



Sigurni i jednaki u slučaju elementarnih nepogoda i drugih nesreća

Prirodne i druge vrste katastrofa, koje ugrožavaju i odnose ljudske živote i uzrokuju znatnu materijalnu štetu, mogu se desiti bilo gdje i bilo kada, često iznenada i bez prethodnog upozorenja. Posebno ranjivu kategoriju u ovakvim situacijama predstavljaju osobe sa invaliditetom.

Ova brošura je namijenjena osobama oboljelim od multiple skleroze (ms).

Multipla skleroza (ms) je neurodegenerativna i autoimuna bolest koja "napada" bijelu masu centralnog nervnog sistema. Pojava multiple skleroze praćena je mnogim poremećajima različitih stepena: od blage ukočenosti i otežanog hodanja, do potpune paralize, sljepila itd. Simptomi multiple skleroze su različiti: slabost, zamor, ukočenost, inkoordinacija, drhtanje, nejasan govor, depresija, spazam mišića, problem sa ravnotežom, vidom, bubrezima i bešikom, otežano pamćenje i misaoni tokovi...

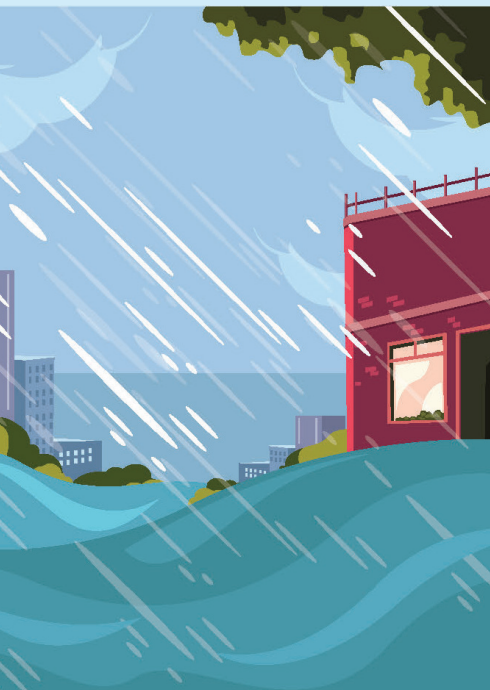
Šta uraditi prije elementarnih nepogoda i drugih nesreća

- Unaprijed se informišite o rizicima (sa kojima možete da se suočite – kojima možete biti izloženi) putem medija, društvenih mreža ili dnevnih novina.
- Upoznajte se sa uputstvima za postupanje u slučaju požara, poplava i zemljotresa i informišite vaše članove porodice, komšije, prijatelje ili asistente.
<https://www.gov.me/dokumenta/42b4c9a0-169c-42a2-a46f-6caf82ace7d5>
- Savjesnim ponašanjem u prirodi i poštujući uputstva umnogome ćete doprinijeti da se smanji opasnost od šumskih požara.

Ako se vaša kuća nalazi u šumi ili u njenoj blizini

Obezbijedite prostor oko vaše kuće držeći ga urednim (sklanjajući stabla i zapaljive materije), a ako niste u mogućnosti zamolite za pomoć članove vaše familije, komšije ili prijatelje.





U slučaju zemljotresa

Portudite se da svoje okruženje (mjesto stanovanja) učinite sigurnijim u fazi prevencije (prije zemljotresa), primjenjujući preporuke iz Uputstva za postupanje u slučaju zemljotresa.

<https://www.gov.me/clanak/216140--uputstva-za-postupanje>

U slučaju poplava

Ukoliko živite u plavnom području, sistem ranog upozorenje (rane najave) predstavlja jedan od ključnih mehanizama koji vam nagovještava i upozorava vas na moguće poplave. U periodu pojačanih padavina redovno se informišite putem medija da li se izdaju upozorenja Direktorata za zaštitu i spašavanje MUP-a i saopštenja Zavoda za hidrometeorologiju i seizmologiju kako biste se na vrijeme zaštitili od mogućih opasnosti i na taj način povećali svoju sigurnost.

U slučaju rizika neophodno je da slijedite sljedeće preporuke:

- Ukoliko koristite injekcionu imunomodulatornu terapiju, nastojte da imate manji, ručni transporter u frižideru u kojem se nalazi injekciona terapija za naredna dva ili tri dana.
- Terapiju per-os (tablete) uvijek nosite sa sobom u džepu ili u neseseru u kojem su lična karta, zdravstvena knjižica ili neki drugi identifikacioni dokument.
- U svom telefonu treba da imate ukucane prioritete brojeve članova porodice ili prvih komšija.



- Ukoliko se nađete u situaciji da vam je potrebna pomoć (saobraćajna nezgoda, poplava, požari, zemljotres, klizište, obrušavanje snijega) nazovite prethodno unesene brojeve:

o 112 – Operativno komunikacioni centar 112 Direktorata za zaštitu i spašavanje MUP-a (koji mogu locirati mjesto sa koga pozivate i mogu vas povezati sa svim hitnim službama)

o 122 – Policija

o 123 – Opštinska služba zaštite i spašavanja

o 124 – Hitna medicinska pomoć

- Svoja ortopedska pomagala držite kraj sebe.

- U kontaktu sa spasiocem nastojte da komunicirate: verbalno ili taktilno ili kombinovano (riječ, dodir, tretanje).

- Svojim ponašanjem pomognite spasiocima da vas bezbjedno evakuišu.

- Ukažite na kućnog ljubimca ako je sa vama, a životinju smirite da prihvati pomoć spasilaca.

- Ne paničite, budite smireni, jer dolaskom spasilačke ekipe, vaša sigurnost je zagarantovana.

Iako razlikujemo relapsno-remitentni oblik multiple skleroze (pokretni), postoji i sekundarni tip (najčešće teže pokretni) i primarno-progresivni tip (nepokretni), multipla skleroza je oboljenje koje dovodi do invaliditeta. Dakle, oboljeli sa ms je pacijent, ali i osoba sa invaliditetom.

Multipla skleroza pogađa u svakom životnom dobu, ali najčešće osobe od 20 do 40 godina i češća je kod žena nego kod muškaraca.

Svaka iznenadna situacija koja prouzrokuje stresno stanje kod oboljelog od multiple skleroze imaće za rezultat paralizu pacijenta, nemogućnost govora, stanje šoka.

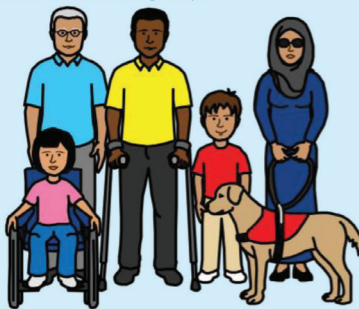


EVAKUACIJA OBOLJELIH OD MS

- Kontakt ostvarujete dodirrom.
- Baterijskom lampom (u oči) provjeriti stanje pacijenta, da li je u stanju šoka ili može komunicirati.
- Komunikaciju uspostavljate klasičnim pitanjima ili sugestivnim navodima: "Ako me čujete, trepnite"; "Ako me čujete, stisnite moju ruku."
- Nastojte ponijeti telefon pacijenta, jer ćete tako lakše doći do prvih srodnika ili prijatelja.
- Nakon što uspostavite komunikaciju, evakuišete pacijenta.
- Obavezno evakuišete i ortopedsko pomagalo koje (ako ga pacijent koristi) treba da je u neposrednoj blizini pacijenta.
- Osobu evakuišete shodno njenom stanju (teže pokretan ili nepokretan) jer i oni koji su pokretni od stresa novonastale situacije u datom momentu biće nepokretni. (Objasniće naknadno da su im se "noge oduzele").
- Obavezno povedite računa da uz pacijenta ponese njegovu terapiju (Injekciona ili u tabletama).
- Osobe oboljele od ms možda imaju kućnog ljubimca. Ne zaboravite ga u evakuaciji.
- Nakon što ms osobu obezbijedite na sigurnom mjestu, utoplite je i potražite najbliže srodnike.

Možete preuzeti besplatnu mobilnu aplikaciju 112 mne:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=okc.com.okc112&gl=US&pli=1>



Sadržaj ove brošure isključiva je odgovornost Direktorata za zaštitu i spašavanje MUP-a Crne Gore i ni na koji način se ne može smatrati da odražava stavove Evropske unije.



Co-funded by
the European Union



U PRAVA
REPUBLIKE
SLOVENIJE



ZA ZAŠČITO IN REŠEVANJE



112