регистрации и/или документов:

- Противотуберкулезный диспансер №8 ул. 8-я Советская, д.53
- Городской наркологический диспансер 5-я линия В.О., д.48
- Центр по профилактике и борьбе со СПИД наб. Обводного канала, д.179а

| 25

**ГДЕ ЖИТЬ?
КАК ВСТАТЬ НА УЧЕТ?
ДОМА НОЧНОГО
ПРЕБЫВАНИЯ И ПРИЮТЫ**



Для бездомных, имевших последнюю регистрацию в Санкт-Петербурге, действует сеть городских Домов ночного пребывания (ДНП). Это бесплатное социальное жилье, где можно получить ночлег, еду, одежду, возможность помыться и постирать вещи. Заселение обычно осуществляется сроком не более чем на 3 месяца.

На момент издания настоящего справочника ДНП есть в 14 районах города.

Для устройства в ДНП Вам нужно встать на учет в Городском пункте учета (ГПУ) по адресу:
пр. Обуховской обороны, д.108, к.2,
м «Пролетарская» т. 365-28-56
Пн., ср. с 10 до 17, пт. с 10 до 16

Постановка на учет осуществляется на основании письменного заявления, к которому прилагаются:

26 |

- документ, удостоверяющий личность гражданина РФ.
- форма 9 — как документ, подтверждающий факт последней регистрации в СПб (Ленинграде).
- адресный листок убытия — как документ, удостоверяющий отсутствие регистрации.
- справка об отсутствии регистрации по месту, указанному в листке убытия (п. 7 «Куда выбыл»).
- граждане, освобожденные из мест лишения свободы, также предоставляют справку об освобождении.

Гражданину, поставленному на учет, выдается соответствующая справка. Срок ее действия – 1 год.

Постановка на учет осуществляется в соответствии с Положением об учете граждан РФ без определенного места жительства от 17.08.2007 №1010.

С выданной Вам справкой нужно обращаться в Межведомственную комиссию по проблемам профилактики бездомности при администрации своего района. Также Вы можете попробовать обратиться напрямую к социальным работникам ДНП Вашего района.

Если в Вашем районе нет ДНП, то, получив справку, нужно также обращаться в Межведомственную комиссию своего района и далее в ДНП других районов.

**Дом ночного пребывания
Адмиралтейского района**

наб. Обводного канала, д.179Д, т. 251-29-43, 251-08-57

**Дом ночного пребывания
Василеостровского района**

наб. лейтенанта Шмидта, д.29, т. 328-20-32

**Дом ночного пребывания
Выборгского района**

пр. Художников, д.9, т. 594-07-31

**Дом ночного пребывания
Калининского района**

ул. Веденеева, д.2, т. 294-77-74, 605-54-89

**Дом ночного пребывания
Кировского района**

ул. Балтийская, д.72, т. 8-905-252-42-75

**Дом ночного пребывания
Колпинского района**

Колпино, ул. Загородная, д.35, т. 461-76-81

**Дом ночного пребывания
Красносельского района**

Красное село, ул. Октябрьская, д.8А, т. 741-74-65

**Дом ночного пребывания
Красногвардейского района**

ул. Республиканская, д. 23А, т. 574-61-16, 574-61-17

**Дом ночного пребывания
Кронштадтского района**

Кронштадт, ул. Мануильского, д.2,
т. 435-00-97, 435-19-50

Дом ночного пребывания Курортного района

Зеленогорск, Приморское шоссе, д.521,
т. 433-67-92, 434-12-25

**Дом ночного пребывания
Московского района**

ул. Предпортовая, д.4а, т. 722-31-08, 723-26-23

Дом ночного пребывания Невского района

3-й Рабфаковский переулок, д.5, корп.2,
т. 362-88-74, 362-88-75

**Дом ночного пребывания
Петроградского района**

ул. Чапаева, д.24, т. 234-14-15, 234-61-31

**Дом ночного пребывания
Петродворцового района**

Новый Петергоф, ул. Володи Дубинина, д.6,
т. 427-44-72

Дом ночного пребывания Пушкинского района

Ул. Новодеревенская, у дома № 14
(ж/д ст. «Детское село»), т. 414-65-91

Что нужно, чтобы устроиться на работу?



| 29

По закону, для того, чтобы устроиться на работу, регистрация не нужна.

В ст.3 Трудового Кодекса РФ сказано, что каждый имеет равные возможности для реализации своих трудовых прав. Никто не может быть ограничен в трудовых правах и свободах или получать какие-либо преимущества независимо от пола, расы, цвета кожи, национальности, языка, происхождения, имущественного, семейного, социального и должностного положения, возраста, места жительства, отношения к религии, политических убеждений, принадлежности или непринадлежности к общественным объединениям, а также от других обстоятельств, не связанных с деловыми качествами работника.

Трудовые отношения между работником и работодателем возникают на основании трудового договора, а также фактического допущения работника к работе с ведома или по поручению работодателя или его представителя в случае, когда трудовой договор не был надлежащим образом оформлен.

Трудовым законодательством определен список документов, необходимых при трудоустройстве:

30 |

1. паспорт или иной документ, удостоверяющий личность.
2. трудовая книжка.
3. страховое свидетельство государственного пенсионного страхования.
4. документы воинского учета — для военнообязанных и лиц, подлежащих призыву на военную службу.
5. документ об образовании, о квалификации или наличии специальных знаний — при поступлении на работу, требующую специальных знаний или специальной подготовки.
6. справку о наличии (отсутствии) судимости и (или) факта уголовного преследования либо о прекращении уголовного преследования по реабилитирующим основаниям, выданную в порядке и по форме, которые устанавливаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере внутренних дел, — при поступлении на работу, связанную с деятельностью, к осуществлению которой в соответствии

с настоящим Кодексом, иным федеральным законом не допускаются лица, имеющие или имевшие судимость, подвергающиеся или подвергавшиеся уголовному преследованию.

Запрещается требовать от лица, поступающего на работу, документы, помимо предусмотренных настоящим Кодексом!

При заключении трудового договора впервые трудовая книжка и страховое свидетельство государственного пенсионного страхования оформляются работодателем. В случае отсутствия у лица, поступающего на работу, трудовой книжки в связи с ее утратой, повреждением или по иной причине работодатель обязан по письменному заявлению этого лица (с указанием причины отсутствия трудовой книжки) оформить новую трудовую книжку.

В ст. 64 ТК РФ прописаны гарантии заключения трудового договора:

Запрещается необоснованный отказ в заключении трудового договора. Какое бы то ни было прямое или косвенное ограничение прав или установление прямых или косвенных преимуществ при заключении трудового договора в зависимости от пола, расы, цвета кожи, национальности, языка, происхождения, имущественного, социального и должностного положения, возраста, места жительства (в том числе наличия или отсутствия регистрации по месту жительства или пребывания), а также других обстоятельств, не связанных с деловыми качествами работников, не допускается, за исключением случаев, предусмотренных федеральным законом.

По требованию лица, которому отказано в заключении трудового договора, работодатель обязан сообщить причину отказа в письменной форме. Отказ в заключении трудового договора может быть обжалован в суде. Таким образом, законодатель предусмотрел недопустимость отказа в работе из-за отсутствия регистрации. Но, если случилось так, что Ваше право при трудоустройстве было нарушено, необходимо предпринять следующие действия:

- Потребовать письменный мотивированный отказ. Если Вам и в этом отказали, необходимо:
- Направить в адрес работодателя телеграмму по следующему образцу:

“Я, Иванов И.И., 20 марта 1978 г.р. прошу принять меня на работу в ООО «Снегири» на должность слесаря. В случае отказа, ответ прошу направить по адресу: 190000, Санкт-Петербург, ул. Б.Ивановская, д.1, кв.1,,

Телеграмму следует отправлять в тот же день, когда Вам отказали, при этом необходимо иметь доказательство наличия вакансии — например, распечатку из центра занятости или с сайта работодателя. После получения Вашего заявления-телеграммы о приеме на работу, работодатель обязан его рассмотреть и либо пригласить Вас на работу, заключив трудовой договор и издав приказ о приеме на работу, либо направить по указанному Вами адресу отказ в приеме на работу, который, если Вы сочтете его необоснованным, можете либо обжаловать в суде, либо обратиться в Государственную Инспекцию Труда (г.Санкт-Петербург, ул. Зои Космодемьянской, д.28а, т. 746-59-86.

ПОИСКИ РАБОТЫ. ЦЕНТРЫ ЗАНЯТОСТИ

Банк вакансий и вся информация
о трудоустройстве: www.rspb.ru

График работы службы занятости по городу:

Пн., ср., пт.: с 9 до 17, вт.:12 до 20; чт.: с 11 до 19

Чтобы получить информацию о вакансиях
желательно иметь при себе паспорт.

Центр занятости Адмиралтейского района

Английский пр., д.45/26, т. 713-74-17

Центр занятости Василеостровского района

ул. Шевченко, д.27

Центр занятости Выборгского района

2-й Муринский пр., д.31, т. 552-76-06

Центр занятости Калининского района

ул. Комсомола, д.35, т. 294-59-58

Центр занятости Кировского района

Трамвайный пр., д.12 к.2 , т.758-36-34

Центр занятости Красногвардейского района

Шоссе Революции, д.19, т. 227-44-98, 227-60-87

Центр занятости Красносельского района

ул. Пограничника Гарькавого, д.36, к.1,
т. 730-08-82, 730-10-26

Центр занятости Кронштадского района

г. Кронштадт, Владимирская ул, д.27, т.311-33-50

Центр занятости Колпинского района

г. Колпино, Павловская ул, д.1/21, т.461-70-42

Центр занятости Курортного района

г. Сестрорецк, Дубковское шоссе, д.11,

т.437-12-58; 231-38-90

Центр занятости Фрунзенского района

ул. Бухарестская, д.61, т. 701-79-27

Центр занятости Петроградского района

Каменноостровский пр., д.64, к.2, т. 234-61-58

Центр занятости Приморского района

ул. Савушкина, д.62, т. 430-65-63

Центр занятости Петродворцового района

г. Петродворец, ул. Шахматова, д.12, к.2, т. 428-84-92

Центр занятости Ломоносовского района

г. Ломоносов, ул. Петербургская, д.12/10, т. 423-14-44

Центр занятости Московского района

ул. Варшавская, д.63/1, т.374-17-40

Центр занятости Невского района

ул. Бабушкина, д.52, т.367-01-05

Центр занятости Петроградского района

Большой пр. П.С., д.74, т.233-39-00

Центр занятости Приморского района

ул. Савушкина, д.131, т. 345-33-17, 430-65-63

**Центр занятости населения
Петродворцового района**

г. Петродворец, ул. Шахматова, д.12, к.2, т.428-84-92

**Центр занятости населения
Пушкинского района**

г. Пушкин, ул. Новая, д.34, т. 465-80-30

**Центр занятости населения
Фрунзенского района**

ул. Бухарестская, д.61, т. 701-73-86

Центр занятости Центрального района

ул. Кирочная, д.53/46, т. 275-27-09

**Комитет по труду и занятости
в Санкт Петербурге**

ул. Галерная, д.7, т. 312-92-36, e-mail: ktzn@gov.spb.ru

Режим работы: пн.-чт. с 9 до 18, пт. с 9 до 17

(обед – с 13 до 14), сб.-вс. выходной

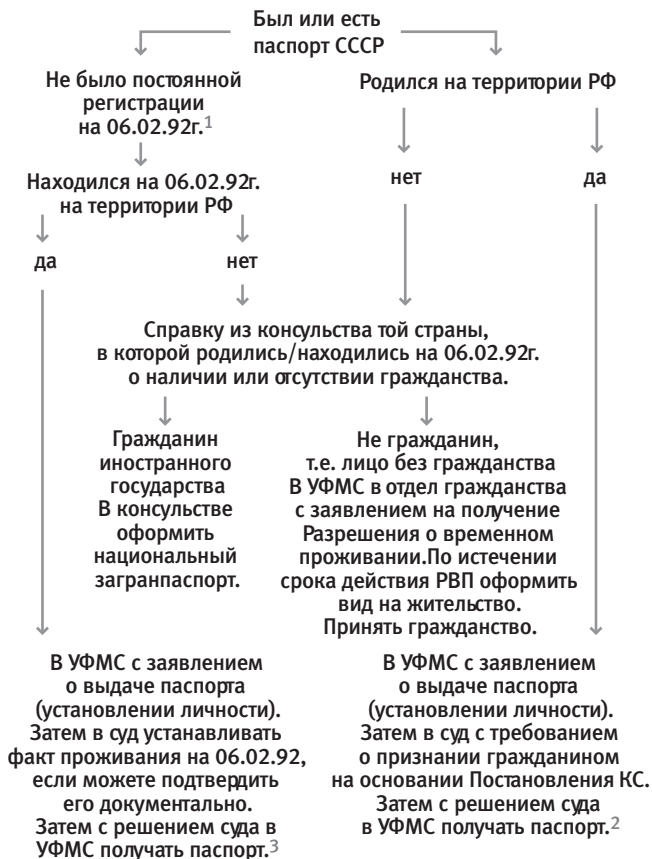
Горячая линия: 753-41-90

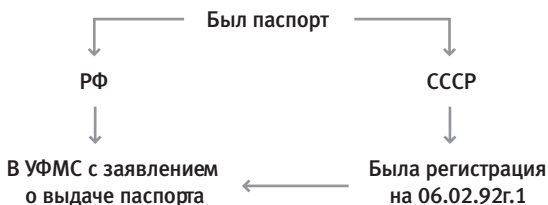
Вы можете получить консультации по вопросам, касающимся массовых высвобождений работников, о порядке регистрации в службе занятости, видах социальной, материальной и психологической помощи безработным гражданам, о гарантиях и компенсациях, предоставляемых высвобождаемым работникам.

График работы «Горячей линии»

пн., ср., пт., с 9 до 17, вт. с 12 до 20, чт. с 11 до 19

КАК ПОЛУЧИТЬ ИЛИ ВОССТАНОВИТЬ ПАСПОРТ?





1 – Закон РФ от 28 ноября 1991 г. N 1948-I “О гражданстве Российской Федерации”. Настоящий Закон вступает в силу со дня его опубликования. Текст Закона опубликован в Ведомостях Съезда народных депутатов Российской Федерации и Верховного Совета Российской Федерации от 6 февраля 1992 г., N 6, ст. 243, в “Российской газете” от 6 февраля 1992 г.

2 – Обратиться в УФМС с заявлением о выдаче паспорта и установлении личности на основании п.2 ст.13 ФЗ «О гражданстве» от 28 ноября 1991 г. N 1948-1, которая гласит: Лица, родившиеся 30 декабря 1922 года и позднее и утратившие гражданство бывшего СССР, считаются состоявшими в гражданстве РСФСР по рождению, если родились на территории РСФСР или если хотя бы один из родителей на момент рождения ребенка был гражданином СССР и постоянно проживал на территории РСФСР. Под территорией РСФСР в данном случае понимается территория РСФСР по состоянию на дату их рождения. Если органы УФМС откажут в документировании паспортом, обжаловать

отказ в суде. После принятия решения в суде в вашу пользу, со вступившим в законную силу решением суда, опять в УФМС за паспортом.

3 – Если Вы можете документально подтвердить факт проживания на 06.02.92 на территории РФ, то проще всего обратиться в суд – доказать факт проживания, и потом с постановлением суда обращаться в УФМС за паспортом. Если документально подтвердить не можете, то согласно сноске №2 – в суд обжаловать отказ в выдаче паспорта на основании п.2.ст.13 ФЗ «О гражданстве» от 28 ноября 1991 г. N 1948-І. После того, как суд обяжет органы УФМС документировать вас паспортом, с решением суда в УФМС получать документ.

Общественная приемная Управления Федеральной миграционной службы (УФМС)

Если у вас есть претензии по работе территориальных подразделений УФМС (отказ в приеме документов и пр.), то обращайтесь в Общественную приемную.

Прием устных и письменных обращений граждан осуществляется по адресу: ул. Захарьевская, д.10 окно 1

- пн-чтв: 10.00-13.00 и 13.45 -17.00
 - пятница: 10.00-13.00 и 13.45-16.00
 - суббота: 10.00-13.00
 - воскресенье: выходной день.
- телефон 273-22-46

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ИНН

Если Вы когда-то уже получали ИНН, но сейчас его утратили, необходимо обратиться с заявлением в Налоговую инспекцию того района, в котором Вы зарегистрированы.

Если Вам сложно выехать по месту регистрации, то можно обратиться в налоговый орган с заявлением по почте, заполнив заявление по форме «2-2-учет». Необходимо вложить в почтовый конверт заявление, а также квитанцию об уплате госпошлины в размере 200 рублей.

Также на сайте ФНС предусмотрена процедура обращения и заполнения формы 2-2-учет в электронном виде:

http://www.nalog.ru/gosreg/reg_np/formats_uchet/
http://www.nalog.ru/el_usl/

Таким образом, дубликат ИНН можно получить по почте, не выезжая по месту регистрации.

Те, у кого нет регистрации, могут по запросу получить из Федеральной Налоговой Службы справку о том, что данный гражданин состоит на учете в налоговом органе и ему присвоен ИНН.

Такой справки для работодателя достаточно.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА УЛИЦЕ

Во-первых — *не паникуй*. Делай, как здесь написано, и все будет хорошо. Эти способы оказания первой помощи спасли много жизней. Во-вторых, помни — лучше всего медицинскую помощь окажет врач.

.....

40 |
+

Если пострадавшему нужна срочная медицинская помощь, необходимо вызвать скорую помощь по телефону 03, с мобильного можно набрать 112 (соединит, даже если нет денег на телефоне). Если нет телефона, нужно попросить любого прохожего или проезжающего (остановить любой автомобиль) вызвать скорую помощь или службу спасения. Кстати, у водителя в медицинской автомобильной аптечке найдется многое необходимое, чтобы самому оказать первую помощь до приезда скорой (но не вместо скорой помощи: помни — аптечка не заменяет вызов скорой!)

.....

Никогда не спрашивай у пострадавшего или больного разрешения вызвать скорую помощь — вызывай ВСЕГДА! Если он откажется от осмотра медиков, когда приедет скорая, или даже уйдет до ее приезда — это его проблемы, твоя совесть будет чиста!

.....

Когда говоришь по телефону с диспетчером скорой помощи, главное — **поточнее назвать место**, где находится больной или пострадавший: улицу и номер дома, рядом с которым вы находитесь.

Для этого можно посмотреть табличку на ближайшем доме, спросить прохожего.

.....

Если ты вызвал скорую помощь, нельзя уходить и оставлять больного или пострадавшего одного до прибытия медиков, даже если сам ничем помочь не можешь. Между прочим, если ты ушел, то это уже статья Уголовного кодекса — оставление в заведомо беспомощном состоянии. Дождись приезда скорой!

Что и как делать до приезда скорой помощи

| 41
+

КРОВОТЕЧЕНИЕ

Кровотечение очень опасно для жизни — человек может быстро умереть, иногда в течение нескольких минут. Поэтому нужно сначала самому оказать первую помощь — остановить кровотечение, и только потом вызвать скорую помощь. Иначе до приезда скорой пострадавший может не дожить!

Если кровь ярко красного цвета и вытекает сильной струей — это **кровотечение из артерии**, самое опасное для жизни (раненый может быстро — за 2-3 минуты - истечь кровью и умереть). Чаще всего бывает при повреждении артерии руки или ноги, шеи.

Что делать при артериальном кровотечении:

1. Сильно надавить на то место, откуда бьет струя крови (желательно через чистую тряпку или бинт) несколькими пальцами или кулаком. Не надо бояться, что обрызгает кровью — потом отмоешься, а жизнь человеку спасешь!

Если кровотечение из руки или ноги, надо сильно согнуть руку или ногу в суставе **выше места кровотечения** (делай это свободной рукой — не той, которая прижимает место кровотечения)

42 |
+

- если кровотечение из ноги **ниже колена** — очень сильно **согнуть ногу** в колене.
- если кровотечение из ноги **выше колена** — **прижать колено** как можно ближе к животу.
- если кровотечение из руки **ниже локтя** — **согнуть руку** очень сильно в локте.
- если кровотечение из руки **выше локтя**, **локти обеих рук завести назад (за спину)** и связать как можно туго друг к другу веревкой, ремнем, свернутой в жгут тряпкой, шарфом.
- если кровотечение из **шеи**, ничего сгибать не надо.

Прижимай пальцами место кровотечения до приезда скорой помощи.

2. Отпустить свою руку, прижимающую место кровотечения и убедиться, что кровь больше не вытекает. Если опять вытекает струей, **снова сразу прижать** пальцами или кулаком в том месте, откуда вытекает струя крови.

3. Если часть ноги или руки полностью или почти **полностью оторвана или отрезана**, и кровотечение из оставшегося обрубка, место кровотечения прижимать не надо. Конечность необходимо **сразу согнуть**, как указано в пункте 1, а еще лучше — **сразу наложить жгут** (ремень, скрученная в жгут тряпка, веревка, шарф, оторванный рукав рубашки, свитера, и тому подобное), **затягивая его, пока не увидишь, что кровь перестала вытекать.**

4. После остановки кровотечения сгибанием руки или ноги надо наложить жгут примерно на десять сантиметров выше места, откуда вытекала кровь. **Затягивать жгут, пока рука или нога не онемееет и похолодеет.** Онемела и похолодела – хватит, туже уже не надо, иначе можно повредить жгутом мышцы и нервы.

5. **Жгут накладывается только на руку или ногу.** На другие части тела, в том числе, шею и голову, жгут накладывать не надо. Кровотечение следует останавливать прижатием кровоточащего места пальцами (лучше) или кулаком.

6. **Обязательно записать точное время (дата, час и минуты),** когда наложен жгут, на бумажке, и подсунуть под повязку. Жгут можно **держатть не более полутора — двух часов**, потом начнется гангрена. Даже если к этому времени раненый уже будет в машине скорой помощи, врач не будет знать без записки, когда снимать жгут!

7. **Только проделав все эти действия, нужно вызвать скорую помощь.**

Если кровь вытекает ручейком (а не бьет струей) темно-вишневого цвета — **это кровотечение из вены**. Оно менее опасно, но, если не остановить, тоже может привести к смертельной потере крови.

Что делать при венозном кровотечении:

1. Прижать пальцами место кровотечения (можно через тряпку).
2. Если кровотечение из вены руки или ноги, категорически **нельзя сильно сгибать в суставе и накладывать жгут** — это усилит кровотечение.
3. Наложить давящую повязку поверх места кровотечения (почти всегда это рана), положить комок ваты или марли и **туго прибинтовать**. На улице вату и бинт можно взять в автомобильной аптечке, если остановить любой проезжающий автомобиль.
4. **Не затягивать бинт очень туго** вокруг руки и ноги, иначе можно сдавить артерию (что не нужно при кровотечении из вены) и получить гангрену! Если рука или нога ниже повязки занемела и побелела — повязка слишком тугая, ее надо разбинтовать и заново забинтовать менее туго!
5. Если наложенная повязка все-таки промокает кровью (темной), жгут все равно не накладывать! На промокшее место прямо поверх повязки положить небольшой твердый предмет, размером примерно со спичечный коробок или чуть больше (камень, зажигалка и тому подобное) и туго прибинтовать его поверх ранее наложенной повязки. Почти всегда после



этого кровотечения останавливается. Если все равно промокает кровью, убрать этот предмет и давить через повязку пальцами или (лучше) кулаком до приезда скорой помощи.

6. **Никогда не накладывать давящую повязку на шею!** На шее кровотечение можно останавливать прижатием пальцами до приезда скорой помощи.

7. На голове любая рана всегда сильно кровоточит, поэтому надо накладывать давящую повязку, или хотя бы попытаться (на голове повязки держатся плохо или плохо сдавливают место кровотечения). Если не получается остановить кровотечение на голове повязкой, **прижимай пальцами место кровотечения до приезда скорой помощи.**

.....

Если рана на груди, животе, пояснице или ягодицах, особенно если нанесена длинным предметом (заточкой, отверткой и тому подобное), или если не известно, чем ранен — **необходимо сразу срочно вызвать скорую помощь** (даже если рана на коже маленькая, немного или совсем не кровоточит; даже если раненый чувствует себя хорошо; даже если раненый отказывается от вызова скорой помощи — особенно, если раненый пьян!) В этих случаях очень высок риск внутренних повреждений, опасных для жизни (в том числе внутреннего кровотечения), и разобраться может только хирург, и только в больнице!

.....

Если из любой раны в любой части тела торчит посторонний предмет (нож, кусок сломанной кости, да и любой другой предмет) — **нельзя пытаться его**

вытащить. Это может усилить кровотечение, в том числе внутреннее. Любые посторонние предметы из ран может удалять только хирург и только в больнице!

.....

Если кровь любого цвета вытекает из ноздрей (или одной ноздри) — **это носовое кровотечение**, оно может быть очень опасным и привести к смерти. Может возникнуть не только от травмы (удара по носу), но и без травмы, например, при высоком давлении, и по многим другим причинам. Даже если из ноздрей наружу вытекает немного крови, **кровь может течь в глотку в большом количестве**, а снаружи ничего не будет заметно! Иногда больной с носовым кровотечением может нахлебаться столько крови, что у него начинается рвота кровью или кашель с кровью.

46 |
+

Что делать при носовом кровотечении:

1. **Посадить** (а не уложить) больного с наклоненной вперед головой, чтобы кровь вытекала из ноздрей наружу, а не в глотку. Сказать больному, чтобы сидел спокойно, дышал ртом, а не через нос, кровь, попавшую в рот, сплевывал, а не глотал. Нельзя сморкаться и кашлять, от этого кровотечение усилится.
2. **Прижать** двумя пальцами (большим и указательным) снаружи ноздри больного к носовой перегородке. Сжать его ноздри между большим и указательным пальцами, **но не сдавливать сильно нос!** Нельзя засовывать в ноздри пальцы и другие предметы (вату, бинт и тому подобное).

Категорически нельзя укладывать больного на спину (и вообще укладывать, даже запрокидывать голову назад) — вся кровь потечет в глотку, будет казаться, что кровотечение остановилось, а на самом деле будет продолжаться!

Сразу необходимо вызвать скорую помощь, даже если кажется, что кровотечение остановилось. Даже если оно действительно остановилось, кровотечение из носа может вновь начаться в любую минуту — в этом его коварство!

.....

Если у человека начинается рвота кровью красного цвета или рвота коричневого цвета, похожая по виду на кофейную гущу (это тоже кровь, только измененная, смешанная с желудочным соком) — **это признак внутреннего кровотечения** (из желудка или кишечника). Это очень опасное кровотечение, часто и быстро приводит к смерти из-за потери крови. Даже если рвота кровью прекратилась, кровотечение может продолжаться (так обычно и бывает) внутрь — в желудок или кишку!

Если у больного понос черного цвета (как деготь или сажа) — это тоже признак внутреннего кровотечения из желудка или кишечника.

Черный понос — признак обильного кровотечения, когда очень много крови вылилось в кишечник. Такой больной без помощи врачей, скорее всего, умрет от потери крови.

Что делать при внутреннем кровотечении:

1. Уложить больного **на бок (не на спину)**, чтобы не захлебнулся кровавой рвотой.
2. **Вызвать скорую помощь!** Больше ничего делать не надо, все равно ничем другим не сможешь, можно только навредить. Даже если одежда испачкана рвотой или жидким стулом — не надо пытаться переодеть!

.....

Если кровь вытекает из половых путей женщины в большом количестве (заметно промокла кровью одежда на ягодицах или между ног; видно, что кровь течет по ногам; пятно крови осталось на том месте, где сидела; при этом у женщины слабость, головокружение, мелькание «мушек» перед глазами, частый пульс — больше 95 -100 ударов в минуту, бледность кожи и, особенно, губ, а то и обморок, потеря сознания; могут быть боли внизу живота, но может и не быть болей — **это признак маточного кровотечения.** Это очень опасное кровотечение, часто и быстро приводит к смерти из-за потери крови.

Что делать при маточном кровотечении:

1. Уложить больную, запретить двигаться и вставать.
2. Вызвать скорую помощь. Женщины в такой ситуации очень часто отказываются от вызова скорой. **Но вызвать скорую необходимо в любом случае.**
3. Если есть возможность, обильно напоить **теплым питьем** (чай, подогретая минералка, просто теплая

вода) — чем больше, тем лучше, только не спиртным!

4. Даже если одежда испачкана кровью — **не надо пытаться переодеть и не давать переодеваться самой!** Больше ничего делать не надо, все равно ничем другим не поможешь — можно только навредить!

РАНЫ

Раны опасны прежде всего кровотечением. Если есть кровотечение из раны, останови его — делай, как описано в разделе Кровотечение.

Другая опасность ран — в них всегда попадает инфекция, из-за чего рана может загноиться (не сразу, конечно, а дня через три - четыре), вплоть до заражения крови. Рану правильно может обработать **только хирург**. Даже медсестра и врач другой специальности не сумеют правильно обработать рану. Тем более не надо пытаться самому.

Что делать при кровотечении из ран:

1. Если кровотечения из раны нет, или ты его уже остановил — **вызывай скорую помощь!**
2. Если рана на груди, животе, пояснице или ягодицах, особенно если нанесена длинным предметом (ножом, заточкой), или если не известно, чем ранен — **сразу срочно вызвать скорую помощь** (даже если рана на коже маленькая, немного или совсем не кровоточит; даже если раненый чувствует себя хорошо; даже если раненый отказывается от вызова Скорой помощи — особенно, если раненый пьян!). В этом случае существует очень большой риск внутренних повреждений,

опасных для жизни (в том числе внутреннего кровотечения), и разобраться может только хирург, и только в больнице!

3. Если тебе пришлось останавливать кровотечение из раны, не важно, на какой части тела — **скорую вызвать обязательно!**

4. Если из любой раны в любой части тела торчит посторонний предмет (гвоздь, кусок стекла и т.п.) — не пытаться вытащить. Это может усилить кровотечение, в том числе внутреннее. Посторонние предметы из ран может удалять только хирург и только в больнице!

5. Не накладывать на рану повязки первой попавшейся грязной тряпкой! Если нет стерильных медицинских бинтов и салфеток, лучше вообще не накладывать повязку на рану (за исключением кровотечения из раны!).

6. Если из раны торчат вылезшие из нее *внутренние органы* (например, часть кишки при ране живота, или мозговое вещество при ране на голове) — **не пытаться их засунуть внутрь через рану и вообще не трогать!** Можно только наложить сверху повязку стерильными медицинскими салфетками и бинтами (если удалось их раздобыть), не вправляя выпавший внутренний орган, но еще до этого вызвать скорую помощь!

ПЕРЕЛОМЫ

Переломы костей, вывихи, разрывы связок — серьезные травмы, лечить которые должны специалисты (хирурги, травматологи). Даже

первую помощь при таких травмах необученный человек оказать не сможет. Диагноз перелома костей на улице поставить очень сложно даже медику, а значит, не надо и пытаться. Если повреждение хоть немного похоже на перелом или вывих — вызывай скорую!

Что делать при переломах:

1. Не надо пытаться определить, есть ли перелом (вывих, разрыв связок) или нет — если хоть немного похоже на перелом (вывих, разрыв связок) — вызвать скорую помощь!
2. Если у пострадавшего есть кровотечение — остановить его, как описано в разделе **Кровотечение**.
3. **Не надо пытаться перемещать человека**, у которого подозревается перелом или вывих, с того места, где он находится — при неумелых попытках двигать человека с переломом (тем более — ставить на ноги) можно вызвать у него болевой шок. **Тем более нельзя вести пешком или везти своим ходом** (на автобусе, маршрутке, попутках) в больницу или травмпункт — скорая приедет и отвезет!
4. Можно (и нужно) перемещать его в другое место, только если оставлять пострадавшего на прежнем месте опасно для его жизни (например, человек лежит на проезжей части улицы, на трамвайных или железнодорожных рельсах, рядом с открытым огнем и может загореться). При этом надо стараться не получить травму самому!

5. Не надо пытаться накладывать шины, вправлять вывих и выполнять любые другие действия с поврежденной частью тела (кроме остановки кровотечения). Если ты ранее специально не учился оказанию первой медицинской помощи, дождись приезда скорой — там специалисты и специальное оборудование (медицинские шины для переломов и тому подобное). Неумелые попытки наложения шин из подручных средств человеку с переломом могут вызвать у него болевой шок.

52 |



Ожоги

Ожог — очень серьезная и часто опасная для жизни травма, особенно при большой площади ожога.

Что делать при ожогах:

1. Прежде всего, прекратить действие на человека обжигающего фактора — огня, пара, едкого химического вещества. Очень важно при этом не обжечься самому!

- горящую одежду лучше всего быстро снять (сорвать) или залить водой, засыпать снегом, песком.
- только если это не удастся или невозможно — набросить на человека большой кусок плотной ткани (одеяло, пальто, брезент), но ни в коем случае **не накрывать с головой!**
- нельзя сбивать пламя голыми руками — сам обожжешься.
- человек в горящей одежде обычно бежит,

не понимая, что он делает, а от бега одежда горит сильнее — бегущего надо обязательно остановить.

- если человек находится под струей кипятка или пара — оттащить в сторону (осторожно, не обжечься самому!) и сорвать намокшую в кипятке одежду (мокрую одежду трудно расстегивать, лучше и быстрее — разрезать).

- если человек провалился в яму (промоину) с кипятком (как при прорыве теплотрассы) — **не подходи к ней близко и не пытайся вытащить — не вы тащишь**, а сам провалишься и обваришься. *Сразу звони в МЧС (телефон 01 или 112 с мобильника, можно звонить без денег на телефоне!)*

2. Потушив и сняв с обожженного одежду, **сразу начинай охлаждать обожженные места**, чтобы уменьшить тяжесть и глубину ожога.

- лучше всего обливать обожженные места холодной водой (из ведра, из шланга, из крана), **но не более 20 минут**.

- при химическом ожоге едким веществом струей воды смыть остатки едкого вещества, аккуратно, чтобы не брызнуть едким веществом на себя или в лицо обожженному; **не трогать поверхность ожога руками и не пытаться оттереть тряпкой едкое вещество**.

- если мало воды, поливать не удастся — прикладывать к ожогам полиэтиленовые мешки со снегом, льдом, холодной водой, такое охлаждение проводить не более 20 минут.

- если нет ни воды, ни льда, ни снега — просто оставить ожоги открытыми на воздухе (воздух тоже охлаждает).

3. Не отдиравать приставшие к ожогу куски одежды, смолы, битума, не трогать ожог руками, не вскрывать и не прокалывать ожоговые пузыри на коже.

Нельзя смазывать ожоги маслом, мазями (даже лекарственными!) от этого ожоги усиливаются и могут загноиться.

4. Вызвать скорую помощь — при любом ожоге обязательно! Тяжесть ожогов проявляется не сразу, обычно через сутки, а то и двое, и ожог, который вначале выглядит как легкий, через сутки может быть гораздо тяжелее и больше!

5. Только после вызова скорой, дожидаясь ее приезда, если есть под рукой медицинские бинты, наложить сухие повязки на ожоги. В крайнем случае, для повязок можно использовать чистые и сухие косынки, полотенца, простыни.

6. Если на улице холодно, до приезда скорой поверх повязок накрыть обожженного одеялом, пальто, курткой, чтобы не замерз (обожженные замерзают быстро!), если может ходить — завести в теплое помещение.

ОТМОРОЖЕНИЯ

Отморожения — это повреждения, вызванные сильным замерзанием части тела, чаще всего страдают стопы и пальцы ноги, кисти и пальцы руки, нос, уши. Как и ожоги, бывают легкими и тяжелыми, вплоть до

полного омертвления отмороженной части тела. Отморожения очень обманчивы — то, что кажется вначале легким отморожением, может со временем оказаться тяжелым, но понятно это будет не скоро, недели через две! Отморожение — это травма, которую лечат травматологи и хирурги.

Как помочь при отморожениях:

1. Обмороженного отвести в теплое помещение, снять тесную и мокрую одежду, обувь (снимать осторожно, если обувь с отмороженной ноги трудно снимается — разрезать!), переодеть в сухую одежду.
2. Напоить горячим питьем (сладким чаем, например, не алкоголем!), накормить горячей едой.
3. Наложить на отмороженную ногу или руку **сухую и чистую повязку** (лучше — из ваты и марли, можно кусок чистой простыни, полотенце, а поверх — шерстяной шарф или другая шерстяная вещь, например — свитер, вязаная шапка). Нельзя натягивать носки, перчатки, рукавицы.
4. **Нельзя растирать** снегом, тряпками, в том числе шерстяными, руками, разминать, массировать, смазывать маслом, кремом, мазями, даже медицинскими.
5. Нельзя помещать обмороженное место в горячую воду, поливать горячей водой, согревать рядом с огнем, электрообогревателем. Нельзя прижимать к трубам отопления, прикладывать горячие грелки, мешочки с нагретым песком, нагретые кирпичи и тому подобное.

6. Если на отмороженном месте **есть волдыри или участки черного цвета, значит, отморожение тяжелое**: пострадавшего необходимо сразу везти в травмпункт или вызвать скорую помощь.

7. Если волдырей не было, а потом появились (неважно — когда) — везти в травмпункт или вызвать скорую помощь.

8. **Отмороженные уши и нос согревать теплом ладоней, но не растирать и не массировать.** Если появились волдыри или черные участки — везти в травмпункт.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГОЛОВЫ

Такие травмы очень опасны. Даже если на голове нет ран, может оказаться поврежденным мозг! Если человек с повреждением головы терял сознание хоть на минуту, тем более, если он все еще без сознания — повреждение мозга точно есть!

Как помочь при повреждениях головы:

1. Если человек с повреждением головы в сознании — уложить на бок, если без сознания — осторожно повернуть на бок. Повреждения мозга часто вызывают рвоту, повернуть пострадавшего на бок необходимо, чтобы он не захлебнулся рвотой и не задохнулся из-за западения языка.

2. Нельзя перемещать человека без сознания с того места, где он находится. Если на улице холодно – накрыть одеялом или одеждой, не закрывая голову.
3. Перемещать пострадавшего в другое место нужно, только если на прежнем месте оставлять его опасно для его жизни.
4. Если есть кровотечение — остановить его, как описано в разделе **Кровотечение.**
5. **Вызвать скорую помощь обязательно!** Даже если человек с повреждением головы пришел в сознание, даже если отказывается от вызова скорой, нельзя вести пешком или везти своим ходом (на автобусе, маршрутке, попутках) в больницу или травмпункт — скорая приедет и отвезет!
6. Если есть, кроме травмы головы, другие повреждения (раны, ожоги, переломы), займись ими до приезда скорой, как описано в разделах **Раны, Ожоги, Переломы.**
7. Если непонятно, потерял человек сознание или уже умер — считай, что человек жив! Вызывай скорую. Это тоже обязанность врача скорой помощи, а не твоя — определять, жив человек или мертв!

ПОВРЕЖДЕНИЯ ЖИВОТА

Очень серьезная травма, часто опасная для жизни. И при открытых, и при закрытых повреждениях живота часто бывают внутренние тяжелые кровотечения, которые снару-

жи совсем не видны, но быстро приводят к смерти от потери крови.

Как помочь при повреждениях живота:

1. Если с человеком произошло хоть что-то из перечисленного: огнестрельное ранение, ранение ножом или другим острым предметом в область живота или поясницы, или удар по животу кулаком и, особенно, ногой, полицейской дубинкой; падение с высоты; наезд автомобиля на человека; падение животом или поясницей на угол стола, тумбочки или другого предмета с острыми углами — всегда считай, что опасное повреждение живота у него есть! Если человек сильно пьян или было повреждение головы с потерей сознания — может не помнить про травму живота. Но если жалуется, что болит живот; если есть рана, ссадина или синяк на животе — всегда считай, что опасное повреждение живота у него есть!

2. Положи раненого на спину. Если ему легче лежать на боку — пусть лежит на боку.

Нельзя сидеть и вставать.

3. Вызывай скорую помощь!

4. Если есть рана — перевяжи, если есть кровотечение из раны, попробуй остановить, но особо не усердствуй и, **главное, сильно не дави на рану живота** — такие раны обычно не сильно кровоточат наружу. Кровотечение происходит внутрь живота, и сколько ни дави — не остановишь без хирургической операции.

5. Если из раны торчат вылезшие из нее внутренние органы (например, часть кишки) — **нельзя пытаться**



засунуть их внутрь через рану и вообще трогать их! Можно только наложить сверху повязку стерильными медицинскими салфетками и бинтами (если удалось их раздобыть), не вправляя выпавший орган.

6. **Не давай пить и есть** — человеку с повреждением живота это нельзя категорически, а пить попросит обязательно!

7. Если есть возможность, положи ему на живот спереди полиэтиленовый пакет, набитый льдом или снегом.

8. **Нельзя вести пешком или везти своим ходом** (на автобусе, маршрутке, попутках) в больницу или травмпункт — скорая приедет и отвезет!

9. Если, кроме повреждения живота, есть еще другие повреждения (раны, ожоги, переломы, повреждения головы), займись ими до приезда скорой, как описано в разделах **Раны, Ожоги, Переломы, Повреждения головы**.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГРУДИ

Существуют открытые и закрытые повреждения груди. Это очень серьезная травма, часто опасная для жизни. И при открытых, и при закрытых повреждениях груди часто бывают внутренние тяжелые кровотечения, которые снаружи совсем не видны, но быстро приводят к смерти от потери крови.

Как помочь при повреждениях груди:

1. Если у человека есть рана на коже на груди, боку, спине или шее; если имел место удар по груди, боку или спине (неважно чем), если человек упал с высоты или пострадал в автомобильной аварии — всегда считай, что опасное повреждение груди у него есть!
2. Если из раны на груди, боку, спине, шее при дыхании выходит воздух или кровь с пузырями или пеной — надо быстро приложить поверх этой раны кусок полиэтиленового мешка (размером с ладонь или больше) и плотно прижать его всей ладонью сверху. Запихивать внутрь самой раны ничего нельзя, только поверх! **Не отпускай руку от раны** — пока не приедет скорая помощь и врач не разрешит отпустить.
3. Если есть рана на коже на груди, боку, спине или шее; если ран нет, но был удар по груди, боку, спине; если человек падал грудью, боком, спиной на острый угол; если пострадал в автомобильной аварии — **вызывай скорую помощь!**
4. Не пытайся сам разобраться — есть ли переломы ребер и других костей, повреждения сердца, легких — пусть разбираются врачи, это их работа.
5. Если нет других повреждений, кроме области груди (грудь, бок, спина), человека **надо посадить**, а не положить.
6. Если из раны в груди, спине, боку, шее торчит посторонний предмет (нож, штырь и тому подобное) — не пытайся вытащить. Это может усилить кровотечение, в том числе внутреннее. **Посторонние предметы**

из ран может удалять только хирург в больнице!

7. Если есть другие повреждения, кроме области груди, займись ими до приезда скорой, как описано в разделах **Раны, Ожоги, Переломы, Повреждения головы, Повреждения живота.**

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГЛАЗА

Такие травмы бывают очень опасны — человек может остаться без глаза, ослепнуть. В некоторых случаях повреждения глаза могут быть опасными для жизни (если в глаз ткнули длинным предметом, через глазницу он мог проникнуть в мозг!)

Опасные повреждения могут нанести и мелкие предметы, которые часто даже не видны в глазу. Могут быть опасные повреждения глаза даже без ранения, например, при ударе по глазу. Глазам могут нанести ожоги искры от костра, от электросварки, горячей сигареты, а также едкие химические растворы (кислота, щелочь) и даже такие вещества, которые не обжигают кожу (бензин, спиртное, йод).

Если вдруг появилась боль в глазу, потекли слезы, трудно смотреть на свет (неважно, был удар по глазу или нет) — считай, что повреждение глаза есть!

Как помочь при повреждениях глаза:

1. Если есть ранение глаза длинным предметом (ножом, спицей); или, кроме повреждения глаза, есть другие повреждения; или человек с повреждением глаза без сознания — **сразу вызывай скорую!**

2. Если в глазу торчит посторонний предмет (нож, гвоздь и тому подобное) — не пытайся вытащить. Удалят врачи в больнице!

3. Если из глаза или раны рядом с глазом течет кровь — не пытайся остановить кровь, нажимая на глаз или на эту рану. Нельзя нажимать на глаз! Сразу вызывай скорую.

4. Если есть ожог глаза химическими веществами (и тебе это точно известно), обильно промой глаз чистой водой, и ничем другим. Полей воду на глаз, даже если человек зажмуривается.

Нет чистой воды – не промывай!

5. Повязку на глаз накладывай только стерильным медицинским бинтом и стерильными медицинскими салфетками (например, из автомобильной аптечки, если удалось остановить проезжающий мимо автомобиль). **Нет медицинских бинтов — не бинтуй вообще!**

6. Если есть другие повреждения, кроме повреждения глаза, займись ими до приезда Скорой, как описано в разделах **Кровотечение, Раны, Ожоги, Переломы, Повреждения головы, Повреждения живота.**

7. Если нет раны глаза, ожога глаза и повреждений других частей тела, можно отвезти в глазной травматологический пункт по адресу: Литейный проспект, дом № 25 (работает круглосуточно, принимает всех, в том числе без документов).

ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

Если человек без сознания, это всегда означает, что с ним случилось что-то страшное, опасное для жизни: тяжелая болезнь, или тяжелая травма, или тяжелое отравление!

|63
+

Как помочь при потере сознания:

1. Если непонятно, человек потерял сознание или уже умер — не пытайся определить это сам. Считай, что человек жив! Вызывай скорую — пусть в этом разбирается врач, это его обязанность. **Не пытайся сам выяснить, от чего человек потерял сознание.**
2. Поверни человека, потерявшего сознание, на бок, чтобы он не захлебнулся рвотой и не задохнулся от западения языка.
3. Нельзя перемещать человека без сознания с того места, где он находится. Если на улице холодно — накрой одеялом или одеждой, не закрывая голову.
4. Нужно перемещать пострадавшего в другое место, только если оставлять его на прежнем месте опасно для его жизни.

5. Если есть кровотечение — обязательно остановить его, как описано в разделе **Кровотечение**.
6. Если от человека пахнет спиртным и он «в отключке», все равно обязательно вызывай скорую помощь — у него могут быть тяжелые травмы, которые у пьяного очень трудно распознать даже врачам! Кроме того, бывают смертельные отравления спиртным, которые начинаются как раз с потери сознания.
7. Если человек без сознания пришел в себя до приезда скорой помощи (сознание вернулось, зашевелился, заговорил) — это не значит, что он стал здоров. Он может снова потерять сознание в любую минуту! Не разрешай вставать, вызывай скорую помощь (если еще не вызвал), даже если он отказывается от вызова скорой (особенно, если он пьян!).

СУДОРОЖНЫЙ ПРИПАДОК **(СУДОРОГИ)**

Если человек заорал или завыл, упал, дергает руками и ногами, или трясется всем телом и головой, или выгнулся дугой, не отвечает на вопросы, изо рта идет пена, часто кровавая (прикусил язык) — это и есть судорожный припадок.

Обычно такие припадки вызваны эпилепсией, однако могут происходить и по другим причинам: при повреждении головы, при кровоизлиянии в мозг

(инсульте), при отравлениях (в том числе «паленой» водкой) и других тяжелых болезнях. При повреждении головы припадок может случиться даже через несколько дней после получения травмы. Во время такого припадка человек всегда без сознания, даже если шевелится и кричит, поэтому разговаривать с ним бесполезно — не слышит!

Как помочь при судорожном припадке:

1. **Не пытайся навалиться на человека и держать** — не удержишь, пока припадок не закончится сам.
2. **Не пытайся разжать человеку зубы и освободить прикушенный язык** — язык уже все равно прокушен, да и, скорее всего, зубы разжать не удастся — только поломаешь или выбьешь их!
3. **Единственное, что нужно сделать** — чтобы припадочный не разбил себе голову, сложить свои ладони «чашечкой», сунуть ему под голову и придерживать ее, пока припадок не закончится.
4. Конечно, нужно следить, чтобы он не свалился куда-нибудь, когда дергается (например, если рядом горит костер — в костер; если электрообогреватель — на него; если рядом торчат какие-нибудь острые предметы — не наткнулся на них).
5. Когда припадочный перестанет дергаться и затихнет, скорее всего, заснет — это не значит, что он выздоровел. **Вызывай скорую помощь, даже если он пришел в себя и разговаривает;** даже если отказывается от вызова скорой; даже если говорит, что раньше такое с ним бывало и все само проходило — не слушай его.



6. Обычно припадочный не помнит, что с ним произошло. Ничего ему не объясняй, вызывай скорую (потом врачи ему все расскажут и объяснят). Не пытайся сам выяснить, от чего у него припадок, пусть врач скорой помощи разбирается.

7. До приезда скорой помощь оказывай, как написано в разделе **Потеря сознания**.

8. Если все-таки он успел разбить голову во время припадка (такое часто бывает), помощь оказывай, как написано в разделе **Повреждение головы**.

9. Если есть другие повреждения, займись ими до приезда Скорой.

10. Во время припадка человек, скорее всего, описается и обкакается — не пытайся переодеть его, даже после припадка!

Если человеку стало плохо...

...особенно, если это произошло внезапно (только что был здоров, и вдруг поплохело) — это всегда очень опасно. Так часто начинаются многие тяжелые, опасные болезни! Человек, которому на самом деле стало очень плохо, часто даже не может сказать, что именно болит: «Мне плохо — и все!».

Признаки того, что человеку действительно плохо:

1. Человек вдруг упал без причины и не может встать, или встает с трудом. Не дышит.

2. Потерял сознание.
3. Не потерял сознание, но появилась сильная слабость, кружится голова, потемнело в глазах.
4. Не слушаются или плохо слушаются руки и ноги (особенно одна рука и одна нога).
5. Заорал или завыл, упал, дергает руками и ногами или всем телом и головой, или выгнулся дугой, не отвечает на вопросы, изо рта идет пена, часто – кровавая, если человек прикусил язык;
6. Трудно говорить, говорит коротко и как бы нехотя, очень тихо, на вопросы отвечает не сразу, часто невпопад или неразборчиво;
7. Тяжело и часто дышит; или говорит, что задыхается (нечем дышать, не хватает воздуха);
8. Жалуется на сильные боли или кричит от болей - неважно, что болит, но особенно опасны сильные боли в голове, груди, спине, боку, животе, пояснице;
9. Паникует, кричит: «Ой, сейчас умру!», «Умираю!», «Плохо мне, помогите!» Человеку в таких случаях надо верить. Говорит: «Плохо, умираю!» — верь, что очень плохо!
10. Испачкан кровью (голова, лицо, одежда, другие места).
11. Человека тошнит и рвёт, при этом где-нибудь болит. Особенно опасно, если болит голова, живот, бок, поясница, грудь;
12. Пострадавший бледен, губы белые или синюшные, руки и ноги холодные.
13. Пострадавший весь красный,



багровый (или хотя бы только лицо и шея).

14. Лицо и шея синюшные, жилы на шее вздулись, человек дышит шумно или со свистом, с хрипом.

15. Пострадавший заговаривается, бредит.

Как помочь?

1. Если есть **хотя бы один** из этих признаков — вызывай скорую помощь!

2. Если есть кровотечение — сначала останови кровотечение, как описано в разделе **Кровотечение**, а только потом уже вызывай скорую помощь!

3. Если человек потерял сознание — до приезда скорой оказывай помощь, как описано в разделе **Потеря сознания**.

4. Если есть рвота, положи человека на бок.

5. Не можешь понять, есть ли у него повреждения или нет — ничего не делай, просто жди приезда скорой рядом с ним.

6. Если видишь, что повреждения есть, займись ими, как описано в разделах **Раны, Ожоги, Переломы, Повреждения головы, Повреждения живота, Повреждения груди**.

7. Если на улице холодно, и человек может идти — помоги ему дойти до ближайшего теплого помещения (например, магазина). Если не может идти, или до теплого помещения далеко — накрой его там, где он лежит одеялом, пальто, курткой, не закрывая голову. Не пытайся нести его или тащить.

