

## Что делать при тепловом ударе

Тепловой удар – это общее перегревание организма, когда образование тепла в теле превышает теплопотери. Причинами возникновения данного состояния являются высокая температура окружающей среды, влажность, отсутствие движения воздуха.

Непосредственное воздействие в жаркие дни прямых солнечных лучей на голову может вызвать тяжелое повреждение (перегрев) головного мозга, так называемый солнечный удар.

Симптомы этих заболеваний схожи между собой. Вначале больной ощущает усталость, го-

ловную боль. Возникают головокружение, слабость, боли в ногах, спине, иногда рвота. Позднее появляются шум в ушах, потемнение в глазах, одышка, сердцебиение. Если в этот период принять соответствующие меры, то заболевание не прогрессирует. При отсутствии помощи и дальнейшем нахождении пострадавшего в тех же условиях быстро развивается тяжелое состояние, обусловленное поражением центральной нервной системы, – возникают цианоз лица, тяжелейшая одышка (до 70 дыхательных движений в минуту), пульс становится частым и слабым. Больной теряет сознание, наблюдаются судоро-

ги мышц, бред, галлюцинации, температура тела повышается до 41° С и больше. Состояние быстро ухудшается, дыхание становится неровным, перестает определяться пульс, и больной может погибнуть в ближайшие часы в результате паралича дыхания и остановки сердца.

Пострадавшего необходимо немедленно перенести в про-

хладное место, в тень, снять одежду и уложить, несколько приподняв голову, нужно создать покой, охладить голову и область сердца (облить холодной водой, приложить холодные компрессы). Нельзя охлаждать быстро и резко. Больного необходимо обильно напоить холодными напитками. Для возбуждения дыхания хорошо дать понюхать нашатырный

спирт. При нарушении дыхания немедленно начинайте делать искусственное дыхание любым способом. В последующем осуществите транспортировку больного в стационар.

**Г. ВОЛОВОДОВ,**  
**начальник ОНД по Мясниковскому району УНД ГУ МЧС России по РО, майор внутренней службы.**

## Конкурс “Национальная экологическая премия имени В. И. Вернадского”

Желающие принять участие в конкурсе «Национальная экологическая премия имени В.И. Вернадского» по реализованным проектам в следующих областях: научные исследования, опытно-конструкторские

разработки, инновационные технологии, экологическое образование и воспитание, сохранение биоразнообразия, заявки могут до 28 октября 2014 года направить в оргкомитет конкурса по адресу: а/я

111, Москва, 119017. Россия. Документ также можно отправить в электронном виде по адресу: [ecoprize@vernadsky.ru](mailto:ecoprize@vernadsky.ru). Более подробная информация о конкурсе содержится на сайте <http://www.vernadsky.ru>

### ПЯТНИЦА, 8 августа

#### 1-й КАНАЛ

5.00, 9.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости  
5.05 Доброе утро  
9.15, 05.05 Контрольная закупка  
9.45 Жизнь здорово! (12+)  
10.55 Модный приговор  
12.20 Т/с “Личная жизнь следователя Савельева” (16+)  
14.25 Добрый день  
15.20 Т/с “Ясмин”  
17.00 Наедине со всеми (16)  
18.00 Вечерние новости  
18.50 Капитал-шоу “Поле чудес” с Леонидом Якубовичем (16+)  
19.50, 21.30 Шоу “Точь-в-точь”  
21.00 Время  
23.20 Д/ф “Брюс Ли” (16+)  
01.10 Х/ф “Австралия” (12+)  
04.15 В наше время

#### РОССИЯ-1

5.00 Утро России  
9.00 Д/ф “Актёрская рулетка Юрий Каморный” (12+)  
9.55 О самом главном  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30, 14.30, 17.45, 19.35 Вести-Дон  
11.50, 14.50, 18.05 Вести. Дежурная часть  
12.00 Т/с “Тайны следствия” (12+)  
13.00 Особый случай (12+)  
15.00 “Девчата” (16+)  
16.00 Т/с “Пока станица спит” (12+)  
18.15 Прямой эфир (12+)  
21.00 Х/ф “Человек-приманка”  
00.35 Живой звук  
02.30 Х/ф “Леди на день” (12+)  
03.45 Комната смеха  
04.40 Драма “Воспитание жестокости у женщин и собак”

#### РОССИЯ-2

5.05 Х/ф “Шпион” (16+)  
7.00 Панорама дня. Live  
8.50, 01.00Т/с “Такси” (16+)  
9.55 Эволюция  
11.50, 17.55, 23.35 Большой спорт  
12.00 Гребля на байдарках и каноэ. Чемпионат мира. Прямая трансляция из Москвы  
13.00 Полигон  
15.00 Рейтинг Баженова  
16.05 Прыжки в воду. Кубок мира. Хай-дайвинг  
18.15, 19.10 Освободители. Морская пехота. Штурмовики  
20.05 Х/ф “Охотники за караванами” (16+)  
00.00 Крым. Байк-шоу  
02.00 Человек мира. Сингапур  
02.55 За кадром. Тайланд  
03.50 Максимальное приближение

#### НТВ

6.00 НТВ утром  
8.10 Спасатели (16+)  
8.35 До суда (16+)  
9.35, 10.20 Т/с “Возвращение Мухтара” (16+)  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
11.55 Суд присяжных (16+)  
13.20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)  
14.30 Прокурорская проверка (16+)  
15.35, 18.35 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
16.30 Т/с “Москва. Три вокзала-7”  
19.55 Т/с “Брат за брата” (16+)  
21.50 Т/с “Три звезды” (16+)  
23.50 Т/с “Глухарь. Возвращение”  
02.50 Дикий мир  
03.30 Т/с “Холм одного дерева”  
05.10 Т/с “Супруги” (16+)

#### 5-й КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30 Сейчас  
6.10 Момент истины (16+)  
7.00 Утро на “5”  
9.30 Место происшествия

10.30, 12.30, 12.45, 14.55, 16.00 17.00 Т/с “Щит и меч” (12+)  
19.00, 19.45, 20.30, 21.15, 22.00, 22.40, 23.25, 00.15, 01.00, 01.45 Т/с “След”  
02.35 Х/ф “Дума о Ковпаке. Набат”  
04.05 Х/ф “Дума о Ковпаке. Буря”  
05.40 Х/ф “Дума о Ковпаке. Карпаты, Карпаты...”  
08.00 Х/ф “От Буга до Вислы” (12+)

#### REN TV

5.00 Т/с “Боец” (16+)  
6.00, 12.30, 19.00 Новости 24 Ростов (16+)  
7.00, 12.00 Информационная программа 112 (16+)  
7.30, 23.00 “Смотреть всем!”  
8.30, 19.30 Новости 24  
9.00 “Вам и не снилось”: “Табор уходит в разведку” (16+)  
13.00 Званый ужин  
14.00 “Засуди меня” (16+)  
15.00 Семейные драмы (16+)  
16.00, 17.00 Не ври мне! (16+)  
18.00 Верное средство (16+)  
20.00, 21.00, 22.00 Документальный спецпроект: “Армагеддон”, “Тайны пропавших самолетов”  
00.00 Фантастический боевик “Другой мир-2: Эволюция” (18+)  
02.00 Триллер “Отважная” (16+)  
04.20 Комедия “Напряги извилины. Брюс и Ллойд: Без тормозов”

#### СТС

6.00 М/ф “Гадкий утенок”, “Все наоборот”  
6.35, 6.55, 7.30 Мультсериалы  
8.00 Скetchком “Осторожно” (16+)  
8.30, 9.00, 9.30, 18.30 Т/с “Воронины” (16+)  
10.00 Т/с “Последний из Магикян”  
11.00 Т/с “Восьмидесятые”  
11.30 Х/ф “Последний отпуск”  
13.30, 14.00 6 кадров (16+)  
14.15, 15.10, 16.30, 19.00, 21.00 Шоу “Уральских пельменей” (16+)  
23.00 Скetchком “Студенты” (16+)  
00.00 Х/ф “Бесславные ублюдки”  
03.00 Т/с “Два короля” (16+)  
03.50 Хочу верить (16+)  
04.20 Не может быть! (16+)  
05.20 “Животный смех”. Развлекательная программа (16+)  
05.50 Музыка на СТС

### СУББОТА, 9 августа

#### 1-й КАНАЛ

5.35, 6.10 Фильм “Иллюзионист”  
6.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости  
7.10 Х/ф “Сильные духом” (12+)  
8.45 М/с “Смешарики. Новые приключения”  
9.00 Играй, гармонь любимая!  
9.45 Слово пастыря  
10.15 Смак (12+)  
10.55 Д/ф “Олег Стриженов. Любовь всей жизни” (12+)  
12.15 Идеальный ремонт  
13.10 Д/ф “Роберт Рождественский. “Желаю Вам...”  
15.00 Х/ф “Август. Восьмого” (16+)  
17.30 Шоу “Угадай мелодию”. Ведущий - Валдис Пельш  
18.20 Шоу “Кто хочет стать миллионером?” с Д. Дибровым  
19.25 Шоу “Две звезды”  
21.00 Время  
21.30 “Сегодня вечером” с Андреем Малаховым  
23.10 Клуб Веселых и Находчивых. Премьер-лига (16+)  
00.40 Бокс. Бой за титул чемпиона мира  
01.40 Х/ф “21 грамм” (16+)  
03.55 Х/ф “Просто Райт” (16+)

#### РОССИЯ-1

7.30 Сельское утро  
8.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести  
8.15, 11.10, 14.20 Вести-Дон  
8.25 Язь. Перезагрузка

9.00 Премьера. “Правила жизни 100-летнего человека”  
10.05 “Моя планета” представляет: “Заповедник “Белогорье”, “Азорские острова. Курорт на вулкане”  
11.20 Вести. Дежурная часть  
11.55 Честный детектив  
12.25, 14.30 Х/ф “Берег надежды”  
16.25 “Смеяться разрешается”. Юмористическая программа  
18.05 “Субботний вечер” с Николаем Басковым  
21.00 Х/ф “Слепой расчет” (12+)  
00.50 Х/ф “Последняя жертва”  
02.50 Х/ф “Американка” (12+)  
04.35 Комната смеха

#### РОССИЯ-2

5.05, 9.05, 02.35 Человек мира  
6.25, 10.05, 03.30 Без тормозов  
7.00 Панорама дня. Live  
8.05 Диалоги о рыбалке  
8.35 В мире животных  
9.35, 03.05 Максимальное приближение  
10.30, 16.05, 23.00 Большой спорт  
10.55, 16.30 Гребля на байдарках и каноэ  
12.25 Прыжки в воду. Кубок мира. Хай-дайвинг  
13.30 24 кадра  
14.00 Наука на колесах  
14.30 Рейтинг Баженова  
15.05 Непростые вещи  
18.00 Х/ф “Путь” (16+)  
20.00 Платформа s-70. V Международнй турнир по боевому самбо

#### НТВ

6.05 Т/с “Порох и дробь” (16+)  
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
8.15 Лотерея “Золотой ключ” (0+)  
8.45 Их нравы (0+)  
9.25 Готовим с А.Зиминим  
10.20 Главная дорога (16+)  
10.55 Кулинарный поединок  
12.00 Квартирный вопрос (0+)  
13.20 СОГАЗ - Чемпионат России по футболу. “Мордовия” - ЦСКА. Прямая трансляция  
15.30 Бывает же такое! (16+)  
16.15 Следствие вели... (16+)  
17.10 Т/с “Улицы разбитых фонарей” (16+)  
19.55 Самые громкие русские сенсации  
21.45 Ты не поверишь! (16+)  
22.25 Т/с “Гражданка начальница. Продолжение” (16+)  
00.20 Жизнь как песня. Сергей Челобанов (16+)  
02.00 Остров (16+)  
03.25 Т/с “Холм одного дерева”  
05.10 Т/с “Супруги” (16+)

#### 5-й КАНАЛ

10.00, 18.30 Сейчас  
10.10, 10.55, 11.40, 12.25, 13.15, 13.55, 14.40, 15.25, 16.15, 17.00, 17.45 Т/с “След” (16+)  
19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.05 Т/с “Морской патруль-2”  
01.00 Х/ф “Чтобы выжить” (16+)  
03.00 Х/ф “Ночные забавы” (16+)  
05.15, 06.30, 07.55, 09.00 Т/с “Щит и меч” (12+)

#### REN TV

5.00 Комедия “Напряги извилины. Брюс и Ллойд: Без тормозов”  
5.30 Смотреть всем! (16+)  
6.00 Т/с “Туристы” (16+)  
9.40 Чистая работа (12+)  
10.40 Шоу “Организация Определенных Наций” (16+)  
12.30 Новости 24 Ростов  
13.00 “Военная тайна” с Игорем Прокопенко (16+)  
15.00 “Территория заблуждений” с Игорем Прокопенко  
19.00 Концерт М. Задорнова “Записные книжки” (16+)

20.30, 03.15 Т/с “Смертельная схватка” (16+)  
00.00 Х/ф “Ахиллеса пята” (16+)

#### СТС

6.00 М/ф “Стойкий оловянный солдатик”, “Самый маленький гном”, “В стране невыученных уроков”  
7.30, 7.40, 8.00, 8.30, 9.00, 9.10 Мультсериалы  
9.25 Полнометражный анимационный фильм “Мухом на Луну” (16+)  
11.00 Скetchком “Студенты” (16+)  
11.30 Т/с “Воронины” (16+)  
14.00, 16.30, 22.10 Шоу “Уральские пельменей” (16+)  
16.00 6 кадров  
17.30 Полнометражный анимационный фильм “Тачки” (6+)  
19.40 Боевик “Джек Ричер” (16+)  
00.10 Х/ф “Криминальное чтиво”  
03.10 Фантастический триллер “Хранители” (16+)

### ВОСКРЕСЕНЬЕ, 10 августа

#### 1-й КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00 Новости  
6.10 Х/ф “Сильные духом” (12+)  
8.10 Армейский магазин (16+)  
8.45 М/с “Смешарики. Пин-код”  
8.55 Здоровье (16+)  
10.15 “Непутевые заметки”. Ведущий - Дмитрий Крылов  
10.35 “Пока все дома” с Тимуром Кизяковым  
11.25 Фазенда  
12.15 Идеальный ремонт  
13.10 Д/с “По следам великих русских путешественников”  
14.15 Интеллектуальное шоу “Что? Где? Когда?”  
15.10 Среда обитания (12+)  
16.15 Шоу “Минута славы” (12+)  
17.45 Куб (12+)  
18.50 Клуб Веселых и Находчивых. Высшая лига (16+)  
21.00 Воскресное “Время”  
21.30 Пародийное шоу “Повтори!”. Ведущий - Александр Ревва  
23.40 Х/ф “Наблюдатель” (18+)  
01.20 Х/ф “Плохая медицина”  
03.10 В наше время  
04.05 Контрольная закупка

#### РОССИЯ-1

5.45 Х/ф “Холодное лето пятьдесят третьего...”  
7.45 “Планета вкусов”  
8.20 “Смехопанорама” Евгения Петросяна  
8.50 Утренняя почта  
9.25 “Свадебный генерал” (12+)  
10.20 Вести. Неделя в городе  
11.00, 14.00, 20.00 Вести  
11.10 “Про декор”. Ведущие - Константин Абрамов и Анна Зиньковская  
12.10 Мелодрама “Любовь до востребования”  
14.20 Вести-Дон  
14.30 Т/с “Частный детектив Татьяна Иванова” (12+)  
21.00 “Воскресный вечер” с Владимиром Соловьевым (12+)  
22.50 Мелодрама “Любовь на два полюса” (12+)  
00.45 Х/ф “Дела семейные” (12+)  
02.50 “Моя планета” представляет: “Заповедник “Белогорье”, “Азорские острова. Курорт на вулкане”  
03.55 Комната смеха

#### РОССИЯ-2

4.30, 23.55 Профессиональный бокс  
6.30 Панорама дня. Live  
7.50 Моя рыбалка  
8.20 Язь против еды  
8.50 Рейтинг Баженова (16+)  
9.20, 12.35, 17.30, 23.25 Большой спорт

9.55, 16.55 Гребля на байдарках и каноэ  
12.55 Трон  
13.25 Полигон  
14.00 Х/ф “Путь” (16+)  
16.00 Прыжки в воду  
17.55 Футбол. Суперкубок Англии. “Арсенал” - “Манчестер Сити”  
19.55 Х/ф “Приказано уничтожить! Операция “Китайская шкатулка” (16+)  
01.50 Максимальное приближение. Барбадос  
02.10 Человек мира. Тайвань

#### НТВ

6.05 Т/с “Порох и дробь” (16+)  
8.00, 10.00, 13.00, 16.00 Сегодня  
8.15 Русское лото плюс  
8.45 “Их нравы” с Дмитрием Захаровым  
9.25 “Едим дома” с Юлией Высоцкой  
10.20 Чудо техники (12+)  
10.55 Кремлевские жены (16+)  
12.00 Дачный ответ  
13.20 СОГАЗ - Чемпионат России по футболу. “Динамо” - “Спартак”. Прямая трансляция  
15.30 Бывает же такое! (16+)  
16.15 Следствие вели... (16+)  
17.10 Т/с “Улицы разбитых фонарей” (16+)  
19.00 Сегодня. Итоговая программа с Кириллом Поздняковым  
19.55 Т/с “Мент в законе-7” (16+)  
23.50 Враги народа (16+)  
00.40 “Дело темное”. Исторический детектив (16+)  
01.35 Остров (16+)  
03.00 “Дикий мир”. Программа о животных  
03.20 Т/с “Холм одного дерева”  
05.05 Т/с “Супруги” (16+)

#### 5-й КАНАЛ

10.00, 18.30 Сейчас  
10.10, 04.30 Х/ф “Сказка о царе Салтане” (6+)  
11.55, 13.05, 14.05, 15.15, 16.20, 17.20, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.05 Т/с “Морской патруль-2” (16+)  
01.05 Боевик “Фанат” (16+)  
02.45 Драма “Воспитание жестокости у женщин и собак” (16+)

#### REN TV

5.00 Т/с “Смертельная схватка”  
6.45 Концерт М. Задорнова “Записные книжки” (16+)  
8.15 Т/с “Каменская” (16+)  
00.45 Фильм ужасов “Явление”  
02.15 Т/с “Настоящее правосудие: Призрак”  
04.00 Смотреть всем!

#### СТС

6.00 М/ф “На лесной эстраде”, “От двух до пяти”, “Лиса и медведь”, “Жихарка”, “Лошарик”, “Он попался!”, Самый большой друг”, “Так сойдет!”  
7.30, 7.40, 8.00, 8.30 Мультсериалы  
9.00 Полнометражный анимационный фильм “Дорога на Эль-дорато” (16+)  
10.30 Полнометражный анимационный фильм “Синдбад. Легенда семи морей” (16+)  
12.00 Реалити-шоу “Успеть за 24 часа” (16+)  
13.00, 16.00 6 кадров (16+)  
13.40, 15.00, 19.00, 22.10 Шоу “Уральских пельменей” (16+)  
16.30 Боевик “Джек Ричер” (16+)  
20.00 Х/ф “Тор” (16+)  
23.10 Фантастический триллер “Хранители” (16+)  
02.10 Т/с “Два короля” (16+)  
03.00 Хочу верить! (16+)  
04.00 Х/ф “Флаббер-попрыгунчик” (16+)  
05.45 Музыка на СТС