

## ГЛАВА 8

# УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗАЩИТЫ И БЕЗОПАСНОСТИ

Обратимся теперь к тем аспектам безопасности, которые вы должны учитывать в качестве директора или руководителя офиса/делегации. Мы хотим уделить внимание именно вопросам безопасности, а не всему спектру ваших обязанностей.

Мы рассмотрим роль руководителя и выскажем некоторые соображения относительно планирования на случай чрезвычайных обстоятельств и ваших обязанностей в этой области, а также ваших обязанностей в отношении проблемы, которая часто совершенно упускается из виду, а именно — пожарной безопасности.

## РОЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ ОФИСА/ДЕЛЕГАЦИИ

У руководителя может быть большой штат, скажем, 30 иностранных работников и 200–300 или даже больше местных сотрудников. Но бывает и так: вы единственный иностранец в офисе, где может быть любое количество местных сотрудников. Нижеследующие рекомендации в равной степени относятся к любому составу вашего штата.

## ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ

Для обеспечения защиты и безопасности я рекомендую рассмотреть следующие факторы.

**Угрозы безопасности вашего персонала в районе вашей деятельности.** Выявите группы, представляющие опасность (армия, повстанцы, партизаны). Выясните, какие конкретные виды оружия (о которых мы говорили ранее) применяются, и позаботьтесь о том, чтобы ваш персонал знал, что нужно делать для уменьшения рисков. Необходимо учесть также опасность, исходящую от обычных преступников. Очень важно проводить регулярный инструктаж и обмен информацией о ситуации в области безопасности.

**Задачи, которые вы выполняете.** Кому вы стремитесь оказать помощь (какой категории жертв, в рамках какого проекта, где)? С какими сторонами конфликта вам необходимо установить нормальные отношения, для того чтобы выполнить свои задачи?

**Личная безопасность вашего персонала.** Продумайте меры по охране зданий и находящегося в них оборудования — офисов, домов, складов и гаражей. Следует ли создавать убежища? Если будут видеть, что вы строите убежища из мешков с песком или укрепляете подвал, не вызовет ли это всеобщее недоумение? Бывают моменты, когда такая деятельность может встревожить местных жителей и даже военных. Разве вам стало известно что-то такое, чего они не знают?! Вы не должны сеять панику или вызывать подозрения. Об этом нужно серьезно подумать. Вы можете заказать мешки для песка, пленку «3M paper» и т. д., но затем все это просто хранить на складе. Если же ситуация ухудшится, у вас все будет под рукой.

**Пожарная безопасность.** Я не ошибусь, если скажу, что большинство руководителей забывают о важности пожарной безопасности. В большой организации вы

можете поручить этот вопрос и ряд других забот вашему администратору или заместителю. Но начать должны вы. Дальше в этой главе мы коснемся основных моментов пожарной безопасности.

**План действий при непредвиденных обстоятельствах.** Совершенно ясно, что планирование на случай непредвиденных обстоятельств является вашей обязанностью как начальника. Это касается не только эвакуации при ухудшении обстановки, но также и медицинской эвакуации персонала и создания резервов для периодов высокого риска (см. следующий раздел). Например, желательно обеспечить достаточный запас на складе пленки «3М rarep», мешков для песка и инструмента для их заполнения.

**Транспортные средства и безопасность вождения.** Вы должны установить правила, исходя из вышеприведенных рекомендаций: о движении ночью, скорости, техническом обслуживании, наличии запасных деталей, инструментах и т. д. Необходимо, чтобы вновь прибывающие сотрудники проходили тренировку по вождению. Не рассчитывайте на то, что они сами будут просить об этом или что они имеют опыт вождения ваших машин.

**Поведение вашего персонала на работе и вне ее.** Вопрос поведения относится, естественно, и к местному персоналу, и мы уже касались многих аспектов этого. Опробетчивое поведение может иметь драматические последствия для вашей защиты и безопасности. Вы должны изложить рекомендации языком необходимых вам **правил. Установите нормы, показывайте пример** и требуйте, чтобы эти правила выполнялись. Здесь немного сказано об этом, но нормы поведения — одна

из важнейших сторон вашей работы в том, что касается безопасности и общего руководства.

**Инструкция по вопросам безопасности.** Вы обязаны составить инструкцию по вопросам безопасности для вашей команды, если такой инструкции нет. Даже если она существует, вы должны проверить, точно ли она соответствует тому, что вам нужно.

**Здоровье персонала.** Неужели вам нужно еще и следить за здоровьем персонала? К сожалению, да. Или же поручите это врачу либо фельдшеру из числа вашего персонала. Если регулярно не проверять и не настаивать на строгом соблюдении всех требований, то скоро некому будет работать из-за какого-нибудь непонятного и неприятного желудочно-кишечного заболевания.

## **УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОВЫМИ СИТУАЦИЯМИ**

Сотрудники, находящиеся в состоянии стресса, представляют собой угрозу безопасности, и своей собственной, и окружающих. Я не буду подробно обсуждать эту тему, поскольку она разработана гораздо более квалифицированными экспертами. Сегодня большинство гуманитарных организаций очень серьезно относятся к этой проблеме. Однако эксперты сидят в тихих кабинетах Женевы или Нью-Йорка, а вы работаете в зоне конфликта. Примите к сведению их советы и рекомендации, но в конечном счете только от вас и вашего умения руководить зависит управление стрессовыми ситуациями, в особенности их предупреждение. Какие же практические меры необходимо принимать?

От того, как вы руководите и управляете, решающим образом зависит облегчение стресса. Главное здесь —



забота о ваших людях и понимание их проблем. Вы всегда должны быть готовы их выслушать. И не нужно бояться давать советы человеку или бранить его, если он поступил неправильно. Это покажет ему, что он вам небезразличен. Добивайтесь соблюдения надежных правил и процедур безопасности. Обеспечивайте хороший инструктаж и обмен информацией.

Выходные дни важны. Возможно, вы считаете, что необходимо работать до полуночи каждый день без выходных. Поступая так, вы подаете плохой пример. Другие люди тоже будут задерживаться на работе, считая, что так нужно. В конце концов весь коллектив страшно вымотается и окажется на грани стресса. Требуйте, чтобы велся журнал отпусков. Позаботьтесь о том, чтобы ваши сотрудники регулярно делали перерывы в работе, и сами поступайте так же. Нет незаменимых людей — поручите работу другим и отдохните.

Вы отвечаете за благополучие вашего персонала. Вы можете облегчить напряженные и неприятные стороны жизни, если правильно понимаете ситуацию и стремитесь ее улучшить. Могут ли ваши делегаты звонить домой, когда они хотят? Если нет, то почему? Как организовать это? Связь с домом и близкими людьми очень помогает при стрессе. Могут ли они пользоваться электронной почтой в каких-то разумных пределах? Если нет, то как в этом деле им помочь? Сумели ли вы организовать доставку таких приятных мелочей, как сигареты, напитки, мыло, журналы, видеозаписи и т. д.? Не все из перечисленного выше можно сделать, но, проявив выдумку и волю, вы сумеете улучшить любую ситуацию.

Стресс во многом можно ослабить хорошим руководством и управлением. Эксперты, безусловно, окажут вам в этом содействие, а вы обязаны изучить их рекомендации. Но именно вы можете предвидеть наступление стресса и сделать максимум для того, чтобы он не достиг недопустимого уровня. Делайте все возможное, чтобы заметить первые слабые вспышки стресса и погасить их прежде, чем они вспыхнут пламенем, способным испепелить весь ваш бесценный коллектив. Более полные сведения по этому вопросу можно почерпнуть в брошюре: Бертольд Биренс де Хан, *Как справляться со стрессом*, Москва, МККК, 2009.

## **ПЛАН ДЕЙСТВИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ/ПЛАН ЭВАКУАЦИИ**

Здесь речь пойдет о том, как наметить в общих чертах план действий на случай «а если вдруг...». В суете повседневной многотрудной жизни организации, действующей в зоне конфликта, этот важный аспект защиты

и безопасности часто упускают из виду. Можно услышать такие отговорки, как «до этого еще далеко» или «с нами это никогда не случится». Да, это действительно может никогда не произойти, но если это произойдет, а вы к этому готовились, то вам и вашему коллективу будет значительно легче справиться с трудностями. Не нужны детальные планы (более того, детали могут даже навредить). Ситуация никогда не развивается точно так, как мы предполагали. Тем не менее план, в котором в общих чертах учтены основные или часто встречающиеся факторы, является полезным инструментом действий в непредвиденных обстоятельствах.

Весьма вероятно, что вы получите такие планы из штаб-квартиры вашей организации. Они будут носить, естественно, очень общий характер, охватывая, как это и должно быть, широкий спектр операций по всему миру. Вам же нужно будет наполнить эти планы некоторым конкретным содержанием, чтобы они отвечали тем специфическим условиям, в которых вы работаете.

Мы не можем рассмотреть здесь все возможные чрезвычайные ситуации. Однако на примере трех характерных ситуаций покажем, как подходить к такому планированию и какой набор факторов желательно учесть.

Таким образом, мы рассмотрим планирование на случай:

- продолжительного пребывания в опасной обстановке;
- частичной эвакуации;
- полной эвакуации.

При составлении таких планов важно определиться с критическим моментом принятия решения, то есть

с моментом, когда будет инициироваться реализация таких планов. Это необходимо для того, чтобы в случае наступления такого критического момента вы и ваша организация достаточно хорошо понимали, какие действия от вас ожидаются и как вы, вероятнее всего, будете реагировать. Эти критические моменты важны, поскольку ситуация порой быстро, в течение часов, меняется. Радиосвязи может не быть. Руководитель офиса или делегации будет испытывать чрезвычайные нагрузки. Принятию решений будут способствовать следующие факторы: предварительное планирование, обсуждение и договоренности между вами и вашей штаб-квартирой относительно критических моментов. Это некая гарантия того, что в случае невозможности получить указания из штаб-квартиры будут приняты правильные решения.

Рассмотрим теперь факторы составления в общих чертах планов для наших трех сценариев. Нелишне, наверное, заметить, что эти три плана основаны на реальной ситуации, хотя я и не буду раскрывать время и место, где это происходило. Рассматриваемые факторы основаны именно на конкретной ситуации. Поэтому не обязательно, что все окажется приемлемым для вашего плана.

Я хочу показать, что планирование на случай чрезвычайной ситуации совсем несложное дело. В этом нет ничего мистического. Это просто дело, требующее здравого смысла, и займет оно у вас всего примерно час времени. Составив планы, положите листки в нижний ящик стола. Если у вас появится новая идея или обстановка вдруг изменится, вы можете быстро внести изменения в планы.

## **ПЛАНИРОВАНИЕ НА СЛУЧАЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОГО ПРЕБЫВАНИЯ В ОПАСНОЙ ОБСТАНОВКЕ**

Рассмотрим типичный сценарий. Город, в котором вы обосновались, подвергается массированному удару. Предупреждение об опасности вы получили слишком поздно и эвакуация невозможна. Поэтому нет никакого иного выхода кроме того, чтобы остаться и, не падая духом, дожидаться, пока ситуация не нормализуется.

При планировании на случай такой быстро ухудшающейся обстановки нужно рассмотреть следующее.

**Цель.** Целью здесь может быть обеспечение пассивной защиты вашего коллектива в течение двух недель в ухудшающейся обстановке.

**Использование подвала.** Длительная осада города может потребовать, чтобы для безопасности люди время от времени спускались в подвал. Места в подвале будет мало, поскольку другие жители города также захотят им воспользоваться. Проблемой будет место для автомобилей. Вы должны запланировать место в подвале хотя бы для одной машины для передвижения и связи. Либо можно один подвал отвести для персонала, а другой — для двух машин.

**Запасные антенны.** Было бы разумно, не откладывая, заказать еще две ВЧ и две УКВ антенны, а также коаксиальные кабели, на тот случай если имеющиеся будут уничтожены. Нужно составить схему прокладки кабелей к подвалу и незамедлительно проложить кабели.

**Радио.** Сегодня же решите, какое радиооборудование нужно перенести в подвал, в его составе должно быть оборудование системы SATCOM.

**Продукты питания, медицинские принадлежности, вода, кухонные принадлежности.** Приобретите и храните на складе необходимый запас на случай срочного перемещения в подвал.

**Постельные принадлежности.** Положите спальные мешки в офисе близко к подвалу.

**Элементы питания, свечи, генератор.** Запаситесь достаточным количеством элементов питания и свечей, а также запасом топлива для генератора. Не забудьте про аккумуляторные батареи для резервного питания радиостанции.

**Отопление.** Запаситесь тремя или четырьмя обогревателями и топливом для них.

**Укрытие.** Постройте взрывозащитную стенку из мешков с песком у входа в подвал. У въезда в подвальную стоянку для автомобилей разместите бочки из-под нефтепродуктов, частично заполненные песком. Их будет легче откатить в сторону, если потребуется.

**Освещение.** Прокиньте провод с электролампами для подсоединения его к генератору.

**Поддоны.** Перенесите в подвал из склада некоторое количество деревянных поддонов, для того чтобы поднять уровень пола на случай сильного дождя.

Имейте в виду, что вам, возможно, придется максимально увеличить количество всех перечисленных предметов (включая еду, медицинские принадлежности и т. д.) в случае, если много других людей будут укрываться вместе с вами.

## ПЛАНИРОВАНИЕ ЭВАКУАЦИИ

Здесь следует рассмотреть два уровня планирования: частичная эвакуация и полная эвакуация (уход из страны).

В силу ряда обстоятельств это довольно непростой вопрос, как я мог убедиться, лично участвуя в таком деле. Некоторые организации вовсе не хотят уходить: они находятся там для того, чтобы помогать жертвам, и они остаются. Моральные устои и традиции организации важны, и не мне предлагать ей собирать вещи и уходить при малейшей опасности. Тем не менее даже самые глубокие убеждения и традиции приходится иногда соотносить с суровыми реалиями жизни. Поэтому всегда разумно составить какой-либо план на случай наихудшего развития событий.

Другой реальной проблемой на месте действия может быть то, что ни один человек из вашей команды не захочет уходить. Например, вам будет очень трудно включать людей в состав частичной эвакуации. У каждого найдется великолепная причина остаться, и никто не захочет бросить своих товарищей. Эта ситуация — настоящее испытание ваших качеств как руководителя. В некоторых случаях частичная эвакуация является самым оптимальным решением. Никто не скажет, что вы покинули жертв в час испытаний; вы подтвердили свою надежность и поддержали традиции вашей организации. И в то же самое время вы уменьшили риски, сократив число тех, кому грозит опасность. Путем разумного планирования вы оставляете самый ценный персонал, людей, которые могут действительно чего-то добиться. Все же остальные сотрудники, у которых нет никакой возможности работать, уходят. И вам легче, поскольку они теперь в безопасности и вам не нужно обеспечивать их работой, едой и защитой. Как только ситуация улучшится, они смогут сразу же вернуться.

## Частичная эвакуация

Рассмотрим следующий возможный сценарий. Частичная эвакуация необходима, поскольку падение города неминуемо. Работа с выездом на места теперь исключается, но ограниченную помощь населению города можно будет оказывать.

Рассмотрим следующие факторы планирования.

**Цель.** Целью в данном случае будет эвакуация части персонала и оставления на месте ключевой группы специалистов.

**Исходные положения.** Исходим из того, что эвакуация еще возможна по воздуху, если аэропорт не поврежден и безопасен. Иначе придется осуществлять эвакуацию наземным транспортом.

**Персонал.** Не откладывая, решите, сколько людей должно быть эвакуировано и кто конкретно. Чтобы избежать себя от споров, о которых мы говорили выше, возможно, имеет смысл никому не показывать этот список. Имеется также веский довод в пользу того, чтобы уже заранее четко решить, кто должен будет уехать. Это, безусловно, сэкономит вам ценное время в момент, когда ситуация станет напряженнее! Включать ли местных сотрудников в этот список? И захотят ли они уехать?

**Критический момент принятия решения.** Заранее обсудите с вашей головной организацией или штаб-квартирой вопрос критического момента. Договоритесь с ними о критическом моменте принятия решения о частичной эвакуации, например в случае неминуемого штурма города. Если такая ситуация возникнет, может просто не оказаться времени на подробные обсуждения. Ваша радиоантенна, например, окажется уничтожена.

Промедление может стать опасным. Предварительные договоренности позволят вам с уверенностью приступить к осуществлению плана. Зная ваш план, в штаб-квартире будут довольно хорошо понимать, что вы делаете, даже если у них нет возможности связаться с вами. Они должны заблаговременно оказать вам всю возможную помощь с тем, чтобы вы могли выполнить свой заранее составленный план, если возникнет такая необходимость.

**Взаимодействие.** В некоторых ситуациях вам, скорее всего, потребуется установить тесное взаимодействие с ООН или армией, для того чтобы получать самую последнюю информацию о складывающейся ситуации, для защиты, для получения информации о местных людях, эвакуированных и т. д. Вам может понадобиться организовывать места встречи с военным сопровождением, согласовывать время действия, договариваться о дополнительном транспорте. Желательно назначить одного сотрудника представителем по связям с ООН или армией.

**Личные вещи.** Что из личных вещей смогут взять с собой ваши люди? По-видимому, очень немного. Остальное нужно запаковать и убрать на склад.

## **Полная эвакуация**

В этом случае сценарий может быть следующим. Ситуация настолько опасная, что работать вам в настоящее время совершенно невозможно. Ваши жизни подвергаются ненужному риску. Армия просит вас уйти ради вашей собственной безопасности.

В дополнение к факторам, уже рассмотренным в отношении частичной эвакуации, вам следует рассмотреть следующее.

**Цель.** Целью здесь является эвакуация всех оставшихся людей.

**Исходные положения.** Исходим из того, что аэропорт уже не работает. Следовательно, эвакуация по воздуху крайне маловероятна. Придется выбираться наземным транспортом. Полагаем, что стороны конфликта обеспечат вам безопасный проход.

**Транспорт.** Достаточно ли у вас транспортных средств для всех людей? Имеется ли необходимое количество топлива?

**Переговоры/разрешение на проход.** Вам нужно со всей тщательностью проинформировать все заинтересованные стороны и договориться с ними об обеспечении безопасного прохода вашего транспорта.

**Конфиденциальный материал.** До отъезда уничтожьте весь материал конфиденциального характера.

**Продукты питания.** Достаточно ли еды для всех людей на все время пути?

**Деньги.** Вам потребуются наличные деньги на непредвиденные обстоятельства!

## **ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

Этот раздел мы включили в главу, посвященную управлению, поскольку об этих мероприятиях часто совершенно забывают. Потеря склада или офиса в результате пожара может поставить под угрозу всю вашу работу. Вот некоторые простые рекомендации, которые могут пригодиться в вашей конкретной ситуации.

Имеется ли у вас достаточное количество огнетушителей? Требуемое их количество, естественно, зависит от размера офиса или склада. Например, в маленьком двухэтажном доме неплохо иметь по две штуки на каждом этаже и еще один для кухни. Их следует рассредоточить, а не хранить в одном месте. Проверьте, когда они были заряжены (на каждом огнетушителе должна быть бирка с датой зарядки). Их следует проверять или перезаряжать раз в год. Все ли знают, как пользоваться огнетушителем? Время от времени, возможно в процессе противопожарного инструктажа, демонстрируйте с помощью старого огнетушителя, как это делать.

Если невозможно приобрести огнетушители, то используйте пожарные ведра, часть из которых заполнена песком, а часть — водой. Установите их в доступных местах на каждом этаже.

Есть ли в здании второй или аварийный выход? Можно ли им пользоваться? Не загроможден ли он или не заперт ли он? Можно ли быстро найти ключ в экстренном случае? Смогут ли выбраться из здания люди, находящиеся на верхних этажах? Есть ли наружная пожарная лестница? Нужно ли запастись лестницами (желательно складными), которые можно было бы спускать в случае опасности?

Имеется ли у вас план эвакуации в случае пожара или соответствующая инструкция? Все ли знают, что это такое? Проводили ли вы когда-нибудь противопожарные учения?

Имеется ли у вас система пожарной сигнализации или хотя бы колокол или висящий металлический брус с молотком, которым можно было бы ударить по нему?



Может быть, нужно заказать дымовые пожарные сигнализаторы? Они достаточно дешевы и питаются от аккумуляторных батареек.

Огнестоек ли склад? Складируются ли опасные и легко воспламеняющиеся запасы отдельно от остальных предметов? Можете ли вы выделить отдельный склад для таких запасов?

Не стоит ли развесить плакаты, напоминающие людям о пожарной опасности?

Простые меры предосторожности позволят предотвратить катастрофические последствия пожара. Проверьте, имеется ли у вас хорошее противопожарное оборудование, знают ли все, как им пользоваться, и проводите противопожарные учения не реже чем каждые шесть месяцев.

## ГЛАВА 9

# ОСОБЫЕ СИТУАЦИИ

Здесь мы рассмотрим ситуации, которые встречаются, возможно, не слишком часто, но в которых добровольцам гуманитарных организаций все же приходилось оказываться.

Обсудим две возможные ситуации: 1) вы оказались в осажденном городе (при этом вы фактически не являетесь пленником, но тем не менее не можете вырваться из враждебного окружения); 2) вас действительно взяли в заложники. Рассмотрим, как выжить в обеих этих ситуациях.

### В ОСАЖДЕННОМ ГОРОДЕ

Этот сценарий основан на ситуации, в которой я оказался в 1995 году. Город, где мы находились, подвергся нападению. Опасность нам угрожала от всевозможного оружия — от авиации до артиллерии. Работать стало фактически невозможно. Наш офис был расположен на окраине города, а жили мы все в его центре. План эвакуации неосновного персонала был в свое время составлен, однако бои приближались с такой скоростью, что никакая эвакуация была не возможна. Вот несколько примеров того, как мы действовали в этой весьма сложной ситуации.

Весь персонал со всеми личными вещами был перевезен из города в офис. Перевезли мы также максимально возможное количество кроватей.

В офисе имелись запасы продовольствия и воды, однако мы дополнительно закупили все, что можно было закупить в окрестности офиса.

В офисе были убежища, и мы закрепили за каждым членом коллектива конкретное место в них, с тем чтобы все могли быстро и без суеты перейти туда. Впоследствии мы провели в этих убежищах очень много времени.

К нам присоединился персонал других организаций, поскольку их офисы находились в городе. Поэтому мы должны были удовлетворять их нужды тоже. Количество людей у нас почти удвоилось. Также нужно было дать пристанище части местных работников, которые боялись оставаться в городе.

По мере того как разгоралось настоящее сражение за город, часть его защитников начала отступать. При отступлении в поле их зрения попал наш офис. Хотя сами мы не подверглись физическому нападению, у нас отобрали все, что у нас было, за исключением личной одежды и двух радиопередатчиков. Грабеж длился три дня. Всего в осадном положении мы пробыли десять дней.



Не могло и речи быть о том, чтобы активно воспрепятствовать грабежу. Попробуй мы это сделать, мы оказались бы в еще большей опасности. Мы попытались убедить грабителей прекратить грабеж, но они продолжали свое дело, ссылаясь на военную необходимость, и постепенно лишили нас всех так необходимых нам транспортных средств и всего оборудования.

## **КАК ПРОДЕРЖАТЬСЯ В ОСАДНОМ ПОЛОЖЕНИИ**

Избегайте героических поступков. Во что бы то ни стало попытайтесь уговорить грабителей оставить вам важные для вас вещи. (Нам частично удалось это сделать: они оставили нам два радиопередатчика.) Но, уговаривая, не проявляйте излишней настойчивости, поскольку в напряженной и опасной обстановке это может вам повредить. Сохраняйте полное спокойствие: рассердившись, вы ничего не добьетесь, а только поставите себя в очень опасное положение.

Организируйте как можно лучше зону безопасности внутри офиса. Это место, где все могут собраться, например во время грабежа. Не попадайтесь грабителям под руку и пусть они берут все, что хотят. Забаррикадируйте эту зону как можно лучше. И постарайтесь, конечно, уговорить их, чтобы в эту зону они не входили.

Все переговоры с людьми, насильственно вторгшимися в ваш офис, должен вести один человек, во всяком случае не более двух. Это очень тяжелая и опасная задача. Руководитель офиса, безусловно, возьмет на себя эту роль, но ему может потребоваться некоторая помощь. Выберите кого-то, кто умеет держать себя в руках и пользуется авторитетом. Не имеет никакого смысла и опасно привлекать к этому всех сотрудников. Пусть все осталь-

ные просто не мешают и держат себя как можно незаметнее и тише.

Информируйте коллектив о том, что происходит. Люди будут испуганы, но регулярно информируя их, вы сможете объяснить им ситуацию и в большой степени развеять их опасения и страхи. Если вы как руководитель слишком заняты общением с незваными гостями, поручите другому сотруднику эту очень важную задачу информирования людей.

Настоятельно потребуйте, чтобы любые алкогольные напитки были просто выброшены. Допустить, чтобы кто-либо напился в этой обстановке, исключительно рискованно. Пьяный может создать ситуацию, опасную и для себя, и для окружающих.

Весьма вероятно, что вам придется поручить своим коллегам готовить еду и заниматься другими хозяйственными хлопотами, поскольку местного персонала там может просто не быть.

Постарайтесь отвлечь людей от мыслей о происходящем. Вы можете, например, собрать группу для разработки плана эвакуации. Хорошим отвлечением может стать совместное пение под гитару.

В качестве предосторожности, до того как появятся какие-нибудь непрошенные гости, спрячьте в помещении определенную сумму денег. Спрятать нужно очень хорошо: если деньги обнаружат, это может создать дополнительные проблемы. Когда ситуация стабилизируется, вам нужны будут деньги просто для того, чтобы купить еду.

Информируя вашу штаб-квартиру по радио или через систему SATCOM, соблюдайте спокойствие и излагайте факты, и только факты. Не следует ни уменьшать опасность, ни сгущать краски. Сотрудники штаб-квартиры должны иметь наиболее надежную информацию, на основе которой они смогли бы вести переговоры и разрешить ситуацию.

## **КАК ВЫЖИТЬ, ЕСЛИ ВАС ЗАХВАТИЛИ В ЗАЛОЖНИКИ**

Целые книги написаны о захвате заложников и о том, как надо себя вести и жертве захвата, и тому, кто отвечает за разрешение этой кризисной ситуации. Меня, к счастью, не брали в заложники, и поэтому здесь я опираюсь на документы экспертов и личные воспоминания тех, кто пережил такое. В настоящем разделе очень кратко излагаются их рекомендации на случай похищения.

Первая и, по-видимому, наиболее сложная проблема для человека, взятого в заложники, заключается в неизвестности: что за этим последует? Поэтому нужно знать о проблемах и условиях, с которыми вы можете столкнуться сразу же после похищения и в долговременной перспективе, о шагах, которые будут предприниматься в целях вашего освобождения, а также о том, как вы должны при этом себя вести.

### **ПОХИЩЕНИЕ**

Наиболее опасным моментом является момент фактического похищения. Похитители нервничают, жертва порой не понимает, что происходит, и ситуация легко может выйти из-под контроля. Вы должны вести себя

предельно спокойно и сдержано, особенно во время транспортировки в убежище похитителей. Разговаривать с похитителями рекомендуется при условии, что это не нервнрует их еще больше.

Важное правило, которого должны придерживаться все жертвы попытки похищения, заключается в том, что **вариант побега не следует даже рассматривать**. Такое геройство может закончиться смертью от рук нервничающего и малоопытного члена группы похитителей.

## После похищения

Период после похищения, вероятнее всего, будет трудным и неприятным, особенно по сравнению с комфортными условиями, в которых жил до этого, как правило, человек, ставший жертвой похищения.

Шок после похищения — главная физиологическая и психологическая проблема. Результатом похищения, если оно было совершенно неожиданным, является очень тяжелая травма, вызываемая полной сменой ситуации. В таких условиях потрясенная жертва оказывается в состоянии хаоса и замешательства: похитители занимают позицию превосходства и доминирования, а заложник испытывает глубокую депрессию.

Для жертвы важно осознать эту ситуацию и внутренне согласиться с тем, что необходимо повиноваться любому приказанию, а затем предпринять шаги для скорейшего восстановления чувства самоуважения и личного достоинства.

## ЗДОРОВЬЕ

Кем бы ни оказались захватчики и как бы убоги ни были бытовые условия вашего пребывания в заключении, необходимо усилием воли заставить себя поддерживать физическое и душевное здоровье. В этой связи необходимо заметить следующее.

Если вы станете есть все, что вам дают, не отказываясь от самой отталкивающей и отвратительной пищи, у вас будет больше шансов сохранить физическое здоровье. Нужно также регулярно делать физические упражнения, даже если вас держат в камере.

Для поддержания душевного здоровья необходимо разработать систему своих собственных психологических установок и строго придерживаться их. Усилием воли заставляйте свой мозг активно работать любыми доступными способами. Некоторые узники в течение долгих периодов времени сочиняли в уме музыку, писали стихи, подсчитывали свои будущие доходы или проектировали идеальный жилой дом. Полезно сосредоточить свои мысли на будущем, на том времени, когда вы опять станете свободным человеком. Если имеются письменные принадлежности или книги, это вам очень поможет. Очень многого можно достичь одной только активной умственной деятельностью.

Для того чтобы превозмочь тяготы окружающей обстановки и вынужденной бездеятельности, важно поддерживать самодисциплину. Следует соблюдать строгий режим и правила опрятности и гигиены.

## **Взаимоотношения с похитителями**

У похитителей тоже есть свои слабые стороны. Важно помнить, что для них заложник является ценным пропагандистским орудием, а также защитой на случай атаки со стороны сил безопасности. Заложник для них — это еще и средство выполнения их требований. Мертвый заложник не представляет для них никакой ценности.

Если было похищено несколько человек, важно выбрать одного из них, чтобы он выступал от лица всей группы, отстаивая единую позицию и не давая возможности похитителям натравливать заложников друг на друга.

Ситуация может измениться таким образом, что жертва и похитители станут считать, что им угрожает общая опасность. В результате между ними возникает взаимная симпатия, и они начинают отождествлять себя друг с другом. Такое состояние называют «стокгольмский синдром». Это название родилось, после того как заложники, которых шесть дней грабители продержали в подвале стокгольмского банка, окруженного силами безопасности, стали относиться к полиции как к врагам, а к захватчикам — как к своим защитникам!

## **Переговоры**

Ведение переговоров об освобождении заложника является делом штаб-квартиры вашей организации. Очень важно понимать, что меры принимаются и что заложник не должен вмешиваться в этот процесс. Прежде всего заложники не должны верить похитителям, когда некоторые из них пытаются убедить заложников в том, что они брошены на произвол судьбы. За исключением отдельных

особых случаев заложники не должны вести переговоры о своем освобождении и не должны обсуждать, какие шаги может предпринять ваша организация. Такие обсуждения могут лишь навредить ведущимся переговорам.

Еще одним фактором стресса является тревога за свою семью, и поэтому очень важно, чтобы ваша организация проявила очень серьезную и внимательную заботу о всех членах семьи заложника, оказывая им всю возможную помощь.

## ОСВОБОЖДЕНИЕ

Следующий период повышенного риска начинается при приближении вашего освобождения. Между охраняющими вас людьми могут возникнуть разногласия. Когда наступит день освобождения, вы должны действовать очень осмотрительно.

А именно:

- внимательно слушайте, что вам приказывают делать;
- немедленно выполняйте эти приказы;
- не делайте резких или неожиданных движений;
- будьте настороже: если что-то пойдет не так, вам, возможно, придется спасаться бегством;
- будьте готовы к задержкам и осложнениям.

## ПАМЯТКА ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА, ВЗЯТОГО В ЗАЛОЖНИКИ

Как **НАДО** себя вести:

- ведите себя спокойно; если пленение неотвратимо, не сопротивляйтесь и выполняйте то, что вам приказывают;

- признайте *факт*, что вы стали пленником, и мысленно примиритесь с изменившимися обстоятельствами;
- если вы получали какое-либо лечение, то подробно сообщите похитителям об этом;
- не отказывайтесь от еды, которую вам дают, и ешьте ее, даже если она невкусная;
- мысленно приготовьтесь к длительному, возможно многомесячному, ожиданию освобождения;
- к информации, которую сообщают вам ваши похитители, относитесь со сдержанным недоверием;
- постоянно занимайте свой ум позитивными и конструктивными мыслями;
- составляйте программу действий на каждый день, включая ежедневные физические упражнения, и твердо придерживайтесь этой программы;
- старайтесь не потерять счет времени, даже если у вас отобрали часы;
- пользуйтесь любыми благами или правами, которые вам предложат ваши похитители, например, книгами, газетами или возможностью слушать радио; просите, чтобы вам предоставляли такие блага;
- содержите себя в чистоте, используя все возможности; просите, чтобы вам предоставили нормальные санитарно-гигиенические средства;
- установите, по мере возможности, хорошие отношения с вашими тюремщиками и старайтесь завоевать их уважение; попробуйте провести небольшую пропагандистскую компанию, рассказывая им о вашей организации;
- остерегайтесь возможного искушения отождествить себя с их делом, а также связанных с этим рисков.

Как **НЕ НАДО** себя вести:

- враждовать без надобности с вашими тюремщиками: вы находитесь в их власти;
- позволять втягивать себя в беседы о таких вызывающих споры темах, как политика и религиозные убеждения;
- поддаваться крайней подавленности или чрезмерному оптимизму;
- совершать физическое насилие или вербальную агрессию;
- пытаться совершить побег;
- позволить убедить себя в том, что ваша организация или семья бросили вас на произвол судьбы.



## ГЛАВА 10

# ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Тяжелые ранения — основная угроза для гуманитарных работников, работающих во время вооруженного конфликта и в постконфликтной ситуации. Зная, что следует делать при происшествии, в результате которого пострадали люди, то есть зная простые приемы оказания первой медицинской помощи, вы можете спасти жизнь людей, даже если у вас имеются только простейшие приспособления.

Важно понять, что умение оказывать первую медицинскую помощь это умение *практическое*. Иначе говоря, для того чтобы помощь была эффективной, нужен практический опыт и, по меньшей мере, какое-то снаряжение. Прочитав этот раздел, вы должны тщательно проанализировать, достаточно ли вы подготовлены для этого. Если вы не будете заранее готовить себя к оказанию помощи при серьезном ранении, то тем самым обречете себя на неудачу в решающий момент.

## ОПАСНОСТИ

Типы встречающихся ранений различаются в зависимости от того, работаете ли вы в зоне военного конфликта или там, где войны нет. Во втором случае преобладают тупые травмы (травмы от ударов), полученные в результате дорожно-транспортных происшествий и падений, и главная задача здесь — предотвращать такие травмы. Наиболее распространенная причина смерти в результате дорожных аварий — это травма головы, и здесь мало чем можно помочь без срочного обращения к спе-

циальной медицинской помощи. Тем не менее существуют меры, которые можно принять в такой критический момент для спасения жизни и предотвращения дальнейшего ухудшения состояния раненого.

Ранения в зонах военных конфликтов — это преимущественно проникающие ранения (колотые раны, пулевые раны, осколочные раны в результате взрывов), ожоги и контузии (в результате действия взрывных волн от мин, военных боеприпасов и самодельных взрывных устройств). Мины и неразорвавшиеся боеприпасы продолжают угрожать жизни людей в течение долгого времени после окончания конфликта. Противопехотная мина обычно лишает человека ноги. В то же время кассетная бомба, поднятая любопытным ребенком, ранит верхние конечности и лицо. Для вашей собственной безопасности совершенно необходимо знать, чем страшны мины и мины-ловушки и как избежать этой опасности.

Изучение ранений, полученных в бою, показывает, что 50 % смертей происходит в результате потери крови, и самой распространенной причиной смертей, которых можно было бы избежать, является потеря крови из ран конечностей. Этого можно не допустить, если действовать согласно простым правилам, о которых мы скажем ниже. Для предотвращения смерти раненого, который находится без сознания, нужно выполнить несложные манипуляции, обеспечивающие проходимость верхних дыхательных путей, и таким образом поддержать его жизнь до прибытия специальной медицинской помощи.

Работаете ли вы в зоне конфликта, помогаете ли во время стихийного бедствия или оказываете поддержку беженцам, самый страшный враг раненых — время. «Золотой

час» — первый час после получения травмы — дает наилучшие шансы для спасения критически раненого. Для того чтобы не опоздать с оказанием помощи раненым (в том числе раненым вашим сотрудникам), исключительно большое значение приобретает план срочной эвакуации.

## КАРТИНА ТРАВМ

Картину травм в результате **автокатастрофы** можно прогнозировать, исходя из механизма ранения. Например, бывают травмы, характерные для лобового столкновения, бокового удара или опрокидывания, картина которых также зависит от того, был ли пристегнут ремень безопасности. Введение ремней безопасности существенным образом снизило количество травм головы и лица (от ударов о приборную панель и лобовое стекло) и травм грудной клетки (от ударов о рулевое колесо).

Раны, полученные в результате **взрыва**, — это ранения *осколками*, которые являются либо фрагментами взрывного устройства, либо обломками (стекла, камней, дерева и т. д.), разлетающимися в результате взрыва. Люди, находящиеся недалеко от места взрыва, могут быть травмированы *взрывной волной* (волной давления, сжимающей наполненные воздухом полости человеческого тела, в результате чего происходит сильное кровотечение в легких, перфорация кишечника и разрыв барабанной перепонки), *воздушной ударной волной* (мощным потоком воздуха, следующим за взрывной волной, который может отрывать конечности), они могут получить *ожоги* и *повреждения раздавливанием* от разрушающихся зданий.

Тяжесть **огнестрельного** ранения зависит от того, куда попала пуля (ясно, что ранение в голову серьезнее ранения в ногу), и от энергии, которую передает пуля (винто-

вочная пуля несет больше энергии, чем пуля пистолета). Пуля, несущая высокую энергию, причиняет серьезное ранение, распространяющееся на некоторое расстояние вокруг траектории движения пули в теле.

Защитное снаряжение (пуленепробиваемый жилет), безусловно, спасает жизнь и существенно снижает количество ранений в области торса, причиняемых в ходе вооруженного конфликта. Если вы находитесь в зоне высокого риска и вам выдали бронежилет, — носите его.

## СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД

Ко всем инцидентам, в результате которых есть раненые, должен быть одинаковый системный подход — прежде всего контроль над ситуацией, а затем оценка обстановки, передача информации и сортировка раненых:

- Прежде всего возьмите ситуацию под свой контроль — используйте имеющихся людей как можно эффективнее.
- Оцените обстановку — нет ли еще каких-либо опасностей? — и при необходимости переместите спасшихся (раненых и невредимых) в безопасное место.
- Передайте информацию (любым способом — по радио, мобильному телефону, через шофера или курьера) с просьбой о помощи. Информация должна содержать следующие сведения: ваше точное местонахождение, тип инцидента, угрозы, доступ (не перекрыта ли дорога?), количество пострадавших и какая помощь вам требуется.
- После этого сортируйте раненых по группам очередности оказания медицинской помощи (это *сортировка*); потом нужна будет еще одна сортировка для установления очередности эвакуации.

Любой подготовленный для оказания неотложной медицинской помощи человек может произвести сортировку, исходя из следующей простой системы критериев:

- раненые с затрудненным дыханием или сильным кровотечением (наружным и внутренним) подлежат первоочередному лечению. И наоборот, ходячие раненые имеют низший приоритет<sup>24</sup>;
- при ограниченных ресурсах приходится принимать трудные решения в отношении того, как много внимания можно уделить человеку, которого невозможно спасти.

## ЛЕЧЕНИЕ

К лечению тяжелораненых также можно подойти системно, по методу ABC (A = Airway — дыхательные пути, B = Breathing — дыхание, C = Circulation — кровообращение).

### ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ, ДЫХАНИЕ И КРОВООБРАЩЕНИЕ

Если раненый ни на что не реагирует, нужно, во-первых, позаботиться о проходимости *дыхательных путей* (то есть о доступе воздуха в легкие). При обструкции дыхательных путей посторонними предметами (пищей, кусочками зубных протезов, сгустками крови) постарайтесь пальцами извлечь эти предметы. Затем приподнимите подбородок раненого так, чтобы челюсть была перпендикулярна к земле. Такое положение предотвращает блокировку дыхательных путей языком. При наличии тупой травмы или если у вас есть другие причины подозревать повреждение позвоночника, позаботьтесь о том, чтобы голова

---

<sup>24</sup> *Triage in Advanced Life Support Group (2002) Major incident medical management and support, London, BMJ Publishing.*

держалась прямо (то есть чтобы нос был по одной линии с грудиной), тем самым можно предотвратить дополнительную травму. Если ни на что не реагирующий раненый дышит самостоятельно, его нужно аккуратно повернуть на бок (в «спасательное положение») и зафиксировать в этом положении, согнув в колене его верхнюю ногу и поместив ее на земле перед другой ногой. После этого легонько отклоните его подбородок назад, для того чтобы дыхательные пути оставались открытыми. Эта позиция не даст ему задохнуться при рвоте.

Во-вторых, нужно проверить, не затруднено ли *дыхание* (то есть нет ли чувства «нехватки воздуха», или не превышает ли частота дыхания интервал от 10 до 20 раз в минуту для взрослых). Хотя вы ничем не сможете помочь в этом (если не имеете специальной подготовки), то, во всяком случае, сможете выявить тех, кто нуждается в первоочередной эвакуации.

*Кровообращение* проверяют, измеряя частоту пульса. Если после ранения пульс частый (более 100 ударов в минуту у взрослых), следует предположить сильное внешнее и/или внутреннее кровотечение. Ваша первоочередная задача в этом случае — остановить любое видимое кровотечение. В большинстве случаев кровотечение прекратится при наложении давящей повязки, а раненую конечность надо поднять. Угрожающее жизни кровотечение из конечности, которое не останавливается давлением и поднятием, допускается *в качестве последнего средства* остановить каким-либо жгутом (то есть туго перевязав конечность ремнем или каким-либо другим материалом). Если, подходя к раненому, вы видите обильное кровотечение, поручите кому-нибудь наложить на рану давящую повязку, а сами тем временем быстро проверьте дыхательные пути и дыхание.

## ПЕРЕЛОМЫ КОСТЕЙ И ОЖОГИ

Кровотечение и боль при переломе костей можно уменьшить наложением шины. Вы можете сделать шину из предметов одежды (шарфов, ремней, сложенных одеял) и из твердых материалов (например, из куска дерева). Раненую ногу можно закрепить другой ногой, если она не ранена.

Облегчить боль от ожогов можно, поливая ожоги холодной (чистой) водой в течение 10–15 минут. Однако нельзя использовать воду при обширных ожогах, поскольку это вызовет понижение температуры тела раненого. Простую и эффективную повязку можно сделать из тонкой пищевой пленки (типа той, что используют для заворачивания бутербродов). **Но не стягивайте ожог туго. Не используйте такой материал в качестве повязки на лице. Вообще, не закрывайте химические ожоги.**

И наконец, проверьте не холодно ли раненому (снимите мокрую одежду, вытрите его и укройте одеялами) или не жарко ли ему (снимите/ослабьте одежду, опрыскайте его водой и обмахивайте его чем-нибудь).

## СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНАЯ РЕАНИМАЦИЯ

Если раненый прекратил дышать и его сердце перестало биться, в этом случае очень пригодилось бы ваше умение производить сердечно-легочную реанимацию (или поддержание жизненно важных функций)! Как бы то ни было, но такая реанимация является лишь одним звеном необходимой цепи мер, включающих использование дефибриллятора (для подачи электрического импульса на сердце) и специальную медицинскую помощь. Если вы находитесь в отдаленном районе, где

нет возможности быстро получить более специализированную помощь, то реальность такова, что раненый, по-видимому, не выживет. В таких условиях реанимация (искусственное дыхание и наружный массаж сердца) должна продолжаться не более 20 минут.

## МЕДИЦИНСКИЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

Основные медицинские принадлежности, которые вам понадобятся для оказания действенной неотложной помощи, перечислены в нижеследующей таблице.

<b>Принадлежности</b>	<b>Назначение</b>
Ножницы	Для разрезания одежды
Индивидуальный перевязочный пакет — не менее двух штук	Для остановки кровотечения из ран
Косыночная повязка (кусок ткани размером от 70 x 70 до 100 x 100 см, сложенный треугольником) — не менее двух штук	Для фиксации шины
Перчатки из синтетической резины	Для защиты от инфекции, передающейся через кровь
Карманная «рот-маска» или защитная лицевая пленка для ИВЛ	Не обязательно. Эти средства помогают производить ИВЛ
Кровоостанавливающий жгут	Не обязательно (можно сделать из подручных материалов, но специальный кровоостанавливающий жгут лучше)

Имейте в виду: для того чтобы эффективно и безопасно использовать эти принадлежности, нужен опыт.

## ГЛАВА 11

# ПОДДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПРИ РАБОТЕ В ЗОНЕ КОНФЛИКТА

Когда вы находитесь в зоне конфликта, исключительно важно быть максимально здоровым человеком. Ведь доброволец должен помогать другим, а не быть обузой, требующей заботы о себе! В этой главе речь идет вовсе не о редких и ужасных болезнях, способных убить вас в течение нескольких часов; мы будем говорить о простых мерах предосторожности, позволяющих свести к минимуму вероятность того, что у вас все будет болеть, что вы перегреетесь и что ваше самочувствие будет серьезно мешать вашей важной работе.

Возможно, эти рекомендации покажутся очевидными. К сожалению, многие гуманитарные работники не обращают на них внимания. Некоторые говорят, что их слишком поздно предупредили о поездке в зону конфликта, другие заявляют, что у них есть более важные дела. Иногда это бравада, и люди считают, что им не страшны ни комары, ни микробы, ни аварии.

Вот простой перечень того, что нужно сделать *перед тем, как отправиться в зону конфликта*.

## ВАКЦИНАЦИЯ

Необходимо сделать все необходимые прививки, которые вам могут потребоваться, *до того*, как вас направят в зону конфликта. Вы просто не успеете ничего предпри-

нять, когда вам позвонят и предложат прибыть в такую-то точку в течение 48 часов. Если вы включены в список группы чрезвычайного реагирования или есть высокая вероятность того, что вас могут направить с такой миссией, вы должны позаботиться о том, чтобы быть в полной готовности *до того*, как вам позвонят.

**Вы всегда должны быть привиты против гепатита А и В, брюшного тифа, дифтерии, столбняка и полиомиелита.**

Для большинства миссий вы также должны быть привиты от бешенства.

Мы также рекомендуем вам заранее подумать о вакцинации от таких болезней, как:

- желтая лихорадка — она распространена в значительной части стран Африки к югу от Сахары и в значительной части стран Центральной и Южной Америки (персонал МККК, направляющийся на любую работу в зоне конфликта, подлежит обязательной вакцинации);
- менингит — менингитный пояс охватывает значительные части Центральной, Восточной и Западной Африки, а также некоторые другие регионы;
- японский энцефалит — зона риска включает Южную и Юго-Восточную Азию;
- холера (существует хорошая оральная противохолерная вакцина, и она, по-видимому, является разумной мерой предосторожности для большинства зон военных конфликтов, стихийных бедствий и комплексных чрезвычайных ситуаций хронического характера).

Но этот перечень никоим образом не исчерпывающий. Вы должны как можно раньше получить квалифициро-



сетки, обработанные инсектицидами (обычно для этого используют перметрин), средство от насекомых на основе ДЭТА, противомаларийные таблетки, готовый к использованию противомаларийный набор. (Примечание переводчика: на сайте [http://www.mosquitozone.com/education/Preview/assets/MZ\\_Poster8\\_ENG\\_sample.pdf](http://www.mosquitozone.com/education/Preview/assets/MZ_Poster8_ENG_sample.pdf) есть описание такого набора. На сайте <http://botalex.livejournal.com/17701.html?thread=410917> то же про это, но уже по-русски.)

- **Лечение диареи.** Возьмите с собой хотя бы несколько пакетиков оральной регидрационной соли, таблетки лоперамида (имодиума) и таблетки ципрофлоксацина 250 мг или 500 мг на курс лечения. Возьмите также таблетки для обеззараживания воды, чтобы не пить загрязненную воду.
- **Предупреждение инфекций, передающихся через кровь.** Человек, направляющийся в развивающуюся страну, обязательно должен иметь с собой аптечку, содержащую шприцы, стерильные иглы и другие основные материалы. Если вам приходится много ездить автомобильным транспортом или летать небольшими самолетами в местах, где распространены гепатит В и ВИЧ, а местные запасы консервированной крови ненадежны (например, в Сахаре и в Африке южнее Сахары), рекомендуется иметь в своей аптечке заменитель крови.
- **Общепотребительные лекарства.** Если вы решаетесь отправиться в места, где поблизости нельзя получить надлежащую медицинскую помощь или местное снабжение нерегулярно и не заслуживает доверия, очень желательно иметь общий набор медикаментов. Он должен включать в себя

любые антибиотики широкого спектра действия, которые вам порекомендуют ваши врачи, а также подробную инструкцию о том, когда их следует — и когда не следует — применять.

Что еще обязательно нужно сделать *перед* отправкой:

- **Вы должны иметь полную медицинскую страховку для поездок.**
- Если у вас есть серьезные проблемы со здоровьем (диабет, высокое кровяное давление, повторяющиеся или тяжелые депрессии или страхи и т. д.) и/или вы не проходили медицинский осмотр в течение последних 12 месяцев, вы должны как можно скорее пройти такой осмотр у врача — специалиста по медицине путешествий (персонал МККК, направляющийся в зону конфликта, подлежит обязательному осмотру).
- Если у вас бывала сильная аллергия (анафилаксия), запаситесь двумя наборами для самостоятельного введения эпинефрина (адреналина) с тем, чтобы один всегда был готов для применения.
- Если у вас бывают приступы астмы, запаситесь двумя наборами для ингаляции с тем, чтобы один всегда был готов для применения.
- Если вы регулярно принимаете какие-либо лекарства, запаситесь ими в необходимом количестве, а также возьмите с собой перечень этих медикаментов (с указанием доз и кратности приема) с подписью и печатью вашего врача.
- Если вы оказываете практическую медицинскую помощь в местах, где встречается заболеваемость ВИЧ/СПИД, у вас всего должны быть под рукой средства постконтактной профилактики против ВИЧ, а также четкая инструкция, как этими средствами пользоваться.

## ЛЕЧЕНИЕ ИНФЕКЦИЙ, УКУСОВ И ЗАБОЛЕВАНИЙ, ВЫЗВАННЫХ ПАРАЗИТАМИ

Инфекции, укусы и паразиты могут быть очень опасны, и поэтому необходимо правильное лечение.

### Малярия

Как говорится, болезнь легче предупредить, чем лечить. Это как нельзя лучше относится к малярии.

Если вы находитесь в зоне, где распространена малярия, вот основное, что нужно сделать:

- иметь с собой таблетки, предупреждающие малярию (химиопрофилактика);
- пользоваться средствами от насекомых на основе ДЭТА;
- спать под противомоскитными сетками, обработанными инсектицидами;
- начиная за час до сумерек, надевать одежду, максимально закрывающую все части тела;
- иметь при себе готовый к использованию противо-малярийный набор.

Вы можете заболеть малярией, даже если предпримите все меры предосторожности. Поэтому в тех случаях, когда вы отправляетесь в места, откуда до хорошей медицинской помощи можно добраться не раньше чем за восемь часов, вы должны иметь с собой готовый к использованию противомалярийный набор. Если у вас повысилась температура, вы начинаете потеть и испытываете озноб, у вас очень болит голова и появились другие симптомы, которые могут быть признаками малярии, как можно быстрее сделайте анализ у надежного врача

или в лаборатории. Если такой возможности нет, или вы не доверяете результату анализа, или же невозможно получить должное лечение, то начните лечиться самостоятельно не позже чем через 8–12 часов после появления первых симптомов. В любом случае вы должны как можно скорее обратиться к врачу или другому медицинскому работнику, которому вы доверяете. От малярии гибнет больше людей, чем на войне.

## **Лихорадка денге**

Эта болезнь, разносчиками которой также являются комары, может невероятно быстро вывести вас из строя. Комары рода кусака, разносчики этой тяжелой похожей на грипп болезни, обычно кусаются днем, особенно в течение последних двух часов перед закатом солнца. Лихорадка денге распространена в городских и сельских местностях Южной Америки, на Карибах и многих островах Юго-Восточной Азии, а также в некоторых местах Восточной Африки. Типичные симптомы этой лихорадки — высокая температура, сильная головная боль, мышечная боль и боль в пояснице, общее очень плохое самочувствие. Посетите врача, сдайте кровь на анализ (в том числе мазок крови для исключения малярии), а затем отдохайте, пейте много жидкости и запаситесь терпением. Лекарств от этой болезни нет, но в случае осложнений (встречающихся редко) хороший врачебный уход спасет вашу жизнь.

## **Вирусные геморрагические лихорадки**

Лихорадки Ласа, Эбола и Марбург наиболее изучены из этой группы редких недугов. Случаи лихорадки Ласа регулярно встречаются в сельской местности Западной Африки. Большинство вирусных геморрагических лихо-

радок передается при близком контакте с инфекционными больными, а некоторые переносятся комарами или клещами. Если вас посылают работать в те места, где, как известно, бывают вспышки этих болезней, проконсультируйтесь у врача-специалиста. Не существует эффективных лекарств от этих заболеваний, и для предупреждения лихорадок Ласа, Эбола и Марбург следует избегать контактов с инфекционными больными.

## **ПНЕВМОНИЯ И РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИИ**

Эти заболевания особенно часто встречаются, когда люди испытывают стресс, усталость, а также при чрезмерной скученности. Симптомы обычно очевидны: кашель, одышка, высокая температура, иногда боли при глубоком вдохе. При таких симптомах вы должны как можно быстрее обратиться к хорошему врачу. Своевременное лечение эффективными антибиотиками обычно сокращает продолжительность этих болезней. Хорошо зарекомендовал себя прием по 500 мг амоксициллина или 625 мг коамоксиклава (аугментина) каждые восемь часов в течение семи дней или, если у вас аллергия на пенициллин, по 500 мг эритромицина четыре раза в день в течение семи дней. Если вы направлены в страну, где опасен грипп, в том числе птичий грипп и острая респираторная вирусная инфекция, тщательно соблюдайте общепринятые медицинские рекомендации.

## **КОЖНЫЕ И РАНЕВЫЕ ИНФЕКЦИИ**

В жарком климате даже небольшие порезы, ссадины, укусы и другие ранки могут быстро инфицироваться. Используйте антисептический крем и пудру, например, цикатрин (неомицин + бацитрацин). Рожистое воспаление — горячее на ощупь покраснение кожи, распростра-

няющееся во все стороны от инфицированного места или вверх от ступней и пальцев ног, может развиваться очень быстро. Сразу же начинайте принимать высокую дозу антибиотика под врачебным наблюдением. Например, по 500 мг амоксициллина каждые восемь часов или, если у вас аллергия на пенициллин, по 500 мг эритромицина четыре раза в день. Любой антибиотик нужно принимать не менее семи дней. Всегда, прежде чем начинать лечение, проконсультируйтесь у знающего врача. Самостоятельно лечитесь, только если невозможно обратиться к врачу.

## **Укусы СОБАК И ДРУГИХ ЖИВОТНЫХ**

Тщательно промойте раны водой с мылом. Покажите раны врачу или другому надежному медицинскому работнику. Такие раны часто инфицируются, но, в принципе, вы должны начать прием курса антибиотиков, даже если инфицирования не видно. Как правило, рану не зашивают. Вы должны были пройти вакцинацию против столбняка (первоначальный курс из трех прививок в прошлом и повторную иммунизацию каждые 10 лет). Если вы этого не делали, вам необходимо незамедлительно провести активную противостолбнячную иммунизацию. Кроме того, надо надеяться, вы были иммунизированы против бешенства (первоначальный курс из трех прививок в прошлом и регулярную повторную иммунизацию каждые три года). Если иммунизация против бешенства была просрочена или вы не уверены, просрочена ли она или нет, вам нужно будет как можно быстрее приобрести человеческий антирабический иммуноглобулин. Этот препарат бывает трудно приобрести даже в некоторых столицах, и поэтому рекомендуется, чтобы каждый гуманитарный работник был своевременно иммунизирован против бешенства. Если вы были иммунизированы, то вам нужно будет сделать

только две дополнительные прививки той же или аналогичной вакцины, которая была вам привита до того, как вы были направлены на работу. Первая доза должна быть дана как можно скорее, а вторая — в пределах от трех до семи дней после первой.

## **ОСТРАЯ ДИАРЕЯ**

Острая диарея, скорее всего, не опасна для жизни, но как мы все знаем, абсолютно выводит нас из строя. Поддерживайте уровень жидкости в организме: выпивайте не меньше одного стакана воды после каждого визита в туалет, или используйте пакеты пероральной регидрационной соли, или сами приготовьте регидрационный состав (восемь чайных ложек без верха сахара плюс одна чайная ложка без верха соли на один литр чистой воды). Используйте лекарства из вашего противодиарейного набора или раздобудьте лоперамид (имодиум или Arret) и примите две капсулы, а после этого еще по одной каждые четыре часа, если диарея упорствует. Однако не используйте это средство при дизентерии (кровавом поносе), поскольку лоперамид крепит, но не лечит. Попробуйте одноразово принять 500 мг ципрофлоксацина, или «ципро». Этот антибиотик помогает в большинстве случаев диареи путешественников. Если симптомы значительны и упорствуют или если у вас дизентерия (кровь в стуле и высокая температура) принимайте по 500 мг «ципро» в течение трех дней. Если вы чувствуете себя все хуже и хуже, у вас упорная рвота и крованистый стул, вам следует обратиться к врачу. Чтобы избавить себя от многих неприятностей диареи, не ешьте салаты, следите, чтобы еда была свежеприготовленная и горячая, напитки были от надежных поставщиков, а воду пейте кипяченую либо дезинфицированную таблетками на основе йода или хлора.

## **ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА**

В тропиках к высокой температуре тела (39°C и выше) нужно относиться очень серьезно, особенно если вы находитесь в районе, где распространена малярия, или если вы всего несколько недель назад прибыли из такого района. Если жар не снижается или усиливается, обязательно обратитесь к врачу. Полезно знать некоторые основные болезни, вызывающие высокую температуру: менингит (острая головная боль, неподвижность шеи, часто сыпь, которая не блекнет, когда ее трогаешь); острый бильгарциоз, или болезнь Катаямы (высокая температура часто сопровождается свистящим дыханием и дерматитом; симптомы появляются в течение 20 и более дней после купания в местах, где распространен бильгарциоз, например, в озере Малави); воспаление почек или пиелонефрит (боль в пояснице, часто тошнота и озноб, обычно частое мочеиспускание, вызывающее жжение); тиф (прогрессирующая лихорадка и ухудшающееся самочувствие, — никак не реагирующее на лечение от малярии, — обычно сопровождающееся диареей, иногда кашлем, а иногда блеклым высыпанием); заражение крови (чередование озноба и потения, часто при наличии инфицированной раны вследствие укуса или другой кожной инфекции, как например, нарыва или инфицированных червями ступней или ног). Тепловой удар также дает высокую температуру.

## **ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ КЛИМАТИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

Высотная болезнь, переохлаждение и тепловой удар могут быть опасны.

## Слишком высоко

Опасайтесь высотной болезни, которая бывает на высотах, превышающих 2500–3000 метров над уровнем моря. Если вам предстоит подниматься на такие высоты или путешествовать там, желательно вначале предусмотреть один или два дня на акклиматизацию. На высотах, превышающих 3000 метров, каждая последующая ночевка должна быть не более 300 метров выше предыдущей. Поддерживайте уровень жидкости в организме. Рекомендуется иметь с собой ацетазоламид (диамокс) для предупреждения и лечения симптомов горной болезни. Если у вас возникает одышка в состоянии покоя, упорный кашель, неотступная пульсирующая головная боль или сонливость, незамедлительно спуститесь ниже.

## Слишком холодно

Переохлаждение может наступить очень быстро при низкой температуре, на большой высоте, при сильном ветре, при намокании, а также при любых сочетаниях этих условий. Для предупреждения переохлаждения носите несколько слоев просторной одежды, непромокаемый наружный слой и закрывайте голову, шею и руки. Установите систему взаимопомощи, чтобы участники группы наблюдали за состоянием друг друга. Опасными симптомами являются чувство сильного холода, озноб, сонливость и потеря ориентации. Если это происходит с вами или вашим товарищем, нужно немедленно согреться теплым сладким напитком, или забраться в спальный мешок и согревать друг друга, или принять теплую ванну, температура воды до 40°C. Следите за признаками обморожения (обычно боль или онемение ладоней или ступней, кожа становится очень твердой и бледной или лилового оттенка). **Не пейте алкогольные напитки.**

## СЛИШКОМ ЖАРКО

Работа при высокой температуре связана с опасностью теплового или солнечного удара. Это случается, когда механизм охлаждения вашего тела (включая способность потеть) выходит из строя. Температура вашего тела достигает и даже превышает 39°C, вам жарко, увеличивается частота пульса, вы чувствуете себя плохо и теряете ориентацию. Нужно сразу перейти в прохладное место, выпить, если можете, прохладный напиток, протереть тело мокрой губкой, включить вентилятор или обмахивать тело чем-нибудь, или облить тело холодной водой. Обратитесь за медицинской помощью, поскольку это может быть опасно.

## КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ

Несчастный случай может произойти с каждым, но в большинстве случаев их можно избежать.

### ДОРОЖНЫЕ АВАРИИ

Дорожные аварии, которые правильнее было бы назвать предотвратимыми дорожными происшествиями, дают, пожалуй, значительно больше шансов вернуться домой в похоронном мешке, чем любые другие не связанные с военными действиями причины. Наряду с данными ранее рекомендациями в отношении внедорожников, примите во внимание следующее:

- **никогда не садитесь за руль после выпивки и/или принятия психотропных («рекреационных») наркотиков;**
- если вам предстоит долгая поездка за рулем, постарайтесь накануне хорошенько выспаться;
- по возможности отправляйтесь в путь с напарником и ведите машину попеременно с ним;

- избегайте ночной езды;
- не превышайте допустимой скорости, даже если сам президент или начальник штаба ждет вас там, куда вы направляетесь;
- всегда пристегивайте ремни безопасности на задних и передних сидениях, даже при самой короткой поездке;
- позаботьтесь о том, чтобы транспортное средство, которым вы пользуетесь, содержалось в хорошем состоянии и регулярно обслуживалось;
- внимательно подбирайте и тщательно обучайте шоферов для ваших машин;
- в машине нужно иметь пакет первой медицинской помощи, кожаные перчатки и фонарь с запасными батарейками;
- при езде на мотоцикле всегда надевайте шлем.

Если вы ранены в аварии, находясь в развивающейся стране, не соглашайтесь на переливание крови, за исключением опасных для жизни ситуаций.

Эти правила совершенно очевидны, однако часто люди их игнорируют, будучи уверены, что у них есть более важные заботы.

Оставшись в живых при выполнении заданий на покрытых грязью и рытвинами дорогах, проявляйте осторожность и во время отдыха.

## **КУПАНИЕ**

**Не пейте алкогольных напитков перед плаванием или нырянием.** При купанье в море выясните, нет ли опасных течений и обратных прибойных потоков, не водятся ли в этих местах ядовитые морские животные, крокодилы или акулы.

Не заходите глубоко, если вы не отличный пловец. При занятиях водными видами спорта на расстоянии от берега и при использовании надувных плавсредств надевайте спасательные жилеты. **Никогда не бегайте по скользкому краю бассейна; никогда не ныряйте в мутную воду или в местах, глубина которых вам неизвестна.**

## ДОМА И НА РАБОТЕ

Впервые поселившись в доме или начав работать в новом месте, проверьте, не дожидаясь чьих-либо указаний, нет ли каких-нибудь опасностей. Например: голых электрических проводов; мест, где можно поскользнуться или упасть; каких-то бутылок без этикеток или веществ без надписей; емкостей, удобных для хранения воды, но в которых могли храниться пестициды или могут размножаться комары. Помните о пожарной опасности: следите за печами, каминами, кухонными плитами, не топите углем без надлежащей вентиляции (опасность удушья).

Во время отдыха и развлечений **не облакачивайтесь на перила балкона, особенно если вы выпили!** Некоторые перила могут не выдержать веса вашего тела. Неумеренное пьянство сопряжено со многими рисками, начиная с опасности погибнуть или погубить своих друзей в дорожной аварии и кончая возможностью заразиться СПИДом из-за того, что вы забыли принять необходимые меры предосторожности.

И в заключение, если в конце вашей работы (или по окончании ее) вы почувствуете, что переутомились, обратитесь за индивидуальной психологической помощью или консультацией. Это будет разумным решением, а отнюдь не показателем безволия. К тому же это поможет вам быстрее вернуться на передовую — *но только после того,*

как вы хорошо отдохнете. Здравомыслящие гуманитарные работники не берутся за новую работу, если они вымотаны или если еще не снят стресс от предыдущей работы.

Я хочу закончить эту главу не пожеланием успеха, а словами: берегите себя!

## **ПОЛЕЗНЫЕ САЙТЫ В ИНТЕРНЕТЕ**

[www.fco.gov.uk/travel](http://www.fco.gov.uk/travel)

Сайт путешествий Министерства иностранных дел и дел содружества Великобритании.

[www.fitfortravel.nhs.uk](http://www.fitfortravel.nhs.uk)

Прекрасный сайт службы здравоохранения Великобритании по вопросам медицины путешествий.

[www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel)

Официальный сайт по вопросам медицины путешествий.

[www.interhealth.org.uk](http://www.interhealth.org.uk)

Сайт организации InterHealth содержит полезную информацию, а также каталог товаров медицины путешествий с возможностью заказать их в режиме онлайн.

[www.tropimed.com](http://www.tropimed.com)

Сайт Tropimed дает новейшую информацию по медицине путешествий (нужен пароль МККК и код идентификации пользователя).

[www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch)

Швейцарский сайт на французском языке, содержащий советы по медицине для путешественников.

## ГЛАВА 12

# СРЕДСТВА СВЯЗИ

Несмотря на то что когда-то в течение двух лет я изучал радиодело, мне абсолютно ясно, что начини я в этой главе оперировать специальными понятиями, вы не станете ее читать. Обещаю излагать все просто и коротко!

Итак, полные энтузиазма и готовые приступить к работе вы прибыли в зону конфликта. Так же, как говоря о вашем новом и странном для вас внедорожнике, мы не отрицали вашего умения водить машину вообще, мы не отрицаем и то, что вы имеете какие-то общие знания по использованию радио. Обычно такие знания состоят в умении включить и выключить аппарат, что само по себе довольно важно! Если у вас было время в процессе обучения, вам, возможно, также рассказали, как наилучшим образом использовать все возможности, заложенные в ваших радиоаппаратах. Однако, получив за такой короткий период времени так много информации по множеству предметов, вы могли упустить некоторые важные аспекты, касающиеся радиокommunikаций.

Вначале несколько замечаний общего характера.

- Организация должна рассматривать хорошо налаженный порядок ведения связи вместе с надежной аппаратурой как важный аспект обеспечения безопасности. Хотя само по себе это не обеспечивает безопасности, но если вы можете быстро обмениваться с вашей базой и другими организациями в зоне конфликта информацией об инцидентах в области безопасности или о существующих угрозах, то очевидно, что ваша безопасность значительно укрепляется.

- Прежде чем начать пользоваться любым оборудованием связи, **нужно продумать, о чем вы будете говорить**. Полезно кратко записать основные моменты, которые вы хотите осветить в вашем сообщении. Это сэкономит время и обеспечит ясность. Хуже нет, когда по радио кто-то долго-долго перескакивает с предмета на предмет, только для того, чтобы в конце сказать что-то очень простое. Никогда не следует забывать, что кому-то может потребоваться срочно передать сообщение, от которого зависит жизнь или смерть, но он не может сделать этого, поскольку вы без нужды занимаете эфир!
- Малые мобильные радиостанции, оборудование SATCOM (система спутниковой связи) и сотовые телефоны являются привлекательными и дорогими предметами. Опасайтесь воров. Надежно охраняйте и, если возможно, прячьте это оборудование.
- Помните: ничто из того, что вы говорите по любой системе связи, которую вам могут дать, ни в коей мере не защищено от прослушивания. Поэтому следует исходить из того, что кто-то прослушивает вашу передачу. И опять же: продумайте, что вы собираетесь сказать, и если дело носит конфиденциальный характер, не передавайте ничего или, по крайней мере, учитывайте возможные последствия.

Давайте теперь рассмотрим основные типы коммуникационного оборудования, с которым вы можете встретиться. Первые два типа это радио в том смысле, как это сегодня понимается: УКВ (ультракороткие волны) и КВ (короткие волны). Следующий тип это SATCOM или спутниковый телефон. Мы рассмотрим также, с точки зрения

безопасности, мобильные телефоны и использование Интернета.

Я не буду касаться каких-либо конкретных моделей или разновидностей этих устройств. Нас интересуют только общие рекомендации по использованию каждого типа связи. Итак, рассмотрим их по очереди.

## **УКВ РАДИО**

УКВ радио — это основное оборудование, которым вы будете пользоваться в зоне конфликта. Это ключевое оборудование, обеспечивающее вашу безопасность. Пользоваться им очень просто. И также просто им пользоваться неправильно, и тогда вы не получите от него ожидаемого эффекта.

### **Основной принцип УКВ**

УКВ волны распространяются по прямой. Представьте себе, что, находясь в машине, вы смотрите через бинокль на находящийся вдалеке офис вашей организации. Радиоволны вашего радиопередатчика распространяются примерно по тому же лучу зрения. Если ваш офис виден, можно с уверенностью сказать, что вы сможете обмениваться с ним информацией. Если ваш офис находится за лесом или за горой, то вы не видите его, и, следовательно, радиоволны, распространяющиеся по лучу зрения, не смогут достичь его.

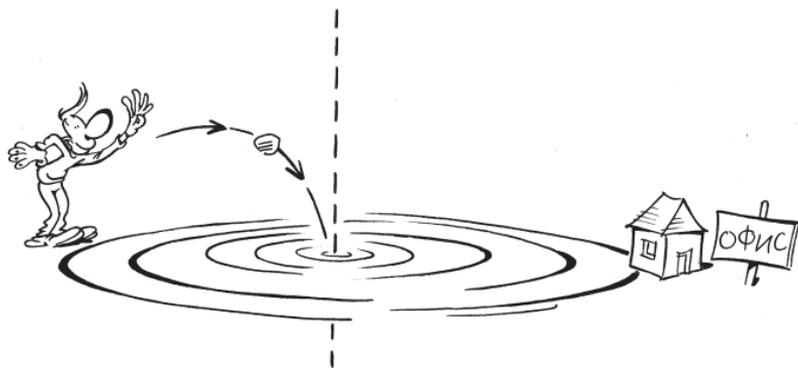
Такие помехи, как деревья, леса, дома и мачты, затрудняют прохождение УКВ радиоволн. Помехи либо полностью поглощают радиоволны, либо отклоняют их. Для того чтобы улучшить связь, поднимитесь на более высо-

кую отметку и пошлите свое сообщение с точки, с которой на пути радиоволн не будет помех.

Расстояние, естественно, также является важным фактором. Когда антенна генерирует УКВ радиоволны, они распространяются от нее так же, как распространяется рябь по поверхности воды пруда от брошенного камня. Чем больший путь проходит радиосигнал, тем слабее он становится. Некоторые радиостанции мощнее других. По мере того, как вы будете знакомиться с районом ваших действий, вы опытным путем установите расстояние, на котором связь возможна.

## РАДИОАНТЕННЫ

Нужно всегда следить за тем, чтобы ваша радиоантенна была расположена вертикально. Почему? Снова вспомним для примера пруд. На рисунке популярно показано, что я имею в виду.



Как вы видите, волны распространяются в плоскости, перпендикулярной антенне. Если антенна наклонена, вы посылаете прекрасные сигналы, положим, к Марсу, но не к вашему офису!



Когда вы будете в следующий раз на выезде, обратите внимание, как много ваших транспортных средств имеют очень аэродинамично наклоненные назад антенны. Это выглядит очень круто, но они не обеспечивают крутую радиосвязь. **Все антенны должны быть вертикальными.**

То же самое относится, естественно, и к антеннам, установленным на здании вашего офиса. Их следует крепить вертикально и, возвращаясь к сказанному ранее, располагать на самой высокой части крыши, их ничто не должно загораживать. Антенна должна располагаться *снаружи*, а не под кровлей (не на чердаке). Однажды мне довелось видеть антенну, установленную под крышей из рифленого железа. Конечно, УКВ сигналы были моментально блокированы: металлическая кровля гарантированно их отражает, и они спокойно себе скачут внутри, не покидая здание! «Эти радиопередатчики совершенно бесполезны!» —



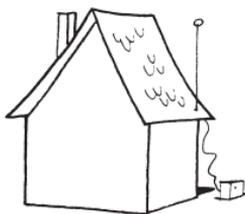
**НЕПРАВИЛЬНО**



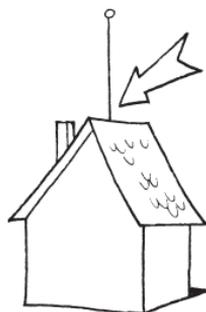
**ПРАВИЛЬНО**



**НЕПРАВИЛЬНО**



**НЕПРАВИЛЬНО**



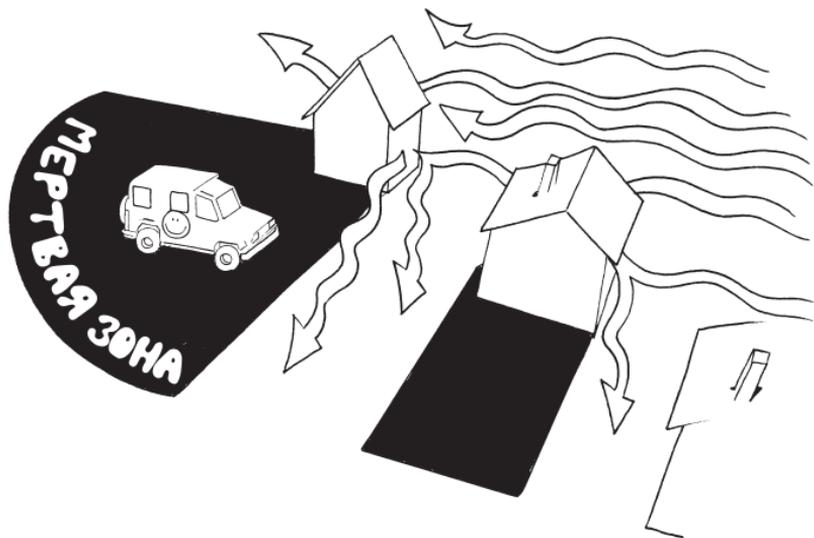
**ПРАВИЛЬНО**

жаловались все. На следующий день антенна была установлена наружи, и впервые появилась возможность передавать информацию на большие расстояния.

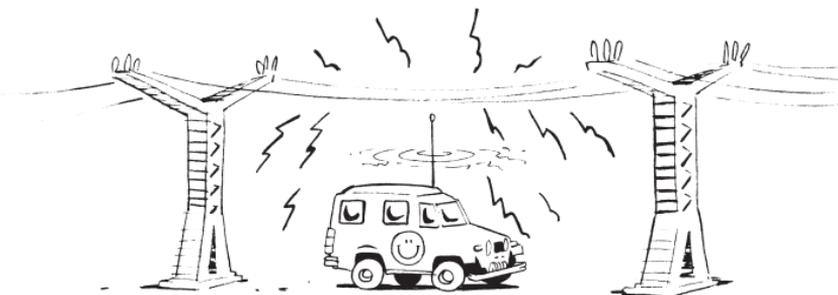
## **МЕРТВЫЕ ЗОНЫ**

«Вот, теперь он начинает углубляться в технические детали», — слышу я недовольное ворчание. Вовсе нет!!! Мертвые зоны — это характерное свойство УКВ. Если на пути радиоволн встречается препятствие, они отражаются в другом направлении, и поэтому временами прекрасная связь вдруг пропадает вовсе, и вы ничего не слышите или же сообщение совершенно искажается либо распадается. Вы пытаетесь снова и снова восстановить связь, но ничего не получается. Это происходит в том случае, когда вы или радиопередатчик, которым вы пользовались, изменили положение таким образом, что между вами появилось препятствие. Короче говоря, вы попали в одну из этих нехороших мертвых зон: радиоволны, столкнувшись с препятствием где-то недалеко от вас, изменили направление или ослабли и не достигают вашего приемника.

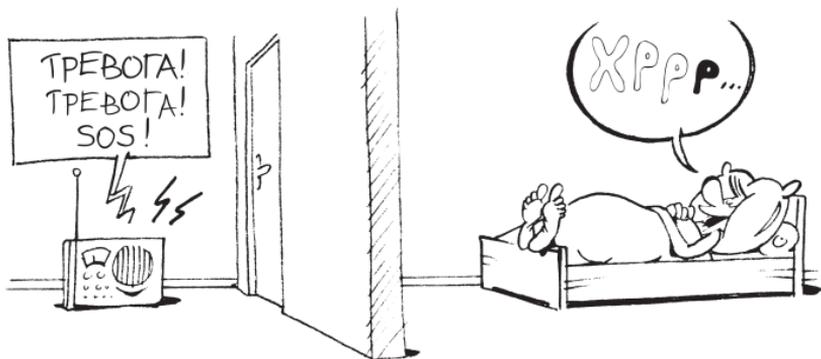
Для решения проблемы просто передвиньтесь немного и попытайтесь наладить связь еще раз. Поразительно, но иногда достаточно нескольких метров — и все в порядке!



**Воздушные линии электропередачи и опоры.** В проводах и опорах электропередач возникают электрические разряды, в результате чего они функционируют как излучающие антенны и также создают помехи для передачи и приема радиосигналов, искажая их. Поэтому просто передвиньтесь подальше от проводов и снова передайте ваше сообщение.



**Радиопередатчик в вашем доме.** Это лишь напоминание: если вы должны брать домой радиопередатчик на случай тревоги ночью, то держите его рядом со своей кроватью, а не в прихожей: вы его можете просто не услышать.



## КВ РАДИО

Что можно сказать о коротковолновых радиопередатчиках? Немного, поскольку в отличие от УКВ радио, которое позволяет получить хорошие результаты, если им правильно пользоваться, качество КВ трансляции в основном зависит от Бога. КВ радиотрансляция предназначена для связи на больших расстояниях и осуществляется следующим образом: сигналы направляются вверх, в небо, где они отражаются от электрически заряженной ионосферы и возвращаются обратно на землю вдалеке от места излучения.

В пространстве между точкой трансляции и местом, куда сигнал возвращается на землю, прием передачи вообще невозможен. Это пространство, называемое зоной молчания, является, по сути, мертвой зоной для радиосвязи.

Четкость посылаемого вами сигнала обусловлена рядом факторов, большинство из которых опять же от вас почти никак не зависит.

Природные явления, например солнечные пятна, существенно влияют на распространение коротких радиоволн. Но мы ничего не можем поделать с солнечными пятнами. Выделенная вам частота вещания может хорошо работать в одно время дня и оказаться совершенно не пригодной для другого времени. Связь может работать лучше днем, чем ночью, но опять же, мы никак не сумеем на это повлиять. В некоторых случаях для решения этой проблемы вам предложат использовать разные частоты в разное время суток. Если ваш КВ-передатчик оборудован блоком для настройки антенны, узнайте, как им пользоваться, и всегда настраивайте антенну. Эта операция согласовывает ваш радиопередатчик с антенной и значительно улучшает связь. Пока антенна не настроена, связи не будет, поскольку радиопередатчик фактически отключен и прием сигналов в сущности невозможен.



Из-за вышеупомянутых проблем работа с коротковолновыми передатчиками может очень действовать на нервы. Но не нужно слишком волноваться, поскольку, как мы уже говорили, от вас мало что зависит. Лучшее, что можно посоветовать, это повторять и повторять попытки наладить связь. Если же ничего не удастся, используйте другие стационарные или мобильные средства радиосвязи для передачи своего сообщения.

## **СИСТЕМЫ СПУТНИКОВОЙ СВЯЗИ**

Пользоваться аппаратами SATCOM просто. Принцип их работы состоит в том, что сигнал отражается от спутника и возвращается на находящийся на земле приемник или на радиорелейную станцию, которая ретранслирует сигнал. Участок на земле, где система SATCOM обеспечивает хорошую связь, называется зоной покрытия. Следует помнить, что если данная система спутниковой связи прекрасно работала во время вашей последней миссии, это вовсе не значит, что она будет идеально функционировать в другом районе мира. Зона покрытия может быть совершенно другой. Поэтому проконсультируйтесь со специалистами по связи, когда они выдают вам оборудование. Они знают, что будет работать и что вам нужно.

Наиболее важная особенность оборудования SATCOM состоит в том, что оно обеспечивает связь на больших расстояниях. Однако для связи на коротких расстояниях УКВ радиопередатчики являются самым экономичным и удобным средством связи. Кроме того, нужно помнить, что когда в районах напряженности увеличивается использование спутниковых телефонов, одновременная работа многих из них может превысить возможности спутниковых каналов. Поэтому спутниковую связь следует рассматривать не как совершенную во всех

отношениях сеть для системы безопасности, а лишь как дополнение к КВ и УКВ сетям.

Современные системы SATCOM иногда совмещают с автоматически транслируемой системой глобального позиционирования (GPS). Другими словами, тот, кто ведет радиоперехват ваших передач, сможет установить ваши точные географические координаты. Имейте в виду, что такая возможность таит в себе риск вашей безопасности. Стороны, с которыми вы имеете дело, могут обвинить вас в том, что вы раскрываете подробности их местонахождения. В местах, где имеются такие проблемы, лучше всего оставить спутниковый телефон на своей базе.

Имейте также в виду, что система SATCOM обеспечивает только двустороннюю связь, то есть невозможно передавать сообщение одновременно на несколько приемников.

## **СОТОВЫЕ ТЕЛЕФОНЫ**

Сегодня любимым средством связи большинства добровольцев гуманитарных организаций являются сотовые телефоны. И на то есть веские причины: они просты в использовании и устанавливают связь без проблем, которые мы имеем с УКВ и КВ передатчиками. Используя GSM (глобальную систему мобильной связи), с помощью сотового телефона вы получаете возможность широкого международного покрытия. Доступ к электронной почте с телефона является еще одним привлекательным качеством этого вида связи.

Несмотря на все их положительные качества, использование сотовых телефонов имеет некоторые недостатки.

В отдельных регионах стоимость связи, особенно международной, может быть высокой. Покрытие может быть хорошим в некоторых местах, особенно в городах, и плохим или вообще никаким в сельской местности. В некоторых странах вам придется купить новую SIM-карту или новый телефон, если ваша система не совместима с местными системами.

Кроме того, есть ряд аспектов безопасности, которые также должны быть приняты во внимание:

- в разоренной и разрываемой войной на части стране система сотовой связи могла быть уничтожена или повреждена. В этом случае сотовая телефонная связь будет недоступна или, в лучшем случае, ненадежна;
- во времена кризисов система сотовой телефонной связи может оказаться перегруженной слишком большим количеством пользователей, в результате чего звонить по телефону будет невозможно;
- местные власти могут контролировать систему сотовой связи. Они могут решить отключить ее;
- местные власти могут прослушивать любые разговоры. (Так же, как и все остальные виды связи, которыми вы можете пользоваться, сотовая связь всегда должна рассматриваться как небезопасная.);
- сами сотовые телефоны являются привлекательными для воров предметами;
- новые и привлекательные, с точки зрения рекламы, качества сотовых телефонов (наличие в них фото- и видеокamer) могут навлечь на вас неприятности. Как мы говорили в разделе о камерах, само наличие этих встроенных приспособлений может привести к тому, что ваши намерения будут неверно истолкованы. Их присутствие может также быть

умышленно использовано против вас. Главным образом мы имеем в виду приспособления, которые могут быть использованы в целях шпионажа. Избегайте этого, пользуясь простыми сотовыми телефонами без всяких «наворотов»;

- когда вы говорите по УКВ радиосети, все ваши коллеги в пределах досягаемости могут слышать вас. Такая радиосеть называется «один говорит — все слышат». Когда же вы говорите по сотовому телефону, это обычно разговор только двух человек. Следствием этого, как вы понимаете, может стать нарушение безопасности (например, если произошел какой-либо инцидент и вы пытаетесь известить всех об этом или сообщить всем, чтобы они избегали данного района).

## **ИНТЕРНЕТ И КОМПЬЮТЕРЫ**

Сегодня все мы используем Интернет и другие компьютерные сети для обмена информацией с друзьями и, конечно, с нашими организациями. И все мы знаем преимущества этой системы. Я хочу только обратить ваше внимание на следующие опасности:

- Как и все описанные выше системы, эта система небезопасна.
- Находясь дома, не используйте Интернет для обмена информацией об оперативных вопросах непосредственно с вашей организацией. Вы можете, сами того не желая, полностью или частично нарушить порядок подчиненности, что может иметь нежелательные последствия с точки зрения безопасности. Лучше работать по принятой схеме с тем, чтобы все были в курсе того, что происходит.

- Ваш компьютер беззащитен перед нещепетильными ворами, и они могут просто украсть его. Но они могут действовать и более изощренно: когда вас нет, они в два счета скачают большие объемы информации на флэш-накопитель (эти устройства сегодня обладают громадной вместимостью). Закрывайте свою комнату на ключ или держите свой компьютер под замком, когда вы им не пользуетесь. Если вы храните на флэш-накопителе резервную информацию с жесткого диска, то обращайтесь с ней с такими же предосторожностями, как и с жестким диском.

## ФОНЕТИЧЕСКИЙ АЛФАВИТ

Фонетический алфавит это общепринятый способ передачи важной информации в тех случаях, когда условия передачи трудные или когда нужно передать по буквам сложное географическое название или фамилию и имя человека. Вы, конечно, можете, если хотите, использовать собственную версию алфавита: это, возможно, будет забавно и, наверное, никому не повредит. Главное, чтобы все, кого это касается, понимали его. Стандартная версия фонетического алфавита выглядит следующим образом:

A: Alpha	J: Juliet	S: Sierra
B: Bravo	K: Kilo	T: Tango
C: Charlie	L: Lima	U: Uniform
D: Delta	M: Mike	V: Victor
E: Echo	N: November	W: Whiskey
F: Foxtrot	O: Oscar	X: X-Ray
G: Golf	P: Papa	Y: Yankee
H: Hotel	Q: Quebec	Z: Zulu
I: India	R: Romeo	

Примечание переводчика: Стандартная версия русского фонетического алфавита выглядит следующим образом:

А: Анна, Антон	Л: Леонид	Ц: центр, цапля
Б: Борис	М: Михаил, Мария	Ч: Человек
В: Василий	Н: Николай	Ш: Шура
Г: Галина	О: Ольга	Щ: Щука
Д: Дмитрий	П: Павел	Ъ: знак (твердый знак)
Е: Елена	Р: Роман, радио	Ы: Игрек
Ж: жук, Женя	С: Сергей	Ь: знак (мягкий знак)
З: Зинаида	Т: Тамара, Татьяна	Э: Эдуард
И: Иван	У: Ульяна	Ю: Юрий
Й: Иван краткий	Ф: Федор	Я: Яков
К: киловатт, Константин	Х: Харитон	

Источник [http://www.mobilradio.ru/information/vocabulary/phonetic\\_abc.htm](http://www.mobilradio.ru/information/vocabulary/phonetic_abc.htm).

## **ДЛЯ ЗАМЕТОК**