



РОССИЯ МЧС-Ы

Россия Федерациясының гражданскай
арачыланысча, сағыбаан саайларча паза чир-чайаан
хорғыстарын чох идерінче Министерствозы

СААЙЛАНҒАННАРҒА ПАСТАҒЫ ПОЛЫЗЫҒ ПИРЕРІ

ПАМЯТКА

Памятка аймах-пасха кізілерге тимнелген.

Памяткада пістің хазнабыстағы паза хырығ озариндағы опытка төстеніп, амғы тусха килістіре саайланған, пиртінген, палығлатхан, оох парған паза пасха даа сидік тустарда пол парған кізілерге, кізі хазиина паза чуртазына хорғыс ағылчатхан ағырығларда паза тустарда полызығ пирер чөптер пирілче. Памятка пастағы полызығ пирер теория өзенін үгренерге паза хатап хығырарға тимнелген. Мында прай кирек информация пирілче, сидік тустарда хайди поларға паза хайди саайланған кізілерге полыс пирерге.

ФГБУ «ЦЭПП МЧС РОССИИ», 2024

СААЙЛАНҒАННАРҒА ПАСТАҒЫ ПОЛЫЗЫҒ ПИРЕРІ

ПАМЯТКА

Москва, 2024

Пастағы полызығ – ол кізілернің чуртазын паза хазиин арачылирға иділчеткен иң өөн оңдай. Пастағы полызығ пир полар оңдайлығлар саай полған киречілері паза өнетін үгредігліг кізілер. Олар өнетін пілістіг паза тирігліг поларға киректер. Аннаңар амғы тустағы үгредіг пособиелерін сығарары улуғ хайығда полча. Олар амғы законнарға паза пастағы полызығ пирцең правилоларға килістіре полчалар. Памятка Россия Федерациязының хазых хайраллачаң Министерствозының чарадии хоостыра пастағы полызығ пирцең Порядок хоостыра иділген. Памятка чахсы хоостарнаң чазалған паза пиртінген, палығлатхан кізілерге пастағы полызығ пирер оңдайларны пілдістіг көзітче.

методика аккредитационнай-симуляционной кін ФГБУ «Центральной наука істезігліг институт организации паза информатизация хазых хайраллирынча» Россия Минздравы устағқызы, Тиксі Россия халых организация «Россия халых пастағы полызығ» орынқызы, д.м.н. профессор Дежурный Леонид Игоревич.

Пастағы полызығ — ол кізілернің чуртазын арачылирға иділчеткен иң табырах оңдайлар. Аның пөгіні — кізі чуртазына харығ полчатхан нимелерні паза аннаң андархы сидіксіністерні чох идері.

Россия Федерациязының хазых хайраллачаң Министерствозының чахии хоостыра 03.05.2024 № 220н «Өнетін пастағы полызығ пирілцең оңдайлар» (Россия Федерациязының юстиция Министерствозында сілкер айының 31-чі күнінде 2024 чылда 78363 саннығ санға алынған) 9 соона салдырбас оңдай пар паза 9 чуртас арачылир мероприятие пар, хайзын ноо даа кізі үгрэн полар.

Пастағы полызығ пирцең оңдайлар:

1. Сағызында полбаза.
2. Тынызы тохтапча паза (алай) ханы ойлабинча.
3. Тынчаң чолларында пірее тулғаан ниме пар полза паза пасха даа чуртасха, хазыхха хорғыс ағылчатхан тынысха харығ полчатхан ниме пар полза.
4. Хан тастына ахчатса.
5. Пиртінгені, киремет паза палығлар, механической, химической, электрической ниме-нооларға палығлатхан, ізіге көйгенін, радиацияға хабылғаны.
6. Оох парғаны.
7. Оолығ нимелерге сахтырғаны алай ызыртханы.
8. Сағызын чідіріп, иді тартыс сыхча.
9. Стресске тың сағыс хайыныстары полза.

Пастағы полызығ пирчең мероприятиелер:

1. Ибіркіні паалиры паза пастағы полызығ пирчең хорғыс чох оңдайлар тимнирі.
2. Пүкүлее саайланған кізінің (саайланғаннарның) ханы тастына ахчатханын пастағызын көрері. Кирек полза ханны пір алай нинче-де оңдайнаң тохтадарға.
3. Саайланған кізіні тіріг алай тіріг нимес полчатханын сыныхтиры.
4. Өкпе-чүрек тоғызын айландыарға паза тынчаң чолларын чахсы тоғындыарға.
5. Пүкүлее саайланған кізіні тиксі көрері, аның хада чоохтазарға (сағызында полза) палығларын, киреметтерін, оох парғанын, оолығ нимелер сағыбысханын алай ызыртханын піліп алар үчүн. Механической, химической, электрической, ізіг ниме-нооларнаң палғалыстығ палығларын, радиацияға хабылғанын паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелерні піліп аларға.
6. Саайланғанның палығлары, киреметтері, оох парғаны, оолығ нимелер сағыбысханы алай ызыртханы, механической, химической, электрической, ізіг ниме-нооларнаң палғалыстығ палығлары, радиацияға хабылғаны паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелері хайдағ полчатханына төстеніп, пастағы полызығ пирері.
7. Саайланған кізее имчі пас пирген имнерні ізерге полыс пирерге.
8. Саайланған кізіні истіг иде чатыр саларға.
9. Табырах имнег полызиин хығыарға (пірдеезі хығырбаан полза), палығлатханын сыныхтағда тударға, көңнін түзірбеске полызарға, саайланғанны апарарға, табырах полызығ имчілер өмезіне, имнег организация өмезіне, пастағы полызығ пирчең өнетін службалар өмезіне пирерге.

Өнетін «Кізілернің хазыхтарын хайраллиры» РФ 31 ФЗ №323 21.11.2011 статья хоостыра Россияның полған на кізізі, саайға кірген полза, пастағы полызығ пир полар оңдайлығ, аның өнетін тимнегліг пілізі паза (алай) полысчаң оңдайы пар полза. Аннаң пасха РФ Уголовнай, Административнай паза Гражданскай Кодекстерінің «Иң кирек оңдай» статьязы пастағы полызығ пирген кізіні арачылапча, хақан пастағы полызығ пирчеткен туста саайланған кізее өнетін нимес хыйал иділзе алай ол кізі үреп тее парза.

Таптырғас

Пастағы полызығ пирчең мероприятиелер:	11
Саай полған орында палығлатханнар пар полза идер нимелернің изерізі	12
1. Ибіркіні паалиры паза хорғыс оңдайларын чох идері. Саайланғанны апарар оңдайлар.	14
1.1. Саайланғанны автомобильнең алай ба пірее кірерге сидік орыннаң сығарары.	15
1.2. Саайланғанны пір орыннаң пасха орынзар апарар тиксі оңдайлар.	16
2. Палығлатханнарны пүкүлее көргені паза хан ахчатса, пастағы полызығ пирері.	19
3. Піліністі паза тынысты сыныхтачаң оңдай.	24
4. Өкпе-чүрек тоғындырар оңдай.	25
4.1. Көксіне пазып иртірчең оңдайлар.	25
4.2. Өкпе-чүрек тоғындырар оңдай.	27

4.3. Автоматическай тастындағы дефибрилляторнаң тузаланары (АНД).	27
4.4 Тынчаң чолларда пірее ниме харығ полчатса, пастағы полызығ пирері.	29
5. Саайға кірген кізіні ситкіп көрері паза сурығлар пирері.	31
6. Пиртінгеніне, палығлатханына, оохханына, ызыртханына, оолығ тіріг нимее сахтыртханына, химическай ниме-нооға палығлатханына, ізіге көйгеніне пастағы полызығ.	32
6.1 Палығлатханына пастағы полызығ.	32
6.1.1. Пасты палығлат салза, пастағы полызығ пирері.	32
6.1.2. Харах паза харах хахпағы палығлат парза, пастағы полызығ пирері.	33
6.1.3. Пуруннаң хан ахчатса, пастағы полызығ пирері.	34
6.1.4. Мойнынаң палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.	35
6.1.5. Көксінең палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.	35
6.1.6. Харнынаң палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.	37
6.1.7. Азах-холларын палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.	38

6.2. Оох парза, пастағы полызығ пирері.	41
6.2.1. Ахсынаң кірген нимее оох парза, пастағы полызығ пирері.	41
6.2.2. Тынчаң орыннардаң кірген нимее оох парза, пастағы полызығ пирері.	42
6.2.3. Харах кинен пол парза, пастағы полызығ пирері.	43
6.3. Ізіг нимее палығлат салғаннарға пастағы полызығ пирері.	44
6.4. Ізіге (күн ізиине) саптырғаннарға пастағы полызығ пирері.	46
6.5. Иді тың соохха тооп парғаннарға пастағы полызығ пирері.	48
6.6. Пүкүлее соохха тооп парза, пастағы полызығ пирері.	49
6.7. Электрической токка саптырғаннарға пастағы полызығ пирері.	49
6.8. Оолығ нимелерге ызыртхан алай сахтырған кізее пастағы полызығ пирері.	51
6.8.1. Оолығ чыланнар ызырыбысса, пастағы полызығ.	51
6.8.2. Хурт-хоостар ызырыбысса, пастағы полызығ пирері.	52

6.9. Кізі тал парза, пастағы полызығ пирері.	53
6.10. Иттер тартысчатса, пастағы полызығ пирері.	53
7. Саайланған кізее имчі пас пирген имнерні ізерге полыс пирері.	54
8. Саайланғанны истіг иде чатыр салары.	55
9. Психология саринаң полызары.	56

Пастағы полызығ пирчең мероприятиелер:

1. Ибіркіні паалиры паза пастағы полызығ пирчең хорғыс чох оңдайлар тимнирі.

2. Пүкүлее саайланған кізінің (саайланғаннарның) ханы тастына ахчатханын пастағызын көрері. Кирек полза ханны пір алай нинче-де оңдайнаң тохтадарға.

3. Саайланған кізіні тіріг алай тіріг нимес полчатханын сыныхтиры.

Сағызында полза:

5. Пүкүлее саайланған кізіні тиксі көрері, аның хада чоохтазарға (сағызында полза) палығларын, киреметтерін, оох парғанын, оолығ нимелер сағыбысханын алай ызыртханын піліп алар үчүн. Механической, химической, электрической, ізіг ние-нооларнаң палғалыстығ палығларын, радиацияға хабылғанын паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелерні піліп аларға.

6. Саайланғанның палығлары, киреметтері, оох парғаны, оолығ нимелер сағыбысханы алай ызыртханы, механической, химической, электрической, ізіг ние-нооларнаң палғалыстығ палығлары, радиацияға хабылғаны паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелері хайдағ полчатханына төстеніп, пастағы полызығ пирері.

7. Саайланған кізее имчі пас пирген имнерні ізерге полыс пирерге.

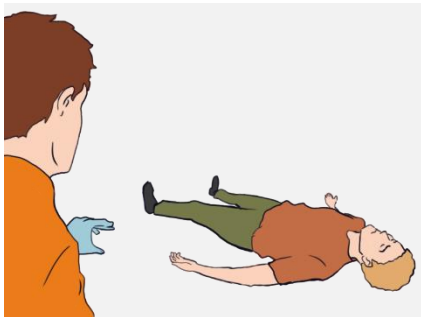
8. Саайланған кізіні истіг иде чатыр саларға.

Сағызында полбаза:

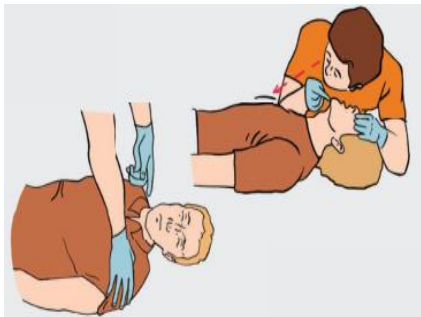
4. Өкпе-чүрек тоғызын айландыарға паза тынчаң чолларын чохсы тоғындыарға.

9. Табырах имнег полызиин хығыарға (пірдеезі хығырбаан полза), палығлатханын сыныхтағда тударға, көңнін түзірбеске полызарға, саайланғанны апарарға, табырах полызығ имчілер өмезіне, имнег организация өмезіне, пастағы полызығ пирчең өнетін службалар өмезіне пирерге.

Саай полған орында палығлатханнар пар полза идер нимелернің изерізі:



1. Позиңа паза саайланған кізее пір дее хорғыс чоғыл тіп, сизін. Имнег перчаткаларнаң паза маскаларнаң тузалан. Нинче палығлатхан кізі пар полчатханын сыныхтабыс. Оңдай полза оларға пастағы полызығ пирерінеңер чоохтап пир. Тынчаң чолларына харығ полчатхан нимелерні хыйа алыбыс.



2. Пүкүлөө саайланған кізіні көрібіс. Хан тастына ахчатса, аны тохтат (көр стр. 18).

3. Саайланған сағызында алай ба сағызында нимес полчатханын (көр стр. 23) паза тынчатханын сыныхта. Сағызында полза, пизінчі пунктты толдыр паза аннаң аңдархазын.



4.1. Сағызында полбаза, тынминчатса паза ханы ойлабинчатса (позиң алай ибіркілер полызиинан) табырах имнег полызиин 103 алай 112 номерче хығыр.



Өкпе-чүрек тоғызын айландыраға паста. Пастап көксін 30 хати пазып, анаң ахсына 2 хати тыныс кирип, тын (көр стр. 24).

Автоматической тастындағы дефибриллятор пар полза, тузалан (көр. стр. 26)



4.2. Кізі сағызында полбаза, тірілчеткені пілдір сыхса (алай ол пілдіріглер пар полған полза) тынчаң чолларын арығ тут (хабырғали пик чатыр саларға) алай ба пазын көдіріп, ээгін тут (хабырғали пик чатыр полбинчатса).



5. Саайланғанның палығларын, киреметтерін, оох парғанын, оолығ нимелер сағыбысханын алай ызыртханын, механической, химической, электрической, ізіг нима-нооларнаң палғалыстығ палығларын, радиацияға хабылғанын паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелерні піліп алар үчүн чахсы сыныхта.

6. Сығысхан пілдіріглер хоостыра пастағы полызығ пир.



7. Саайланған кізее имчі пас пирген имнерні ізерге полыс пир.



8. Саайланған кізіні палығлары паза аның оңдайы хоостыра истіг иде чатыр сал.



9. Табырах имнег полызиин хығыр (пірдеезі хығырбаан полза). Табырах имнег полызии алай пасха службалар читкенче, саайланған кізіні көр паза ағаа көңнін түзірбеске полыс. Табырах имнег полызығ өмезі килзе, оларға саайланған кізіні пірібіс, сурығларға нандыр паза полыс пир кирек полза.

1. Ибіркіні паалиры паза хорғыс оңдайларын чох идері. Саайланғанны апарар оңдайлар.



Ибіркіні көр, позыңа паза саайланған кізее хорғыс синін паала. Кирек полза, саайланған кізіні хорғыс чох орынзар апар сал. Саайланған кізіні апарар пірее оңдайнаң тузалан.

1.1. Саайланганны автомобильнең алай ба пірее кірерге сидік орыннаң сығарары.



Иң не пастап, посха хорғыс полбинчатханын сизін!

Саайланганны автомобильнең алай ба пірее кірерге сидік орыннаң хақан сығарарға кирек:

- аның хазиина паза чуртазына хорғыс пар полза;
- саайланған орныхчатхан орында пастағы полызығ пирчең оңдайлар чох полза.



Мойынны холнаң тутпин сығарары:

- саайланганның ыстан хурына алай ба пасха даа хурға тудынып, учадынча сала айландырып аларға;
- холларыңны аның холтых алтынзар суғыбызып, саайланганның пір холының пілегінең тудыбызарға кирек;
- саайланганны сығар килерге.



Мойынны холнаң тудып сығарары:

- үстүнде пазылған оңдайлар хоостыра тудынарға кирек;
- саайланганның ээлдірген чығанағын чағын тудып, пос холынаң ээгін тудып, пазын позыңның көксіне чаба пас саларға кирек;
- саайланганны сығар килерге.

Сығарған соонаң, саайланганны хорғыс чох орынзар апар саларға кирек.



Оорха мойын тузында палыглал парғанға чігленіс полза, пасты мойыннаң хада тибіретпес иде сал саларға кирек.

1.2. Саайланғанны пір орыннаң пасха орынзар апарар тиксі оңдайлар.



Пасхысча сығарчатса (транспортсар кирчетсе) саайланғанны пазынаң алнынзар апарчалар.



Хан көп чідір салған саайланған кізіні апарчатса, аның азахтары пазынаң көдіре поларға киректер.



Пасхысча түсчетсе (транспорттаң сығарчатса) саайланған кізіні азахтарынаң алнынзар апарчалар.



Саайланғанны алнында апарчатхан кізі азахтар алтынзар ситкіп көріп, соонда парчатханға прай харығ полчатхан нимелердеңер чоохтап турча. Саайланғанны соонда апарчатхан кізі аның хазиин сизініп одырча, кирек полза, сизіндіріглер пирче: «Тохта! Оохтырча!» алай ба «Тохта! Сағызын чідір салды!».

СААЙЛАНҒАН КІЗІЛЕРНІ ПІР ОРЫННАҢ ПАСХА ОРЫНЗАР АПАРЧАТСА, ПІР ТИҢЕ ПАЗАРҒА ЧАРАБАС!



Саайланған кізіні транспортсар алай ба хорғыс чох орынзар апарчатса аймах-пасха оңдайларнаң тузаланарға чарир, ол оңдайлар саайланған кізінің палиинаң, хазиинаң, нинче кізі пір саңай саайланғанынаң прай палғалыстығ полча.

а. Саайланған кізіні чалғысхан тудып апарғаны. Пу оңдай тың палығлатпаан паза ол кізі піліністе полза, тузаланылча.



б. Саайланғаны чалғысхан сөөртеп апарғаны. Пу оңдай кізі илееде улуғ көдірімніг полза паза ырах нимес апарарға киректелчетсе тузаланылча. Че саайланған кізінің азахтары палығлығ полза, пу оңдайнаң тузаланарға чарадылбинча.



в. Саайланған кізіні чүктеп апарғаны. Пу оңдайнаң кізінің көдірімі улуғ полбаза тузаланарға чарир. Че кізі тал парған полза, пу оңдайнаң тузаланарға чарадылбинча.



г. Саайланған кізіні хучахтап апарғаны. Пу оңдайнаң күстіг кізілер тузаланчалар. Кізі тал парған полза, пу оңдайнаң тузаланарға чарир. Че саайланған кізінің оорха-сөөгі палығлал парғанға чігленіс полза, пу оңдайнаң тузаланарға чарабас.



д. Саайланғаны иңніне салып апарғаны. Пу оңдайнаң саайланған кізіні апарчатса, аның холларынаң тударға кирек. Кізінің көксі, харны паза оорха-сөөгі палығлатхан полза, пу оңдайнаң тузаланарға чарабас.



е. Саайланған кізіні ікі кізі холларынаң пиктег идіп апарғаны. Ікі кізі пілектерін удур-төдір піріктіре тудыныбысчалар. Саайланған кізіні апарарға холлар уғаа пик тудынызарға киректер.



ж. Пиктег тимнеп алза саайланған кізіні аңдар одыртыбысчалар, көдірібісчелер анаң апарчалар. Саайланған кізее аны апарчатхан кізілернің иңнілеріне тудынып аларға чарир.



з. Саайланған кізіні үс холнаң пиктег тимнеп паза пір холыннаң пилінең тудып апарғаны. Пастағы полызығ пирчетсе, пу оңдайнаң тузаланчатханнарның пірсі пір холын пиктебинче, ол аны хада парчатхан кізінің иңніне сал салча. Саайланған кізі аны апарчатсалар ол холға тайанып алқаң оңдайлығ полча. Саайланған кізі тал парғадағ полза, алай ба саайланған төрт холнаң тимнелген пиктегде тудын полбас полза, пу оңдайнаң тузаланчалар.



и. Саайланған кізіні холларынаң паза азахтарынаң ікөлең хаап апарғаны. Пу оңдайнаң апарчатса, пір кізі поэының холларын саайланған кізінің холтыхтарынаң хаап алча, пірсі, тізең, тізектерінең.



к. Саайланған кізінің оорха-сөөгі палығлал парғанға чігленіс полза, апарчаң оңдай. Саайланған кізінің оорха-сөөгі палығлал парғанға чігленіс полза, аны апарарға нинче-де кізі киректелче. Пастағы полызығ пирчеткеннернің пірсінің устааны хоостыра ол саайланған кізіні көдірчелер паза аны апарчалар. Іди апарчатхан туста, полызығ пирчеткеннернің пірсі саайланғанның пазын паза мойнын хыймыхтабас иде пілектерінең тударға кирек. Саайланған кізінің оорха-сөөгі палығлал парғанға чігленістіг полза, аны хатығ паза көні нимеде (көзідімге, щитте) апарарға килістіре паза хорғыс чох полар.

2. Палығлатханнарны пүкүлөө көргені паза хан ахчатса, пастағы полызығ пирері.



Саайланған кізее паза поэыңа пір дее хорғыс чох полчатханын піліп ал. Саайланғанның суух нимелерінең арачыланарға имнег перчаткаларынаң тузалан. Саайланғанны (кирек полза) пасха орынзар апар.



Най тың тастына хан ахчатхан орыннарны пілер сылтағнаң (пір-ікі секунда аразына) табырах пүкүле көрібіс.

Най тың тастына хан ахчатханын тохтадар уғаа килістіре оңдайларнаң алай оларның аймағынаң тузаланып ханны тохтат.

Тастына хан ахчатханын түрчеге тохтадар оңдайлар:



1. Палыға тың пазыбыс.



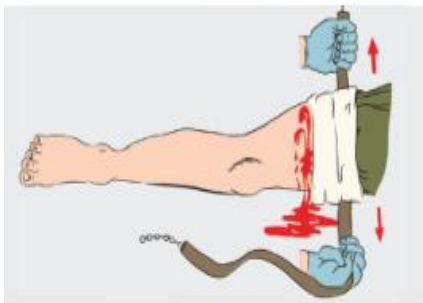
2. Хыза пасчаң сөргегнең ораап сал. Палығны нинче-де марля бинтінең алай ба салфеткаларнаң чабыс. Ыстүнең тыыда палғабыс. Сөргег ол пол парчатса, ыстүне пазох ла нинче-де туу палғалых сүбүрек салып, аяаңнаң чаба пазыбыс.



Палығда пірее ниме пар полза, аны бинттең иділген валиктернең, пластырьнаң алай ба сөргегнең ораап сал.

Саай пол парған орында палығнаң ниме-нооны сығарарға чарабас!

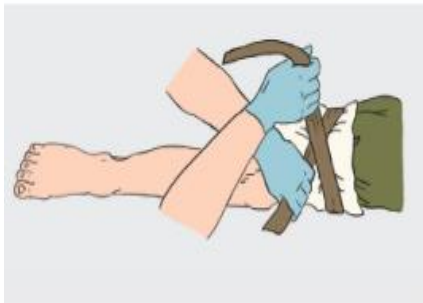
Табырах имнег полизиин хығыр (позың алай ба піреезінің полизиинаң).



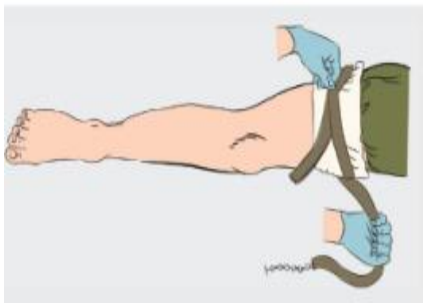
3. Хан тохтатчатхан тууғ (жгут) сал салыңар.

Пасха оңдайнаң алай ба ол оңдайлар ханны тохтадарға полиспинчатса хан ахчатханын тохтатчаң тууғ салылча!

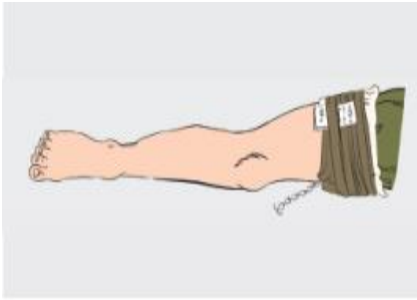
Тууғ (тууғ-турникет ол санға кірбинче) нинче-нинче хадыл нымзах ниме-нооға / саайланғанның кип-азах кизектеріне палығ ұстүне алай ба ағаа чағын иде (палығнаң 5-7 см оортах иде) салылча.



Тууғны палыға сал паза сөө тарт. Тууғны пастағызын тартыбысхан соонаң, хан ағары тохтаанын піліп ал.



Соондағы тууғларны өөр парчатхан спираль чіли, алнындағызынаң чарымни алып, сала пос арах сал.



Пічікте хақан паза нинче часта тууғ салылғаннаңар пазып, тууғ алтынзар сух сал. Тууғны сөргегнең паза кип-азах чардыхтарынаң чабарға чарадылбинча.

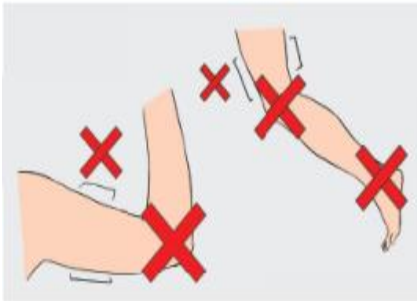


Тууғ салыбысхан соонаң палығлатхан чардыхты хыймыхтабас иде идібізерге кирек (иммобилизировать) паза аны чылығ кип-азахнаң алай ба термоодеялонаң чаап саларға кирек.

Чылның хайы даа тузында, хазыхха хорғыс полбазын тіп, тууғны 2 частаң артых тударға чарабас. Ол тус ирт парза, тууғны өнетін имчілер учреждениезінде ле сууарға чарир.



Тууғны чодаа паза пілекке ле саларға чарир!



Тууғ чўллерге, иңнінең ўзінчі паза путтың алтындағы чардығына салылбинча!

**Хақан тууғны салқаң тус ирт парза, че имчі полызии ам даа
чох полза, тимненістерің пар полза, мындағ ниме ит:**

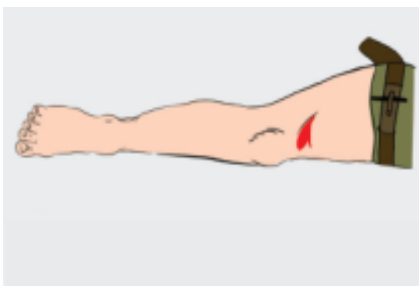


1. Палыға көні пазыбыс.
2. Тууғны 15 минутаа пос салыбыс.
3. Оңдай таап, азах-холға массаж идібіс.
4. Тууғны аның алнындағы орыннаң көмес пөзік арах салыбыс.

**Палыға көні пасханы полыспинчатса паза хан
пазох ах сыхса, тууғны хапчағай тартыбыс!**

Саайланған хан көп чідір салған полза, азахтарын көдіре салып чатырыбыс.

Турникет-тууғны салғаны:



Лентаны пряжка өтіре, хол-азах ибіре апарып тартыбыс.

Чапсынчахты чапсырыбыс.

Тууғның воротогын (рычагын) хан тохтаанча толға. Воротоқты хаптырчатхан орынзар суғыбыс (алай пасха оңдайнаң сығарғаннарның инструкциязы хоостыра).

Өнетін тууғ чох полза, толғалчаң тууғнаң тузалан:



Хол алтына кірген не нименен іділген толғалчаң тууғнаң (хай пірее истең, платтаң) кип-азах үстүнче алай ба теер үстүнче, ис салып, палғабыс. Пағ узын тўунчегінөк ілгіс пол парар иде палғабыс.



Арханы (алай пасха даа ағаа төйи нимені) ілгіссе тўунчек алтында пол парар иде суғыбыс.

Арханы толғап, толғалчаң тууғны хан тохтаанча тарт.

Арханы тууғ сайалбас үчүн пиктирге кирек.

Толғалчаң тууғ өнетін тууғох чіли салылча.

3. Піліністі паза тынысты сыныхтачаң оңдай.



Саайланған кізіні пілінчеткенін піліп алар сылтағнаң аны иптіг иңнінең хыймырадыбызып, сур: «Хайди сірер полдыңар? Полызығ кирек пе?»



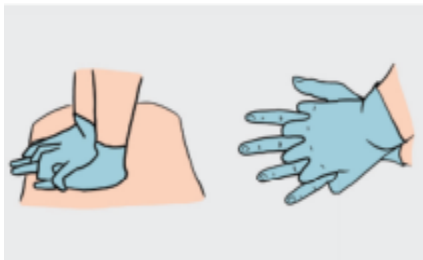
Тынчаң чолларын пос идібіс. Пір холыңны саайланған кізінің хамағына салып, ікінчі холыңның салааларынаң ээгінең көдіріп, пазын чоғар идерге кирек. Наахтарыңнаң паза хулааңнаң саайланғанның ахсынзар паза пурнунзар ээліп, аның көксінзер көрерге кирек. Аның тынызын сизін, сығара ўбўрчеткен киині поэыңның наағында пілдірчеткенін сизін, көксінең амыр тыныс пары алай чох полчатханын піліп ал (10 секунда аразында).



Тыныс чох полза, полысчаа табырах полызығны хығырарға чахы: «Кізі тынминча. Табырах полызығны хығыр, хығырыбысханнаңар мағаа искір».

4. Өкпе-чүрек тоғындырар оңдай.

4.1. Көксіне пазып иртірчең оңдайлар.



ХАТЫҒ ПАЗА КӨНІ ЛЕ ЧИРДЕ ЧАТЫРЫП ИДІЛЧЕ!

Көксінің ортызынзар айаны чаба салыбыс. Ікінчі холыңны пастағы хол ўстўне салыбыс, удур-төдір пиктебіс.



Холларыңны көні тудыбыс, иңнілерін көксінең оорха пірікчеткен чирде көні паза чіке чаба пазар иде тут.



Позыңның көксіңнің аарынаң ағыриин чаба пас, чаба пасханының тиреңі 5-6 см. асхынах полбасха кирек, удаазы 1 минутада 100-120 пазыстаң асхынах нимес.



Пір часха читкелек палаларға пазысты ікі салаанаң иртірчелер.
Сала улуғ арах палаларға – пір алай ікі холның айазынаң.

4.2. Өкпе-чүрек тоғындырар оңдай.



Саайланған кізінің пазын ойда салыбыс, пір холыңны аның хамағына салып, паза пірсінең аның ээгін көдіре тут.

Саайланған кізінің ікі салаанаң пурнын чаба пазыбыс. Көксіңе киі тартынып, саайлан парған кізінің ахсын аазыңнаң чаба пазыбыс, ахсына киіні 1 секунда аразына, ол кізінің көксі көдірілчеткенін сизініп, пір тиң кире үбүрібіс. Ікі кире тынғанына 10 секунданаң көп хорадылбасха кирек.



Пілдіріс: Пу мероприятиені иртірчетсе, аптечкаларға кірчеткен өнетін арған тыныс пирчең ниме «аас – өнетін ниме – аас» тузаланары көрілче.

Нинче дее кізі саайланғанны тірілдірерде араласчатса, 30 хати чаба пазып ікі хати арған тыныс пиріп теестеңер.

4.3. Автоматическай тастындағы дефибрилляторнаң тузаланары (АНД).



Кирек полза, өнетін автоматическай тастындағы дефибрилляторнаң тузалан! Аны чүрек тохтап парзох алай ба 3-5 минута ирт парған полза тузалан.



Аны толдырар үчүн:

- Полысчаа АНД-ны ағыл пирерге чоохта.
- Өкпе-чүрек тоғызын айландыраарға паста: 30 хати чаба пазып 2 хати арған тыныс пир.
- АНД-ны ағыл килзе, аны тоғындырыбыс паза инструкциязына тудын:
- электродтарны көксіне чапсыр.



Пілдіріг: ікі алай ба нинче-де кізі улызыгда араласчатса, электродтар чапсырчатхан туста, ӨЧТ-ны тохтадарға чарабас.

- АНД-ның чахии хоостыра разряд пирібізер алнында піреезі саайланған кізее теепчеткенін алай теңминчеткенін көрібізерге кирек, анаң на кнопкаа пазыбызарға чарадылча.



Аның соонаң ӨЧТ анаң аңдар толдырарға кирек.

Дефибрилляторнаң ӨЧТ-ны теестеп тохтатпин иртір!



Өкпе-чүрек тоғызын айландыраар нимені тохтадарға чарир, хаңан:

- табырах имнег улызиин пирчең алай ба өнетін служба өмезі килзе,
- саайланған кізі позы тынып пастабысса,
- күс сых парып, өкпе-чүрек тоғызын айландыраарын толдыр полбиныбысса (полысчыны улыстыраарға кирек),
- пастағы улызығны пирчеткен кізее хайдағ-да хорғыс пол килзе.

4.4 Тынчаң чолларда пірее ниме харығ полчатса, пастағы полызығ пирері.



Улуғларның

Саайланғанның кистінде турып ал, алнынзар аны мөкейте тут, холның айазынаң чарын аразынча пис хати тыыда сап. Полған на сабыс соонда тулғалған ниме сых парыбысхан ма тіп, сыныхтап тур.



Тулғаан ниме сыхпаан полза, паза пасха оңдайнаң тузалан: саайға кірген кізінің кистінде турып, холларыңнаң аны кіндігінің үстүнче хаап, кинетін не пазыбыс. Аны 5 хати пазып толдыр.



Азах аар ипчілерге алай ба чоон (иттіг) саайланған кізілернің істілеріне пазарға чарадылбинча!

Чарын аразында сабыстарнаң паста, көксінің алтындағы чардығына чаба пас.



Олғаннарның

Олғаннарның.

Пілдіріглер: Саайланған кізі кинетін сағызын чідірібісче, көгерібісче, тыны хысча, чоохтан полбиныбысча. Удаа олғаннар ойначах кизектерін, конфеттер, хузухтар кире тартыныбысчалар. Кічіг паланы постың пілегіңзер салып, аяңнаң 5 хати чарын аразынча сап.

Сабыстар полыспазалар, 5 хати ікі салаанаң кічіг палачахты көксінең пас. Піди идерге, пасха ниме сыхханча, хайди даа кирек.



Саайланған кізі сағызын чідірібіссе, өкпе-чүректі тоғындырарға паста. Олох туста аның ахсында пасха ниме көрін парза, сах андох аны хыйа идібіс.



Саайланған кізі пос тынып пастабысса (алай тынызы пар полған полза), хабырғали истіг чатыр сал. Табырах имчі полызии килгенче, тынызын сыбыра хайығда тут.

5. Саайға кірген кізіні ситкіп көрері паза сурығлар пирері.

Саайға кірген кізіні ситкіп көрері паза ағаа сурығлар пирері мындағ нимелер піліп алар үчүн кирек полча: палығларын, киреметтерін, оох парғанын, оолығ нимелер сағыбысханын алай ызыртханын, механической, химической, электрической, ізіг нима-нооларнаң палғалыстығ палығларын, радиацияға хабылғанын паза пасха даа хазыхха алай чуртасха хорғыс ағылчатхан нимелерні.

Саайға кірген кізіні ситкіп көрері уғаа сиберли иртірілче!



Кізінің пазын, мойнын, көксін, арғазын, харнын, көчігін ситкіп көр. Холларын, азахтарын ситкіп көр. Пірее хайдағ палығ алай ба саайға кірген кізінің чуртазына, хазиина хорғыс ағылчатхан нима ілезіне сығыс парза, пастағы полызығ пир.



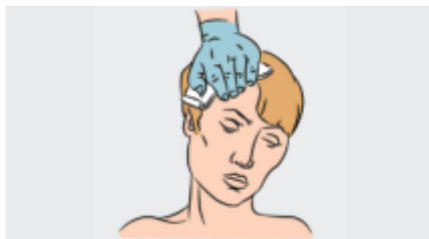


Пірее хайдағ палығ алай ба саайға кірген кізінің чуртазына, хазиина хорғыс ағылчатхан ниме ілезіне сығыс парза, пастағы полызығ пир.

6. Пиртінгеніне, палығлатханына, оохханына, ызыртханына, оолығ тіріг нимее сахтыртханына, химической ниме-нооға палығлатханына, ізіге көйгеніне пастағы полызығ.

6.1 Палығлатханына пастағы полызығ.

6.1.1. Пасты палығлат салза, пастағы полызығ пирері



Хан ағарын, палығны чаба пазып алай ба сөргегнең тузалынып, тохтат. Табырах имцілер полызиин хығыр (позың алай ба пасха кізілер полызиинаң). Кізінің пілінізін паза тынызын сыбыра хайығда тут.

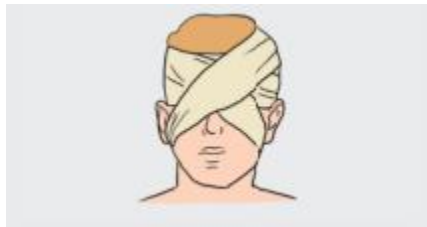


Кізі тіріг нимес чіли пілдірчетсе, өкпе-чүректі тоғындырарға паста. Табырах имцілер полызиин хығыр (позың алай ба пірее кізілер полызиинан).

Өкпе-чүректі тоғындырарын имцілер килгенче алай ба саайланған кізі пос тынып пастабысханча, иртір.

Саайланған кізі пос тынып пастабысса (алай тынызы пар полған полза) аны хабырғали истіг чатыр сал. Табырах имцілер полызии килгенче, тынызын сыбыра хайығда тут.

6.1.2. Харах паза харах хахпағы палығлат парза, пастағы полызығ пирері.



Харах паза харах хахпағы палығлығ пол парза, ікі харахха сөргег сал (ікі харахты чаппаза, хазых харахтың хыймыранызы ағырығ харахха ағырсымның полар). Табырах имцілер полызиин хығыр.

Саайланған кізі, холнаң тудынып, үдес чөрчеткен не кізінең хада чөрерге кирек.

6.1.3. Пуруннаң хан ахчатса, пастағы полызығ пирері.



Пуруннаң хан ахчатса, саайланған кізіні одыртып, сала пазын алнынзар мөкейте тут. Пурунны 15-20 минутаа чаба пас. Ол туста саайға кірген кізі аастаң тынарға кирек!



Пурну үстүне соох нима сал (өл плат, хар, пус).



Саайланған кізее ханны сығара түкірерге чөп пир (хан хурсахха кір парза, хустырарға айабас).

15-20 минут аразына хан тохтабинчатса, табырах имчілер полызиин хығыр.

6.1.4. Мойнынаң палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.



Тамырча хан ахпас иде аны чаба пазыбыс. Хан ахчатса, палығны чаба пазарға кирек.



Хақан кізінің мойны саринда ниме-де сын парғанға чігленіс полза (чолда саайға кірген сылтанда, ойдазып па, алай суға сомчатхан туста пөзіктең сегіріп, пасха түссе), кізіні пасха орынзар апарарға кирек полза алай кізіні пірее орыннаң сығарара кирек полза, пазын паза мойнын холларнаң тударға күстен.

Паза табырах имчілер полызиин хығыр (позың алай ба пірее кізілер полызиинан).

6.1.5. Көксінең палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.



Пілдіріглер: көксіндегі палығдаң хан ахча (көбіктеніп паза палығ өтіре кии кірче). Палығда пасха нимелер чох полза, айаңнаң аны чаба пас паза андар кииге кірерге пирбе. Өтіре палығ пол парза, аның сыхчаң паза кірчең чирлерін туйухтап сал.



Кии кірбес ниме-ноонаң палығны чап (пикти чап), анаң сөргегнең алай ба пластырьнаң чап.



Саайланған кізіні сала одыртып сал.



Палығда пірее пасха ниме пар полза, аны истең иділген нименең алай бинтнең, пластырьнаң палыға чаба тутыр саларға кирек.

**Саай полған чирде палығдаң пасха нимелерні
посха сығарарға чарадылбинча!**

Табырах имцілер ползыин хығыр (позың алай ба пірее кізілер ползыиинаң).

6.1.6. Харнынаң палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.

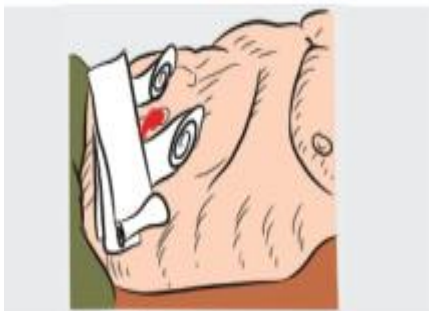


Палығдаң хан ахчатса, палығны чаба пас паза чаба пасчатхан сөргегнең палғап сал.

Кізі харнынаң тастына сых парған ічегелерні, пасха даа нимелерні нандыра суғарға, оларны палыға чапсыра палғирға, палығдаң пірее ниме-нооларны сығарарға чарадылбинча.



Кізі харнынаң тастына сых парған нимелерні ибіре бинтнең иділген кизегестер ибіре сал сал (кізі харнынаң тастына сых парған нимелерні арачыла).



Ол кизегестер ўстўне өл ис сал, тастына сых парған нимелерні сиберли, чаба паспин, харынзар иснең палғап сал.



Палығ чабых полза (кізінің харнында палығ көрінминчетсе), харынға соох ниме сал, кізіні арғазына чатыр сал, азахтарын пірге паза сала ээлдіре иде сал сал.



Саайланған кізіні соохха алдыртарынаң арачылап сал. Чылығ кип-азахнаң паза чорғаннаң орап сал. Табырах имчі полызиин хығыр (позың алай ба кізілер полызиинан).

Саайға кірген кізінің харны палығлат салза, ағаа ниме чирге паза суғ ізерге чарадылбинча! Сухсунын пазар үчүн иріннерін өлlep сал.

6.1.7. Азах-холларын палығлатханнарға пастағы полызығ пирері.



Саайға кірген кізее паза поэңарға пір дее ниме хорғыс ағылбинча тіп, піліп ал. Кізінің суух нимелерінең арачыланарға имнег перчаткаларнаң тузалан. Кирек полза, кізіні пасха орынзар чылдырыбыс. Табырах имчі полызиин хығыр (позың алай ба кізілер полызиинан).



Тастына хан ахчатханын тохтадыбыс.



Саайланған кізіні пос кўзінең пасха чирзер апарарға кирек пол парза, сынған орыннарны шина полизиинаң алай ба чағында пол парған нимелернең (чарды, салаалар) хыймырабас иде кип-азах ўстўнче пик палғап саларға кирек.



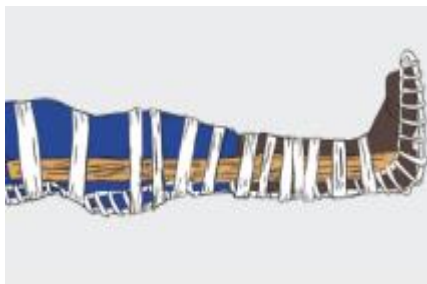
Сөөк сынған орынның хыриндағы ўстўндегі паза алтындағы чўллерні хыймырабас иде пик палғап саларға кирек.



Хыймырабас иде туттырчаң нимелер чили шиналарнаң алай ба пирее чалбах нимес ние-нооларнаң: линейкаларнаң, фанеранаң, картоннаң, ағазактарнаң паза даа пасха нимелернең тузаланарға чарир. Шиналарның паза пасха тузаланчаң ние-нооның устығ пастарын тўзедерге алай бинтнең ибїр саларға кирек. Шинаны салған соонда пластырьнаң алай ба бинтнең пик палғап саларға кирек.

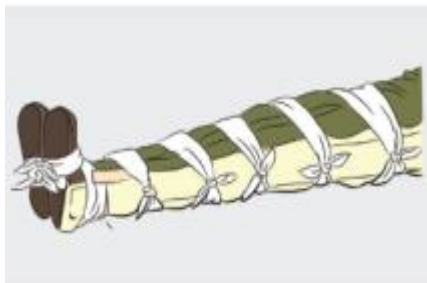


Сөөк сынған полза, шинаны кип-азах паза маймах (өдік) ўстўне салчалар.



Сынған сөөктер тастына сыхчатсалар, андағ орынзар шина саларға чарадылбинча.

Шинаны прай узунынча (сынған орыннаң пасха) тыыда палғап саларға кирек, че уғаа пик нимес, хан ойлааны сайбалбазын, ағаа харығ итпин. Азах сынған полза, шиналарны ікі саринаң, үстүнең паза алтынаң саларға кирек.



Шиналар алай ба пасха тузаланчаң нима-ноо чох пол парза, сынған азахты хазых азахсар чаба палғап саларға чарир, холны, тізең, – кізінің идіне.



Саайланған кізіні соохтаң арачыла – чылығ паза тадылығ ісчең суух нима пир.

6.2. Оох парза, пастағы полызығ пирері.

6.2.1. Ахсынаң кірген нимее оох парза, пастағы полызығ пирері.



Табырах имчі полызиин хығыр (позың алай ба пірее кізілер полызиинан). Хайдағ оңдайнаң мындағ ниме пол парғанын піліп ал (кізі имнер үчүн оох парған полза, килген имчілерге имнің тастындағы көрімін көзіт). Саайланған кізі пілінізін чідірбеен полза, ағаа 5-6 стакан суғ ізібізерге паза хузыбызарға чөп пир, хузыбызар үчүн тілнің төзіне ікі салаанаң пазыбызарға кирек. Хусхан соонда хатап суғ ізерге паза хузыбызарға кирек. Іди хурсахты чуурға 2,5-5 литрче суғ кирек.

Хурсахты хусхан суғ арығ полғанча, чуурға кирек.



Кізі пілінізін чідірібіссе, хурсахты суғнаң чуурға чарабас!

Саайланған кізі пілінізін чідірібіссе, аның пос тынызын паза ханы ойлаанын сыныхтабыс.



Саайланған кізі пілінізін чідірібіссе, аның пос тынызын паза ханы ойлаанын сыныхтабыс.

Табырах имчі полызии килгенче алай кізі поэты тын сыхханча, өкпе-чүрек тоғызын айландыр.



6.2.2. Тынчаң орыннардаң кірген нимее оох парза, пастағы полызығ пирері.



Саайға кірген кізее паза поэыңа пір дее ниме хорғыс ағылбинча тіп, піліп ал, анаң кізіні саай полған орыннаң сығарарға кўстен, көзенектерні ас сал, туразар көп час кии поэыт.

Угарлығ сазығ кииге оохханының пілдіріглері: харахтар ачысча, хулахта суулас полча, пас ағырча, кізі хусча, пілінізін чідірче, теерізі хызарча.

Чуртаста тузаланчаң сазығ кииге оох парғанының пілдіріглері: пас аар полча, пас айланча, хулахта суулас турча, кізі хусча, иді пос, кўзі чох пол парча, чўрегі удаа сабылча, кізі уйғуланча, пілінізін чідірче, теерізі ағар парча (алай көгер парча), тынызы тирең нимес полча, иді тартыс сыхча.



Тынмин сыхса, тынызын паза чүрөк тоғызын, тыныс пиріп алай ба көксінең пазып, айландыр. Табырах имнег полызиин хығыр (позың алай пірее кізі полызиинан).

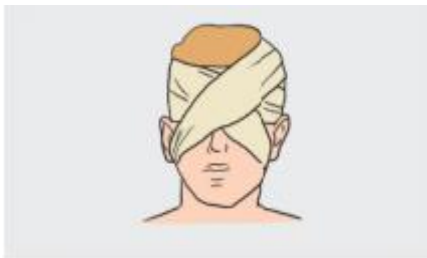
Тынызын паза чүрөк тоғызын, тыныс пиріп алай ба көксінең пазып, айландыр тур ол тусха теере, хақан ол позы тын сығар. Алай ба имчілер килеріне теере.

Хақан саайланған кізінің тірілчеткенін сизінзең (алай ба пастағызынох ол пілдіріглер пар полза) тынчаң оңдайларны килістіре тут (хабырғали чатырып). Табырах имнег полызии килгенче, аның тынчатханын көріп, сыбыра сыныхтағда тут.

6.2.3. Харах кинен пол парза, пастағы полызығ пирері.



Харах пірее химической өртке палығлал парза алай ба харахха пірее пасха нима кір парза, сиберли харах хабын салааларнаң азыбыс, анаң арығ суғнаң чууныбыс (киліссе комнатаның чылиинча). Харахты чуунчатса, суғ пуруннаң чыхчозар ағарға кирек.



Харах паза харах хахпағы палығлал парза, ікі харахха сөргег сал сал (ікі харахты чаппаза, хазых харахтың хыймыранызы ағырығ харахха ағырсымның полар).

Табырах имнег полызиин хығыр (позың алай ба пірее кізі полызиинәң).



Саайланған кізі, холнаң тудынып, үдес чөрчеткен не кізінең хада чөрерге кирек!

6.3. Ізіг нимее палығлат салғаннарға пастағы полызығ пирері.



Сағаа пір дее ниме хорғыс ағылбинчатханында киртініп ал. Саайланғанны тохтат, аны чирге чатырып ал.



Көйчеткен кип-азаан хайдағ даа оңдайнаң үзүрібіс (көзідімге, пірее көйбинчеткен иснең үстүне чабызарға).



Көйген орынны 20 минутаң суғнаң соот сал.



Торсылаңнарны кизіп, көрерге чарабас. Палығдаң чапсын парған кип-азахты паза пасха даа нима-нооларны аларға чарабас. Көйген орыннарны арығ сүбүрекнең палғабыс паза сүбүрек үстүне соох нима сал сал. Нинче хынғанча ісчең нима пир.



Табырах имнег полызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі полызиинаң).

6.4. Ізіге (күн ізиине) саптырғаннарға пастағы полызығ пирері.



Күнге саптырған танығлар полза (ит ізеені, пас ағырии, пас айлаханғаны, хустырғаны, чүрек тың сапханы, тыны аар полғаны) саайланғанны сөрөн, соох арах, чилге үбүртчеткен чирзер апар сал (азых көзенек хыринзар, көлексер).



Кізі тіріг нимес чіли пілдірчетсе, өкпе-чүректі тоғындырарға паста. Табырах имчілер полызиин хығыр (позың алай ба пірее кізілер полызиинаң).
Өкпе-чүрек тоғызын айландыарын имчілер килгенче алай ба саайланған кізі пос тынып пастабысханча иртір.



Саайланған кізі пос тынып пастабысса (алай тынызы пар полған полза) хабырғали истіг чатыр сал. Табырах имнег полызии килгенче тынызын сыбыра хайығда тут.



Пазына паза мойнына соох суғда өллөп салған чызынчах алай ба сүбүрек тее сал саларға чарир.



Тут, че най тың паспа, саайланғанның пазын паза идін, артых кинен пол парбазын тіп.



Сағызы кір килзе, саайланғанға соох суғ пир.

6.5. Иді тың соохха тооп парғаннарға пастағы полызығ пирері.



Саайланғанны чылығ орынзар кир сал.



Соохха тооп парған чирлерін чылығ нимелернең ораап сал.

Соохха тооп парған чирлерін тастынаң най табырах ізідерге чарабас (ізіг суға суғарға, тың чысхлирға, массаж идерге паза даа пасха нимелер итпеске).



Саайланғанны чорғаннаң ораап сал, хуруғ кип-азах кизірт саларға кирек). Хан ойлиры айландырылза, істінде чылығ пол килерге кирек.



Нинче киреенче тадылығ ізіг суух ниме пир. Ізіг чииснең азырап сал.

Араға пирерге чарадылбинча!

Табырах имнег полызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі полызиинанң).

6.6. Пүкүлөө соохха тооп парза, пастағы полызығ пирері.



Саайланғанны чылығ орынзар кир сал алай ба соохха тооп парған орыннарын чылығ нимелернең ораап сал (чорғаннаң, чылығ ниме-ноонаң, хуруғ кип-азах кизірт саларға кирек).

Табырах имцілер полызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі полызииннаң).



Саайланған сағызында полза, ізіг ниме-нооны ізіртерге, ізіг ас-тамахнаң азырирға кирек.

Араға пирерге чарадылбинча!

6.7. Электрической токка саптырғаннарға пастағы полызығ пирері.



Оперативнай службаларны 112 номерче хығыр.

Пос чуртазыңа харығ полчатхан нимелерні чох ит. Саайланғанға сах андох теңерге чарабас, ол электрической токтығ поларға айабас.

Оңдай пар полза, токты пирчеткен орынны үзүрібіс. Иб аразында саай полған полза, анзын үзүрчең орындағы алай ба автомат ондайынаң үзүрілчеткен нимелернең тузаланып ла үзүрібізерге чарир. Хақан электрической токка тоғыста алай ба пөзік вольттығ сетьтерде саптырыбысса, өнетін арачылачаң службаларны сағирға киректелер.



Саайланғанзар чирче чагдапчатсаң кішіг хаалағларнаң пастыр. Пірее хуруғ, ток иртірбинчеткен нименең тузаланып, (ағас алай ба пластик) проводты түзіре сабыс. Саайланғанны 10 метр ырахха эмек чирге теңен чирдең алай ба тыыдыстығ тімелдең хыйа сөртеп аларға кирек.



Кізі пос оңдайынча тынчатханын сизін.



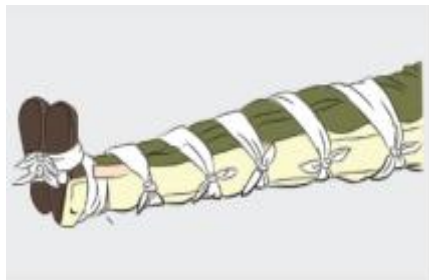
Кізі тіріг нимес чили пілдірчетсе, өкпе-чүректі тоғындырарға паста. Табырах имнег улызыин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі улызыиная).



Өкпе-чүректі тоғындырарын имчілер килгенче алай ба саайланған кізі пос тынып пастабысханча иртір.

6.8. Оолыг нимелерге ызыртхан алай сахтырған кізее пастағы полызыг пирері.

6.8.1. Оолыг чыланнар ызырыбысса, пастағы полызыг.



Ызыртхан орынны хыймырабас иде тут сал. Азағын ызыртыр салған полза, аны пасха азахха чаба палғап сал.



Холын ызырт салған полза, аны ээлдіріп, идіне чаба палғап сал. Чарир соох ниме ызыртхан орынға сал саларға.



Кізі тіріг нимес чіли пілдірчетсе, өкпе-чүрек тоғызын айландырарға паста. Табырах имнег полызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі полызиинаң). Өкпе-чүрек тоғызын айландыраын имчілер килгенче алай ба саайланған кізі пос тынып пастабысханча иртір.



Саайланған кізі пос тынып пастабысса (алай тынызы пар полған полза) хабырғали истіг чатыр сал. Табырах имчілер полызии килгенче тынызын сыбыра хайығда тут.

6.8.2. Хурт-хоостар ызырыбысса, пастағы полызығ пирері.



Пірее хурт-хоосха ызыртыбысса, іңезін палығнаң хыйа алыбызарға кирек.



Ызыртхан орынға пірее соох ниме салыбыс.

Кізі иді-ханына киліспинчеткен нимелер сых килзелер, имчізер айланарға кирек.

Саайланғанның хазиин имчі килгенче хайығда тудып, сыныхтирға кирек.

6.9. Кізі тал парза, пастағы полызығ пирері.



Пілдіріглері: ұр нимеске сағыс чідіргені, ах тос пол парғаны. Саайланғанны хабырғали пик чатыр сал, галстугын систібіс, көгенеенің үстүндегі мархаларын систібіс, ыстанының хурын пос салыбыс, маймаан суурыбыс, арығ кии кірерін сыныхта.



Саайланғанның сағызы 3-5 минута аразына кірбинчетсе, табырах имнег полызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізі полызиинаң).

Сағыс чідіргеннің сылтиин піліп алардаңар, хайди даа имцізер айланарға кирек полар.

6.10. Иттер тартысчатса, пастағы полызығ пирері.



Пілдіріглер: кинетін не кізі сағызы хоостыра нимес иттер тартысчатханы, олох туста пірееде тынминыбысчатханы / сағызын чідірібіскені, ахсынаң сілегей алай ба көбік сыхханы, харахтарын ағын көрібіскені, тілін дее ызырынарға айабас. Кізі иді тартыс сыхса, саайланғанны тударға кирек (аңдарыл парбазын тіп), най тың паспин тут, пазы паза иді пиртін парбазын тіп чахсы көр.



Приступ полған соонаң кізі хысхацах тусха сағыс чідірерге айабас. Саайланғанны истіг иде хабырғали чатыр сал паза (пос алынча алай ба пірее кізі полызиинаң) табырах имнег полызиин хығыр.

Иттері тартыс сыхса, саайланғанны хайди даа имчее көзідерге кирек.

7. Саайланған кізее имчі пас пирген имнерні ізерге улыс пирері.



Пірее тустарда алнында ілезіне сыххан ағырығлар пардаңар саайланған кізее хомай улыбызарға айабас. Андағ тустарда саайланғанға алнында имчілер пас пирген имнерні ізерінде улызығ киректелер. Пастағы улызығ пирчетсе (саайланған сағызында полза), сурыбызарға киректелер аның пасха ағырығлар пар ба тіп (көзідімге алза диабет, пөзік алай ба чабыс хан сині паза даа пасха ағырығлар), паза сыбыра ісчоткен имнері пар ба. Позиның көңні хайдағ полчатханын пілібізерге кирек полар (ағырығдаңар үчүн), паза сағамғы туста имнер ізерге ағаа кирек пе тіп.

Имнерні сығарарға паза ізібізерге улыс пир.

Табырах имчілер улызиин хығыр (пос алынча алай ба пірее кізілер улызиинаң). Саайланғанның көңнін сыбыра хайығда тут.

8. Саайланғанны истіг иде чатыр салары.



Хабырғали пик иде чатырары:

- Сағызы чох полза.
- Удаа оохтырчатса.
- Пилі алай ба көчии көй парған полза.



Тізектерні көдіре ээлдіріп, пилінде чатырары:

- Істінең палығлатхан полза.
- Көп ханы тастына ах парза, алай ба істінде ханы ах парғанына чігленіс полза.



Одырып алай ба сала ла одырып полғаны:

- Көксінең палығлатхан полза.



Көні хатығ чирде пилінде чатырары:

- Оорха палығлаттырғанға чігленіс полза.

9. Психология саринаң полызары.



**Психология саринаң полызары
(алынча памяткада үгрен алай
ба пістің сайтта).**

@ФГБУ ЦЭПП МЧС РОССИИ

