

БЕЗПЕКА В ЕКОТУРИЗМІ

Питання безпеки важливе в усіх видах туризму, проте в екотуризмі воно відіграє особливо велику роль. Це пояснюється тим, що екотури зазвичай проводять у місцях з відносно незайманою природою. До того ж у разі необхідної допомоги вона зазвичай досить віддалена у просторі та в часі. Останнє свідчить про те, що туристу значною мірою доводиться покладатися на себе: на власні сили та навички.

Екстремальність подорожей сьогодні зростає з таких причин:

- реклама того, що всі можуть бути учасниками екологічних турів, навіть непідготовлені;
- поширення комерційних подорожей, сходжень, аж до польотів у космос;
- масовість туризму;
- мінімізація вивчення питань безпеки на рівні науково-дослідних робіт.

Безпека в туризмі – це особиста безпека туристів, збереження їхнього майна, не завдання шкоди навколишньому природному середовищу під час проведення подорожей.

Туристичні походи й подорожі безпосередньо пов'язані з небезпекою виникнення таких екстремальних ситуацій як:

- змінюваність метеорологічних умов,
- можливість стихійного лиха,
- травмування,
- інші захворювання,
- виведення з ладу спорядження й багато інших обставин можуть значною мірою ускладнити ситуацію під час подорожі чи експедиції.

Екстремальна ситуація – будь-яка подія, що спричиняє різку зміну нормальних умов життєдіяльності людини. Серед екстремальних ситуацій виділяють позаштатні ситуації, аварії та нещасні випадки.

Позаштатна ситуація – будь-яка пригода, що містить загрозу для здоров'я людей, призводить до виникнення аварії, значно ускладнює виконання програми походу. Іноді використовують аналогічний за змістом термін «*надзвичайна пригода*».

Аварійна ситуація, аварія – вихід з ладу будь-якого механізму, пристрою, спорядження в ході його використання, під час пересування на маршруті.

Нещасний випадок – пригода, що завдала шкоди здоров'ю людини й трапилася з незалежних від неї причин.

Катастрофа – подія природного або техногенного походження, що призвела до загибелі людей і завдала збитків в особливо великих масштабах.

Розглянемо *психологічний аспект* подолання екстремальних ситуацій і катастроф.

Люди, які хоча б одного разу побували в екстремальній ситуації, переконалися в тому, що реакція на неї може бути непередбачуваною й найнесподіванішою. Майже завжди в цьому випадку виникає почуття страху, найсильніший прояв якого – паніка. Форми панічного стану можуть бути різними:

Ступор і когнітивний дисонанс. Це форма, при якій людина залишається в стані розгубленості й не може будь-що робити, якимось чином реагувати на ситуацію, не може ступити навіть кроку.

Активна паніка проявляється в інстинктивних діях, спрямованих на самозахист: швидко втекти, стрибнути вбік, закричати тощо. Часто ці дії бувають невиправданими й лише шкодять людині. Активна паніка може проявлятися й у формі агресії.

Тиха паніка проявляється в повному усвідомленні краху, безвиході, почутті безвиході. Людина втрачає волю й цілком вимикається з ситуації. Саме такий стан найчастіше тягне за собою летальний результат.

Панічний стан може проявлятися й у зміні всіх цих видів паніки. *Особлива небезпека паніки* полягає в тому, що вона дуже швидко передається іншим людям і може заразити весь колектив, тобто *в її соціальному характері*.

Основні правила й рекомендації щодо поведінки учасників екологічного туру, які потрапили в екстремальну ситуацію:

- зберігати спокій, тобто холодний розум й обов'язково мобілізувати власний досвід і знання;
- заспокоїти товаришів – оцінити їхні психологічні та фізичні здібності, підбадьорити, зняти напругу, допомогти;
- оперативно оцінити ситуацію, для чого необхідно ідентифікувати небезпеку, проаналізувати можливість повторення цієї ж ситуації, швидко поставити діагноз потерпілому й надати йому допомогу;
- об'єктивно оцінити ступінь небезпеки й відповідно до ситуації використовувати заходи для досягнення локальної безпеки (знайти укриття, пристати до берега та ін.);
- зібратися в групу для обговорення прийняття рішень, реалізації якихось дій;
- розробити заходи, спрямовані на ліквідацію екстремальної ситуації;
- усіляко сприяти врегулюванню конфліктів і непорозумінь серед учасників групи.

Медичний аспект екстремальних ситуацій і катастроф

Для аварійних умов та екстремальних ситуацій характерні п'ять категорій захворювань та ушкоджень:

- I травмування (різноманітні поранення, переломи, вивихи, опіки та ін.).
- II захворювання, характерні для географічної зони, у якій сталася аварія.
- III отруєння неякісними або зіпсованими продуктами, отруйними рослинами, грибами, рибою чи морськими продуктами, наслідки укусів отруйних змій, павуків, комах; отруєння чадними газами (унаслідок горіння примусів, саморобних жирових ламп тощо в наметах й укриттях); паразитарні та інфекційні захворювання, викликані контактом із хворими тваринами, носіями чи збудниками цих хвороб.
- IV раптові гострі захворювання, а також загострення хронічних хвороб.
- V різноманітні нервово-психічні розлади, гострі психічні захворювання.

Втрата води, продуктів, укриття

Найбільшу небезпеку для життя людини становлять спека й спрага в пустелях, напівпустелях і в степах. Початковим симптомом обезводнення є відчуття спраги, що виникає при втраті організмом 2% вологи; коли цей показник сягає 10%, виникають порушення зору та слуху, порушення мови. Слизові оболонки висихають, твердіють, на них з'являються тріщини. Шкіра втрачає еластичність, стає в'ялою. Порушується координація рухів, настає непритомність, марення. При температурі вище 30°C 15%-ве обезводнення може стати причиною загибелі.

Необхідні дії при втраті води:

- спорудити тіньове укриття;
- ужити енергійних заходів для пошуку води, орієнтуючись за місцевими ознаками наявності води (рослинні індикатори та ін.). Якщо пошуки виявилися безрезультатними, невелику кількість води можна здобути за допомогою конденсатора з поліетиленової плівки;
- використання сонцезахисного тенту з легкої тканини світлого кольору знижує втрату вологи більше ніж удвічі;
- при відчутті спраги слід якомога довше утримуватися від уживання води;
- пити воду треба невеликими ковтками, ретельно ополіскуючи рот і горло. Під час пересування можна, набравши в рот води, довго її не ковтати – це допомагає подолати спрагу. Найкращим засобом угамування спраги є неміцний (одна чайна ложка на 1 л води) і несолодкий зелений чай.

Часто екстремальні ситуації виникають у зв'язку з частковою або повною втратою продуктів. При втраті продуктів необхідно:

- реально оцінити відстань, швидкість пересування, енерговитрати й інші можливі труднощі;
- перейти на режим повного або часткового голодування. Розрізняють чотири типи голодування: *абсолютне* (відсутність їжі та води), *повне* (є вода, але немає їжі), *неповне* – їжа в обмеженій кількості, *часткове* – коли бракує в їжі якихось елементів. При повному голодуванні людина гине через кілька днів, при неповному в сприятливих кліматичних умовах може прожити 60-65 днів;
- у їжу можна вживати водяних жуків, гладкошкіру гусінь (без волосяного й хітинового покриву), дощових черв'яків, личинок мурашок та інших комах;
- якщо точно відомий напрямок руху, краще йти голодним маршем, щоб, не витрачаючи сил на збирання плодів і полювання, якомога швидше дістатися до найближчого населеного пункту.

Втрата спорядження. Холод. Укриття.

Найпоширеніші випадки в подорожах (екстремальні) це втрата спорядження. Тривалість виживання в умовах холоду залежить від температури повітря, сили вітру, вологості, стану одягу й взуття на момент аварії, запасів палива, якості білуачного спорядження, надійності укриття, кількості продуктів, морального й фізичного стану учасників походу.

Необхідно пам'ятати: в усіх випадках, пов'язаних з втратою орієнтування, погіршенням погоди, втратою спорядження, травмуванням учасника групи тощо, першочерговим заходом для досягнення безпеки є спорудження укриття.

Щоб мінімізувати негативні наслідки будь-яких несподіваностей під час подорожей, життя і здоров'я людей прийнято страхувати.

В усіх екотурах, незалежно від того застрахований учасник чи ні, доцільно дбати про безпеку. Відповідно про неї потрібно дещо знати.

Почнемо із **загальних порад**.

Вирушаючи в подорож, доцільно детально вивчити маршрут. Для цього годяться всі можливі засоби, зокрема Інтернет-ресурси. Дуже зручними для туристів є карти масштабу 1 : 75 000 (в 1 см — 750 м).

Плануючи подорож, дуже важливо з'ясувати очікувану погоду. Таку можливість надає Український гідрометцентр, а також відповідні установи інших країн. Звичайно погоду прогнозують на 5 днів наперед, що для екотурів у цілому достатньо. У разі несприятливого прогнозу подорож або відмінюють, або переносять. Доцільно цікавитися прогнозом погоди і під час подорожі використовуючи мобільний зв'язок та радіозв'язок.

Напередодні подорожі важливо скласти список необхідних речей, до яких обов'язково входить хоч маленька аптечка. До її складу мають бути включені перексид водню, йод, бінт, лейкопластир, а також ліки, якими звичайно користується турист. Аптечку розміщують так, щоб її можна було швидко знайти і скористатися.

До найважливіших речей у подорожах належать сірники (разом із сухим пальним – у поліетиленовому пакеті), ніж, голка з нитками. Вони важать мало, а користь від них може бути значною.

Взуття не повинно бути абсолютно новим. Бажано взяти додаткову пару, принаймні тому, що взуття може намокнути. Одяг має бути зручним і теплим. Майже в усіх походах можливий дощ, отже, потрібна поліетиленова накидка (плащ) чи куртка з капюшоном.

У будь-якій подорожі, навіть короткій, не можна залишатися без документів. Їх перелік визначається умовами, зокрема подорожжю у власній країні чи за кордоном. Документи для кращого збереження доцільно покласти у поліетиленовий пакет. Це особливо важливо у подорожах на воді та у дощових умовах. Корисно, насамперед у подорожах за кордоном, мати в мобільному телефоні фотознімки власних документів, зокрема закордонного паспорта.

Гроші беруть із певним надлишком і кладуть щонайменше у 2 місця.

Їжа має бути калорійною і такою, що швидко готується, наприклад, вівсяні пластівці.

Дуже ризиковано вирушати наодинці. У будь-якому разі хтось має бути проінформованим про наміри подорожі.

Під час самої подорожі не варто без потреби ризикувати. «Зрізання» маршруту збільшує ймовірність небезпеки. Передусім це загрожує падінням, втратою орієнтира, пошкодженням шкіри та одягу гілками дерев і кущів.

Якщо починається дощ, його бажано перечекати. Це дає змогу не лише залишитися сухим, а й уникнути падіння і травмування.

До ночівлі потрібно готуватися принаймні за годину до настання темряви.

Головні вимоги до відповідного місця: безпека, наявність води і дров.

Розглянемо детальніше **небезпеки**, які можуть трапитися під час подорожі. Загалом їх безліч, але в екотуризмі до них насамперед належать небезпеки природного походження. Їх прийнято поділяти на *літосферні, атмосферні, гідросферні та біосферні* — відповідно до того, які сфери існують на Землі. До речі, якщо йдеться про небезпеки загалом, то крім природних виділяють ще техногенні, соціально-політичні та комбіновані.

Літосферні небезпеки пов'язані з проявами сил надр, а також з рельєфом. Це землетруси, зсуви, обвали, осипи, каменепади. Можна згадати і виверження вулканів, проте на території України вони не спостерігаються.

Отже, чимало небезпек пов'язано з горами та сходженнями на них. У горах, зокрема, можливий каменепад. Причиною падіння каменю може бути і сам турист. Якщо каміння почало падати, потрібно щонайменше простежити його рух, а в разі небезпеки для когось попередити про загрозу криком — “камінь”. Члени групи, що піднімається, не повинні сильно віддалятися один від одного, оскільки падаючий камінь з відстанню набуває більшої швидкості.

Досить небезпечними є й осипи – скупчення каміння, яке має малу стійкість. Коли людина потрапляє на осип, каміння може прийти в рух, і це загрожує травмою. Небезпеку перебування на осипі можна оцінити за кольором каміння. Світле є небезпечнішим – свідчить про наявність свіжих відламів і подряпин.

Отже, слід мати на увазі, що сходження в гори супроводжується великими втратами енергії. До того ж у горах діють щонайменше три чинники, які призводять до переохолодження:

- зі збільшенням висоти на 1 км температура в середньому знижується на 6 °С;
- підвищується вологість повітря;
- зростає швидкість вітру.

Крім того, у горах порівняно з рівниною кількість опадів істотно більша. Під час дощу ймовірність травм, зокрема забиттів і вивихів, істотно зростає.

Доцільно мати на увазі, що при сходженнях така загалом потрібна річ, як парасолька, великої цінності не має. Насамперед вона досить важка. Коли її тримаєш, одна рука зайнята. Це особливо незручно, коли доводиться йти крутосхилом і через чагарник. Поривом вітру парасольку може вивернути. За таких умов (насамперед улітку) доречніше взяти накидку (плащ) з поліетиленової плівки, який і краще захищає, і менше важить.

Отже, плануючи сходження в гори, слід подумати про одяг з урахуванням помітного зниження температури повітря і збільшення швидкості вітру.

Для того, аби зменшити негативні наслідки для туристів, у горах налагоджено роботу аварійно-рятувальної служби (скорочено — АРС), в якій створено пошуково-рятувальні групи. За кожною групою закріплена певна ділянка гір.

Окремої уваги потребують *атмосферні* небезпеки. Практично в усіх турах, які здійснюють на природі, важливу роль відіграють погодні умови, а отже, і їх передбачення.

Щоденна ймовірність опадів в Україні становить 25-50 %. Це означає, що протягом подорожі тривалістю в 4 доби і більше майже гарантовано буде дощ.

Бувають випадки, коли формулювання у прогнозах погоди не зовсім чіткі. До того ж Гідрометслужба не дає прогноз на кілька годин наперед і на кожен клаптик Землі. Особливо складним є прогнозування погоди в горах, де на відстані у кількасот метрів погодні умови можуть бути істотно різними.

Отже, тут потрібні відповідні знання. Наведемо кілька прикмет, які характеризують погоду на найближчий час. Так, ознакою холодної ночі є відсутність хмар на вечірньому небі. За цим на ранок улітку слід чекати на рясну росу. Якщо сонце сідає у суцільні хмари, потрібно чекати на опади наступного дня. Вітряну погоду на завтра віщує багряне небо, наближення шторму на морі — низьке літання ластівок, наближення дощу — потемніння неба.

Особливу увагу слід приділяти небезпечним атмосферним явищам: грозі, пиловій бурі, хуртовині, високій та дуже низькій температурі.

Під час злив, які супроводжуються блискавками, необхідно уникати перебування на відкритих місцях. Знаходячись у лісі, не слід стояти під найвищими деревами. Особливо небезпечним є перебуванням під дубами і тополями.

При низькій температурі можливе обмороження. Для його уникнення потрібен не лише теплий одяг, а й деякі допоміжні заходи: розтирання відкритих частин тіла, рухливість.

При високій температурі загрозою є тепловий удар. Для його уникнення потрібно найбільшу увагу приділити захисту голови. Обов'язковим є головний убір, а за його відсутності — будь-який інший захист, навіть носова хустинка. Слід подбати і про воду (бажано холодну), якою доцільно зволожувати голову. Знаючи, що подорож відбуватиметься у спеку, можна заздалегідь покласти у морозильник пляшку води і, виходячи з дому, взяти її із собою. Слід пам'ятати, що в спекотну погоду потреба у воді зростає, а в їжі зменшується.

Чимало небезпек пов'язано і з водою. Про *гідросферні* небезпеки красномовно свідчить статистика: кількість утоплених в Україні становить близько 4 тис. щороку. До небезпечних явищ, пов'язаних з водою, належать повені, затори, селі, снігові лавини. Окремо потрібно сказати і про перебування на воді, під водою та на кризі.

Повінню називають значні (інколи до 10 м) підйоми рівня води і затоплення великої території. Формування повені триває від кількох діб до місяця. Лише у гірських районах вона може сформуватися протягом доби.

Якщо рівень води істотно підвищився і цей процес продовжується, потрібно передбачити можливість затоплення житла і можливість евакуації. Залишаючи житло, слід взяти цінні речі, теплий одяг, продукти харчування. За будь-яких обставин необхідно уникати низинних ділянок, особливо віддалених від людей.

Сель – бурхливий потік, що складається з води і великої кількості гірської породи. Утворюється у гірських районах. В Україні селі трапляються в Карпатах і Кримських горах під час злив. Про наближення селю свідчить гуркіт.

Снігові лавини поширені у горах у холодний період року. Спостерігаються тоді, коли стає значною товщина снігу або під час відлиг. У разі виникнення лавини потрібно відійти убік або сховатися за навислою скелею.

В екологічному туризмі практикують перехід річки вброд. Рухатися потрібно дивлячись проти течії. Тіло при цьому також має бути трохи нахилено назустріч течії. У взутті пересуватися безпечніше, ніж без нього. Тож, якщо ситуація критична, варто йти взутим.

Хоча вода і являє певну небезпеку, загубившись, можна йти уздовж річки, яка обов'язково виведе до людей.

Можливим є перебування туристів у човні, катамарані. Основні вимоги: не перевантажувати, не розхитувати. Бажано мати на собі рятувальні жилети, насамперед на дітях. Можливими є випадки швидкого виникнення сильного вітру, які здатні перевернути човен. У разі такої загрози потрібно швидко грести до берега.

З екотуризмом певною мірою пов'язаний і дайвінг – перебування під водою з використанням аквалангу. Підводний світ захоплює усе більше людей, але водночас і забирає чимало життів.

Головні правила:

- не виконувати занурень на самоті;
- мати поряд досвідченого напарника;
- перші спроби виконувати на невеликій глибині і з використанням рятувальної мотузки;
- не занурюватися у складних місцях і за умов розбурханого моря.

У разі пересування по кризі слід дотримуватися таких порад:

- надавати перевагу місцям, де є свіжі сліди інших людей;
- уникати місць, вкритих снігом;
- уникати місць, де є швидка течія (у затоках товщина криги більша, ніж на стрижні).

Обережність має бути від самого берега, де легко підсковзнутися. Ідучи по льоду, бажано не відривати ніг від нього. Якщо лід почав тріщати чи на ньому з'явилася вода, слід повертатися. За будь-яких обставин небезпечним є біг. Рухаючись по льоду, не слід тримати руки в кишені. Бажано мати палку в руці. Не можна перевіряти міцність льоду ударом ноги, це краще робити палкою. Рюкзак слід повісити на одне плече, а коли ситуація стає небезпечною, краще тягти його за собою на мотузці.

Досвідчені рибалки знають, що вибратися з ополонки допомагають металеві стрижні (цвяхи, викрутки), які тримають про всяк випадок у кожній руці — встромивши їх у кригу, можна вибратися з ополонки.

В екотуризмі існує реальна загроза від *живих організмів*: як від найпростіших, так і великих ссавців. Усе це об'єднано поняттям “*біосферні* небезпеки”. Так, мікроорганізми є збудниками низки небезпечних хвороб: малярії, холери, сибірської виразки, ботулізму, сказу. Успіхи медицини сприяли тому, що деякі з цих хвороб практично подолано. Разом з тим інші набувають нових форм і завдають людству суттєвих втрат. Під час подорожей слід уникати диких тварин, а також не можна вживати в їжу продукти, що ними пошкоджені.

Небезпечним для людей є вживання грибів – передусім у промислово розвинутих та уражених аварією на ЧАЕС регіонах. Симптомами отруєння є нудота, блювота, біль у животі, посилене потовиділення, судоми. Особливо небезпечно це для дітей і вагітних жінок. У випадку отруєння бажано звернутися за медичною допомогою. За будь-яких обставин слід промити шлунок.

Певну небезпеку становлять і пожежі у природному середовищі, зокрема, лісу та очерету.

В екотуризмі важливим є вміння орієнтуватися на місцевості. Нині доступним і водночас точним способом цього є мобільний телефон, в якому вмикають режим GPS. Завантаживши опцію “карти”, на екрані телефона можна побачити місце свого розташування. Фотографування з увімкненим режимом GPS дає змогу встановити свої координати з точністю до десятої частки секунди, або кількох метрів. Знаючи їх, можна телефоном повідомити про своє місцезнаходження і за потреби просити про допомогу.

Також орієнтуватися можна за допомогою компасу, за Сонцем, за Полярною зіркою, за місцевими предметами та їх особливостями: мурашниками, мохом.

Питання для самоперевірки

Чому в екологічному туризмі слід приділяти велику увагу безпеці?

Які види небезпек Ви знаєте?

Які Вам відомі способи орієнтування на місцевості?