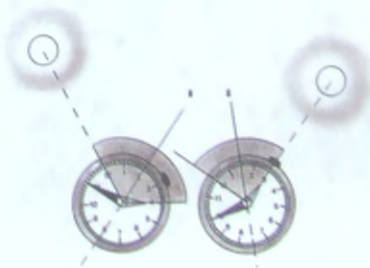


Alexander Stilwell

KAIP IŠLIKTI



TURINYS

Išvadas	6
Psichologinis išgyvenimo aspektas	8
1. Pasirengimas ir reikmenys	12
2. Kaip išgyventi dykumoje	20
3. Kaip išgyventi jūroje	34
4. Kaip išgyventi atogrąžose	50
5. Kaip išgyventi poliariniuose regionuose	66
6. Kaip išgyventi kalnuose	82
7. Kaip išgyventi per stichines nelaimes	98
8. Pirmoji pagalba	114
9. Ugnies įkūrimas, įrankiai ir ginklai	132
10. Spąstų spendimas, žūklė ir augalinis maistas	140
11. Orientavimasis vietovėje ir signalizavimas	158
12. Plaustai ir kėlimasis per upę	172
13. Virvės ir mazgai	176
14. Priedas: Užsienio kelionės	186
Rodyklė	196

Išvadas

Jūs galite patirti šoką, kai pasijusite atskirti nuo civilizuoto pasaulio ir jo teikiamų patogumų: maisto, vandens, būsto, šilumos ir draugijos, bet šoko stiprumą lems susiklosčiusios aplinkybės ir jūsų treniruotumas. Beje, kad ir koks būtų jūsų patyrimas ar pasirengimas tokiai situacijai, kurioje atsidūrėte, pirmiausia privalote skubiai įveikti savo baimę ir neviltį. Prisiminkite, kad aplinkybės, į kurias patekote, niekuo nesiskiria nuo tų, kurias patyrė ir išliko gyvi vyrai bei moterys ankstesniais amžiais arba netgi mūsų laikais tolimuose pasaulio regionuose.

Nors viso šito galite ir nežinoti, bet jau turite savybių, būtinų išgyventi: ryžtą, atkaklumą, ištvermingumą, išradinumą ir humoro jausmą. Tikrai kuo greičiau jomis pasinaudokite atsidūrę naujomis aplinkybėmis. Jūs galite būti nepratę rūpintis maistu ar rasti vandens šaltinį. Bet prisiminkite, kad jūsų savybės bei įgūdžiai, kuriais vadovavotės rasdami ir išlaikydami savo darbo vietą, padėję jums ir jūsų šeimai kasdieniniame gyvenime, yra tokie pat, kaip ir tie, kurie nuo amžių žmonėms padėjo ieškoti būsto, šilumos ir maisto sau bei savo šeimoms.

Kai jūs visa tai prisiminsite, suprasi, kad, ėmęsi protingu atsargumo priemonių, galėsite visai nesunkiai prisitaikyti prie esamos aplinkos. Jūsų jausmai, gerojai atbukę nuo miesto komforto, sustiprės, o jūsų protas tuoj pat ims planuoti kasdieninius poreikius.

Jeigu ryžtingai sieksite išgyventi, tai, nepaisydami kliūčių, imsite tvarkyti naująją aplinką. Nesugniužę ir kupini ryžto, jūs sukaupsite savo valią bei energiją ir rasite maisto, vandens ir būstą.

Pagrindiniai išgyvenimo orientyrai

Jei esate sušalę, sušlapę, alkani ir galbūt sužeisti, jums dabar svarbiausia:

- Įvertinti kitų gyvų žmonių būklę.
- Suteikti pirmąją medicinos pagalbą.
- Rasti tinkamą aprangą ir įrangą.
- Susirasti kokių nors būstą.
- Pasirūpinti šiluma, vandeniu ir maistu.
- Laiku pailsėti.

Kai susidorosite su šitomis reikmėmis, tai prisitaikyti prie aplinkybių ir suplanuoti išgyvenimo strategiją galėsite kur kas lengviau. Kaip tai darysite, priklausys nuo konkrečios aplinkos. Atitinkamus nurodymus rasite šios knygos skyriuose. Jei būsite ne vieni, o su grupe, tai kiekvienas jos narys privalo turėti savą užduotį.

Nesvarbu, kad ir kaip pavargę būtumėte, tuoj pat imkitės rinkti šakas, įvairius pagalius ir pan. ir susiręskite prie dangą (jei po ranka nėra kitų medžiagų), užkurkite ugnį, sočiai, priklausomai nuo turimų atsargų, pavalgykite ir atsigerkite. Jei turite mažai vandens, geriau per daug neprisivalgykite.

Pasistatę būstą ir apsirūpinę šiluma

bei pasisotinę, gerokai pakelsite sau ūpą, sustiprinsite galimybes susidoroti su sunkumais.

Nemėginkite per daug sukti galvos dėl įvairių tolimų dalykų, nes visą savo dėmesį privalote sutelkti į svarbiausius šios valandos reikalus. Po truputėlį juos vykdydami, rasite išeitį.

Išgyvenimo planas

Kai jau patenkinsite savo neatidėliotinus poreikius, turėsite nuspręsti, ar pasiliksite ir lauksite išgelbėjimo, ar patys keliausite ieškodami pagalbos ir civilizacijos. Jei esate šalia didelio objekto, sakykite, lėktuvo, gelbėtojai daug lengviau jus ras. O jei esate po tankia džiūnų lapija, geriau keliaukite, kol rasite atvirą proskyną, iš kur galėsite signalizuoti; žinia, geriausia patekti į gyvenvietę.

Vietovė

Pabandykite tiksliai nustatyti, kur esate. Gal prie žinomų kelių? Jei taip, jūsų tikimybė būti surastiems — didelė. Jei ne, geriau persikelkite į vietą, kur tikimybė jus rasti būtų didesnė.

Radijas

Patikrinkite, ar ten yra veikiantis radijas, ir pabandykite užmegzti ryšį.

Reikmenys

Apžiūrėkite, ką turite su savimi, taip pat inventorizuokite visas galinčias praversti medžiagas.

Atsargos

Patikrinkite turimas vandens bei maisto atsargas ir nustatykite, kaip toli galėsite nueiti su tuo, ką turite.

Fizinė būklė

Patikrinkite savo ir kitų fizinę būklę.

1. Jums gali prireikti laiko užgydyti žaizdoms ar atgauti jėgoms. Jėgų prireiks, kad galėtumėte rasti pakankamai maisto ir vandens šioje vietovėje.

Oras

Ar šios vietovės oro sąlygos yra tokios, kad gelbėtojai galėtų sėkmingai jus aptikti ir išgelbėti? Jei planuojate toliau keliauti, ką žada oras? Gal reikėtų palaukti geresnių sąlygų?

Signalizavimas

Patikrinkite visas turimas signalizavimo priemones ir būkite pasirengę panaudoti jas, kai tik reikės. Tikriausiai nenorėtumėte prarasti progos, jei staiga virš galvos pasirodytų lėktuvas.

Kaip naudotis šia knyga

Pirmoji knygos dalis suskirstyta pagal regionus, pavadinčius taip: dykuma, jūra, atogrąžos, poliariniai regionai ir kalnai; taip pat čia pridėtas papildomas skyrius, kaip įveikti stichines nelaimės, sakykite, žemės drebėjimus ir uraganus. Antroje dalyje pateikiame nuodugnę informaciją apie atskirus išgyvenimo aspektus, tokius kaip navigacija ar ugnies kūrimas.

Pirmiausia perskaitykite skyrių, susijusį su jūsų gamtine aplinka. Ten rasite nuorodas, kam turite teikti pirmenybę ir kaip įsirengti būstą, kur rasti vandens bei maisto. Ten taip pat išvardyta, kokių pavojingų gyvūnų reikia saugotis.

Apskritai jūsų svarbiausia dvasinė ir fizinė savybė turi būti ištvermingumas. Nelengva bus įveikti visas bėdas, su kuriomis susidursite. Tik jūs patys galite nuspręsti, ką ištversite. Pasikliaukite savo treniruotumu, iniciatyva ir Dievo duotais sugebėjimais.

PSICHOLOGINIS IŠGYVENIMO ASPEKTAS

*Kad išgyventumėte, turite sugebėti.
Bet vien sugebėjimai jūsų neišgelbės. Privalote
tinkamai nusiteikti. Visoks mokėjimas yra niekis,
jeigu neturėsite noro išgyventi.*

Gerais žinoma, kad dvasia gali pasiduoti kūnui, bet tvirtai pasiryžęs išgyventi asmuo gaudyti tikrus stebuklus ir net pakeisti tuociją.

Kaip sutelkti savo mintis išgyvenimui

Šiuolaikiniai gyvenimo standartai išpino žmones, atskyrė juos nuo natūralios gamtinės aplinkos. Dauguma vakarėčių (tikriausiai ir jūs) dirba šiltnuose, augiuose pastatuose, naudojami medicinos priežiūra, turi pakankamai maisto ir šilumos.

Patekę į natūralią aplinką, jūs tikriausiai viso to neturėsite. Na, bent iš pradžių. Kaip sakoma, liksite kaip stovite. Staigi komforto netektis gali sukelti didelį dvasios nuopuolį. Tad kaipgi sutelkti savo dvasią?

Visų pirma pasakykite sau, kad vakarietiškas gyvenimas nėra pagrindinis išgyvenimo būdas. Būkite atkaklūs. Jūs tikrai galite apsieiti be oro kondicionierių, greitojo maisto ir televizoriaus. Antra, pasakykite sau, kad dabartinis komfortas palyginti niekis su tuo, kuris laukia jūsų, jei sėdėsite susikrimtę ir nieko nedarysite. Pasyvumas irgi vakarietiško gyvenimo būdo vaisius — biurok-

ratinėse valstybėse slopinama individuali iniciatyva. Tačiau kritiškoje situacijoje jūs galėsite pasikliauti tik savimi. Patys turėsite priimti svarbius sprendimus. Jei tai jus baugina, prisiminkite, kad nieko neveikdami tikriausiai mirsite. Kita vertus, galite valdyti situaciją ir išgyventi. Kam teikiate pirmenybę? Negulkite ir nemirkite! Tapkite sumanūs ir aktyvūs.

Nugalėkite išgyvenimo priešus

Privalote žinoti, kokie yra jūsų (daugiausia fizinės kilmės) išlikimo priešai, kad galėtumėte imtis prieš juos aktyvių kontrapriemonių.

Skausmas

Tai kūno būdas pasakyti jums, kad jam kažkas negerai. Skausmas nepatogus, jis gali susilpninti jūsų norą išgyventi. Tačiau jį labiau toleruosite, jei suprasite jo šaltinį ir prigimtį. Priimkite skausmą kaip kažką, ką galite toleruoti, ir sutelkite dėmesį į kitus klausimus. Prisiminkite: skausmas atrodys dar didesnis, jei nieko neveiksite, o tik gulėsite ir galvosite apie jį.

Šaltis

Jis suletina kraujo apytaką ir daro žmogų mieguistą. Taip pat slopina mintis. Tai pavojinga. Turite tuoj pat ieškoti būsto ir ugnies.

Troškulys

Jis irgi slopina mintis. Labai svarbu palaikyti vandens balansą organizme. Jei stokojate vandens, nevalgykite: organizmas naudoja vandenį pernešti nepanaudotoms maisto atliekoms.

Alkis

Gali mažinti jūsų svorį, kelti silpnumą, galvos svaigimą, sulėtinti širdies plakimą, didinti jautrumą šalčiui, stiprinti troškulį.

Novargis

Gali kelti apatiją. Todėl privalote pailsėti.

Nuobodulys

Jį gali sukelti interesų stoka, jausmų įtampa ir depresija (ypač kai nesimato palengvejimo vilties). Nugalėti nuobodulį padės jūsų esminis tikslas — išgyventi ir veikti.

ASMENINĖS SAVYBĖS, PADEDANČIOS IŠGYVENTI

- Mokėjimas sutelkti mintis.
- Gebėjimas improvizuoti.
- Galėjimas gyventi vienam.
- Gebėjimas prisitaikyti prie situacijos.
- Savitvarda.
- Mokėjimas išlikti optimistu, tuo pat metu ruošiantis blogiausiam.
- Mokėjimas suprasti savo paties baimę bei rūpesčius ir gebėjimas juos įveikti.

Vienatvės jausmas

Suprantama, kad jaučiatės vieniši, todėl vienatvė gali sukelti bejėgiškumą ir neviltį. Vienatvę galite įveikti nuolatinio užsiėmimo ir įgydami daugiau pasitikėjimo savimi.

Frustracija (neviltis)

Galite ją įveikti, nukreipę savo energiją siekti pozityvių ir nesunkių tikslų. Iš pradžių kelkite sau lengvus tikslus, paskui juos sunkinkite. Venkite nerealių tikslų. Bet ir nesėdėkite sudėję rankų.

Nepanikuokite

Jei ką tik patyrėte automobilio, lėktuvo ar laivo katastrofą, galite prastai orientuotis. Gal esate net sužeisti. Gal aplink jus daug sužeistų ar negyvų. Nors ir labai išsigandę, pabandykite padaryti štai ką:

- Pasitraukite toliau nuo to, kas liko iš transporto priemonės; ji gali sprogti ar šiaip jus sužeisti.
- Kai pasitrauksite per saugų atstumą, atsisėskite, nepanikuokite ir kuo ramiau išanalizuokite situaciją. Įvertinkite kitų žmonių būklę, suteikite jiems pirmąją pagalbą. Jei liksite ramūs, ateityje tai atsimokės su kaupu.

Ištirkite situaciją

Kai jau atsidūrėte per nepavojingą atstumą nuo avarijos vietos, elkitės šip:

Susiraskite kokią prieglobstį, kur galėtumėte pasėdėti ir pagalvoti.

Ištirkite aplinką, į kurią patekote. Kiekviena aplinka turi savo ritmą ir modelį. Pabandykite susigaudyti, kojie aplinkoje atsidūrėte.

Ištirkite savo fizinę būklę: gal kur nors

esate sužeisti, gal reikia papildomų drabužių, maisto, vandens.

- Pasižiūrėkite, kokią įrangą turite. Gal kas nors pravers esamomis sąlygomis.
- Skubiai neveikite. Skubėjimas tik dezorientuos jus. Be to, skubėdami dar pamesite ką nors reikalinga.
- Prisiminkite, kad suprasti situaciją daug lengviau dieną negu naktį.

Sudarykite išgyvenimo planą

Geras planas ir pasirengimas padės įveikti sunkumus, pavojus ir neprarasti gyvybės.

Jei esate iš avariją patyrusio lėktuvo ar laivo, žinokite, kad apie laivo ar lėktuvo kursą žinota visą laiką, o dabar taip pat žinoma apytikrė vieta po avarijos, į kurią tikriausiai skuba gelbėtojai. Bet jūs kol kas galite pasikliauti tik savimi, o ne gelbėtojais. Taigi privalote patys viską spręsti. Daugumai žmonių priimti sprendimus yra sunku, bet tarkite sau, kad turite valdyti situaciją, o ne leistis jos valdomam.

Įvertinkite situaciją

Būkite kuo objektyvesni ir pasverkite ir teigiamas, ir neigiamas aplinkos, į kurią patekote, puses. Pavyzdžiui, poliariniuose regionuose didelis šaltis, bet ten turėsite būstą ir pakankamai vandens sniego ar ledo pavidalu. Atogrąžose turėsite daugybę maisto, bet jus kamuos karštis ir drėgmė.

Svarbiausi prioritetai išlikimo situacijoje yra būstas, ugnis ir vanduo. Jei visa tai turite, likite ten, kur esate.

Jeigu esate iš sudužusio lėktuvo, galite iš jo paimti likusių medžiagų: lėktuvo sėdynių guma gali praversti ne tik laužui, bet ir avalynei apsaugoti. Jei lėktuve yra kokia baterija, iš jos galite išiebtį ugnį. Be to, lėktuvo padangos

gali virsti signalizavimo priemonė (tiršti juodi dėmai bus matomi iš labai toli).

Keliauti ar pasilikti

Dažnai labai sunku pasirinkti vieną iš dviejų variantų. Pirmą, kaip jau minėta, gelbėjimo tarnybos jau greičiausiai jūsų ieško. Antra, eidami sudeginisite daug kalorijų, galite tapti aplinkybių auka, neturėsite efektyvių signalizavimo priemonių (matysite praskrendantį lėktuvą, o iš jo jūsų nematys). Tačiau jei dėl kokių nors priežasčių vis dėlto nusprendėte eiti, vadovaukitės štai tokiu planu:

- Keliavimo kryptis.
- Kurso išlaikymo metodas.
- Grafikas, kiek nueiti per dieną.

- Signalizavimo būdas.

Prisiminkite, kad dienos pabaigoje turite palikti laiko įsitaisyti nakvynei ir pasiruošti signalizavimui, jei pro šalį skristų lėktuvas.

Jei nutarėte pasilikti, jūsų planas bus toks:

- Pasiruošimas signalizavimui.
- Nuolatinio būsto vietą ir modelis.
- Vandens šaltinis.
- Žinojimas, kas sudarys jūsų dietą.

Į pirmą vietą turite iškelti signalizavimą, nes bet kurią valandėlę gali praskristi paieškos lėktuvas, taigi turite būti pasirengę signalizuoti. Būstą geriausia rengtis prie signalizavimo vietos.

Kaip išgyventi be civilizacijos, sužinosite iš kitų knygos skyrių.

SKUBŲS VEIKSMAI PO LĒKTUVO AVARIJOS

Britų specialiųjų oro pajėgų tarnyba pataria avarijos ištiktiems žmonėms imtis šių veiksmų po lėktuvo avarijos:

- Nepalikite vietos, kur sudužo lėktuvas tol, kol ji nekelia jums pavojaus.
- Tučtuojau suteikite pagalbą sužeistiesiems.
- Atskirkite žuvusius nuo gyvųjų.
- Gelbėkite, ką tik galite: įrangą, drabužius, maistą, vandenį.
- Paimkite atsargų iš tos vietos, kur esate.
- Nekeliaukite naktį, jeigu galite atidėti kelionę.

PASIRENGIMAS IR REIKMENYS

Bet kokia kelionė, nuvedanti mus toli nuo pažįstamo pasaulio su jo vandens bei maisto atsargomis, šiltais drabužiais ir šilumos šaltiniais, tam tikru mastu leidžia mus priskirti išgyventojų kategorijai.

Žmonės, keliaujančius automobiliu per apgyvendintą šalį, gali užklupti pūgos, valandų valandas sulaikyti sniego pusnys, kol iki jų prisikas gelbėtojai; be jokios abejonės, keliautojai gailėsis nepasiėmę daugiau karštų gėrimų, šiltų drabužių, maisto ir vandens.

Tie, kas leidžiasi į ilgas ekspedicijas po tolimus kalnus, dykumas ar vandenynus, turi žinoti, kokios tai kelionės, ir pasiimti visa, ko reikia išgyventi. Jie gali turėti labai puikią sveikatą, pasitikėti savo bagažo kokybe, tačiau ir juos gali užklupti įvairios gamtos jėgos ar jie patys pasijus persitempę.

Kad ir kaip gerai būtumėte pasirengę, visada privalote žinoti, jog nelaimingas atsitikimas ar atsitiktinumas gali jus ištumti į pavojingą padėtį. Kuo daugiau žinote apie galimus pavojus,

tuo geriau esate pasirengę juos iverkti.

Bene svarbiausia išgyvenimo taisyklė — nepasikliauti transporto ar organizacijų, nuo kurių priklausote, metodais. Išmokite pasirengti patys taip, kad visu žingsniu aplenkumėte blogiausią galimybę.

PLANAVIMAS

Posakis, kad laikas, praleistas planavimui, neiššvaistomas veltui, tinka ir įstaigos darbui, ir išgyvenimui. Paprasčiausias galvojimas iš anksto apie kelionę ir galimybių pasirinkimas, jei kas susiklostytų ne taip, kaip numatyta, jau nėra veltui praleistas laikas. Pamatysite, kad ištikus rimtesnei bėdai, būsite pasirengę. Jūs galėsite užbėgti už akių nepatogumams ar net patausoti brangias akimirkas, lemiančias jūsų ir kitų gyvenimą.

Smulkus planavimas bus būtinas, jei leidžiatės į ekspediciją, pareikalausiančią didelio ištvermingumo ir grumtynių su stichija. Labai teisingas būtų jūsų žingsnis, jeigu į savo transporto priemonę sudėtumėte reikalingus įrankius, vaistų paketą, vandens bei maisto atsargas.

REIKMENYS

Kelionių reikmenys dabar labai madingi, taigi didžiausias pavojus jums gresia ne todėl, kad nežinosite, kuo apsigilti ar ką pasiimti, bet kad nesugebėsite susigaudyti pasiūloje. Viskas dažnai baigiasi tuo, kad pasirenkate ne tuos reikmenis. Patartume pasiklausti specializuotų parduotuvių išmanančių darbuotojų patarimo. Dauguma jų patys yra kelionių entuziastai. Jie padės jums prasibrauti per siūlomų daiktų džungles ir aiškiai patars, ko reikia būtent jūsų aplinkybėmis. Pavyzdžiui, parduotuvių lentynos nukrautos puikiais batais, nuo kurių ima suktis galva, bet jūsų energiją ir laiką patausos ekspertas, kai pasakysite jam, kad jums reikia batų kopti į kalnus.

Viena pastaba: dabar mažų besivaikanti pramonė pasisavino "kelionių išvaizdą", todėl būtinai įsitikinkite, ar jūsų perkami drabužiai ir apavas yra tikrai patikimos firmos, o ne madinga imitacija. Tikri drabužiai praleidžia prakaitą, audinys jo nesugeria, todėl nesuslapsite, nesusalsite ir nesijausite nepatogiai.

Galvos apdangalai

Iki 50 procentų kūno šilumos netenkama per galvą, todėl galvos apdangalai yra svarbi jūsų aprangos dalis. Pasi-
stengkite turėti bent vieną stiprią skrybėlę. Jei ruošiatės keliauti į šaltą aplinką, jums reikėtų kažko panašaus į ausinę

kepūrę (balaklavą) ar bent kepūrės, užsmaukiamos ant ausų ir sprando. Jei ten, kur vykstate, lis, jums reikės apdangalo, nepraleidžiančio vandens, — kaip priedo prie striukės gobtuvo. Dykumoje protingiausia būtų pasekti arabų pavyzdžiu ir pasiimti kefiją ar arabišką galvos apraišalą, vadinamą šemachu. Jei negalite įsigyti tikro, paimkite gabalą audeklo (maždaug 100 cm), kuris dengtų galvą, sprandą, pečius ir kurio, esant reikalui, galėtumėte prisidengti veidą.

Striukės

Geros kokybės ir orą praleidžianti striukė yra vertingas pirkinys. Jeigu ji iš tokios medžiagos kaip Gore-Tex, jūs nesuslapsite ir nesusalsite per lietu, nes ji sumažins prakaitavimą. Ji taip pat padės mažiau vartoti vandens, kas labai svarbu bet kuriame klimate. Prie striukės turėkite gilų smailą gobtuvą, didelės prisegamos kišenės, kuriose galėsite laikyti rankas, kad jos nešaltų.

Megztiniai

Šiltas, sausas vilnonis megztinis pravers, pavyzdžiui, kai sustosite pailsėti. Ji laikykite kuprinėje taip, kad lengvai ištrauktumėte. Nevilkėkite per daug drabužių, kai būnate įsitempę fiziškai, nes galite neturėti apsirengti nieko sauso ir šilto, kai to būtinai reikės.

Marškiniai ir sportiniai marškinėliai

Jų yra iš įvairių medžiagų. Daug tokių, su kuriais vėsu karštame ore ir šilta šaltame ore. Tačiau jeigu nesate šios srities ekspertai ir sutrinkate tarp gausybės siūlomų gaminių, būtinai pasiklauskite tikro eksperto.

Kelnės

Turėkite kelnės, su kuriomis būtų lengva ir patogu vaikščioti. Geriausia medvilnines. Jos yra lengvos ir gana greitai išdžiūsta. Jei esate apsirengę šiltą megztinį, tai lengvos kelnės tinka net šaltu oru, aišku, ne kur nors šiaurėje. Praverstų tvirtesnės medžiagos antsiuvai. Be abejonės, jums prireiks kišenių susidėti žemėlapiams ir kitiems daiktams.

Ekstremaliose klimatinėse sąlygose jums prireiks specialių kelnų, tinkamiausių būtent tose sąlygose (pvz., dykumose.)

Vandens nepraleidžiantys drabužiai

Aišku, geriausi yra drabužiai, po kuriais oda kvėpuoja, bet visada pasirūpinkite ir vandens nepraleidžiančiais drabužiais, kuriuos, esant reikalui, galėtumėte užsimesti ant kitų. Žiūrėkite, kad jie nebūtų per ankšti: gal panorėsite vandens nepraleidžiančias kelnės užleisti ant batų, o ne sukišti į juos.

Kojinės

Geras ir vaikščiojimui tinkamas kojines nesunku įsigyti. Priklausomai nuo klimato ir jūsų aktyvumo jų gali prireikti ne vienos poros. Būtinai įsidėkite pakankamai atsarginių, kad prireikus turėtumėte sausų. Jų yra įvairių rūšių, pavyzdžiui, skirtų kopimui arba tik ėjimui. Yra kojinių, impregnuotų antibakterinėmis medžiagomis.

Getrai

Jie būtini ten, kur sniegas, kad apsaugotų batų odą nuo pažeidimų.

Batai

Parduotuvėse pakanka batų, skirtų įvairiam klimatui ir įvairiam naudojimui. Nepirkite gražiausiai atrodančių, nes jie gali visiškai netikti aktyviam ėjimui. Pavyzdžiui, kalnams skirti batai nėra tokie paslankūs kaip batai, skirti vaikščioti žemuma. Būtinai pasiklauskite patarimo ar perskaitykite atsiliepimus specialiuose žurnaluose.

Batai turi idealiai tikti jūsų kojoms dar „nepranešioti“. Atsižvelkite į tai, kiek porų kojinių mūvėsite. Visada matuokitės batus po pietų, kai jūsų kojos išsiplėtusios. Pagalvokite apie batus su įklotais. Jei batai odiniai, įsidėkite batų tepalo: ištepti jie nepraleidžia vandens.

Idealūs batai visada būna iš vandens nepraleidžiančios odos ir su pamušalu iš tokių medžiagų, kaip „Gore-Tex“, „Cordura“ ir „Cambrelle“, kurios praleidžia orą, yra šiltos, sausas ir patogios.

Kuprinė

Kokią kuprinę pasirinksite, priklausys nuo to, ką nešitės ir į kokią kelionę leisitės. Kuprinės privalumas toks: ant nugaros nešamo krovinio svoris pasiskirsto taip, kad neapkrauna ir nevargina pečių, jei kur rinė yra pakankamai aukštai ir prigludusi prie kūno. Kitokių atveju ji tempia pečius, todėl jums skaudės ir juos, ir sprandą.

Supakuokite daiktus taip, kad prireikus apsivilkite šiltą megztinį ar apsimaui sausas kelnės, nereikėtų raustis po visa kuprinę. Daugumos kuprinių vidus yra ryškios spalvos, kad daiktai „nepradingtų“ juodoje duobėje!

Kariškiai dažnai suvynioja daiktus į neperšlampamą medžiagą, kad užtikrintų jų (taip pat ir batų!) sausumą. Tokiu būdu kareivis, keldamasis per upę, kuprinę gali naudoti kaip plaustą, ir jo daiktai nesuslaps.

Galite panorėti įsidėti į kuprinę, tar-
kime, kirvuką ledui kirsti. Tam tikslui
kuprinėse būna įsiūtos juostelės ar pri-
tvirtinti laikikliai.

Žemiau pateikiame lentelę su daik-
tų sąrašu. Ką iš jų įsidėsite į kuprinę, pri-
klausys nuo to, kur keliaujate.

Šaunamieji ginklai

Jei jūs atliekate karinę tarnybą, esate
ginkluoti šautuvu ar pistoletu, su kuriais
turėsite daugiau galimybių medžioklėje
ir t. t. Jei esate civilis, jums medžioklė ir
ginklo laikymas gali būti apriboti pri-
klausomai nuo to, į kurią šalį vykstate.
Niekada nebandykite įvažiuoti į šalį

nedeclaravę ginklo. Galite nešiotis ką
nors palyginti lengvą, sakykime, kata-
pultą (svaidyklę), laikomą kartu su bū-
tinų daiktų paketu.

Peiliai

Geras peilis labai palengvins gyve-
nimą. Su juo galite atlikti daugybę dar-
bų. Galite pasiimti peilį medinėm kriau-
nom, taip pat ir lenktini peilį. Peiliu ga-
li tekti atsukti medžio gabalą, nulupti
gyvūnui odą, imtis kitų darbų.

Atšipusiu peiliu kur kas sunkiau
darbuotis. Be reikalo eikvosite brangią
energiją. Paimkite apskritą akmenį
šiurkštoku paviršiumi ir pagalaskite pei-
lį. Akmenį pašlapinkite.

KĄ BŪTINA PASIIMTI

GALVOS APDANGALAI

Kepurė (šilta, vilnonė)
arba skrybėlė nuo saulės
(neperšlampama)
Balaklava
(ausinė kepurė)
Šemachas/ kefija
Arabiškas galvos apdangalas
Šalmas
(kopti į kalnus)
Šalikas ar kaklaskarė
(sugerti prakaitui ir
reguluoti temperatūrai)

DRABUŽIAI

Striukė
(vilnonė)
Kelnės
Vilnonis megztinis
Marškiniai
Šilti apatiniai
Pirštinės (pirštuotos ir
kumštinės)
Kojinės

APAVAS

Batai (žieminiai) vaikščioti
po kalnus

Sandalai

Getrai
Atsarginiai batraiščiai
Atsarginiai vidpadžiai
Alpinisto batų kapliai
Slidės

KREPŠIAI

Kuprinė
Rankinė
Bergenais
(poliariniams regionams
skirta kuprinė)

ĮVAIRŪS REIKMENYS

išgyvenimui skirtas paketas
Medicininis paketas
Įvairių įrankių paketas
(šaukštas, šakutė,
peilis...)
Butelis vandens ir puodukas
Peilis
(ilgis ~ 30 cm,
ašmenys ~ 18 cm)
Lenktinis peilis
Palapinė
Kellioninė lovelė
Miegmaišis

Kelionmaišis

Demblys
(pintas patiesalas) miegoti
Hamakas
Tinklelis nuo moskitų
Parašiutas
Virvės ar vielos
Karabinas
Ledo kirtiklis
Sudedamoji lazda
(vaikščioti), sniego lazda
Kaištukai
Kastuvas
(sulankstomas)
Kompasas
Laikrodis
Chronografas
Širdies dažnio matuoklis
Žibintas ar prožektorius
Tamsūs akiniai
(ypač poliariniams ir
dykumų regionams)
Monoklis
Žiūronai
Teleskopas
Žemėlapių dėklas
Viryklė
Plovimo ir skalbimo paketas

IŠGYVENIMO PAKETAS

Kompasas

Žiebtuvėlio akmenėlis ir plieninis

žiebtuvėlis

(galite pridėti ir nedidelį žiebtuvėlių cigarečių)

Vėjo neužpučiami degtukai

Žvakės (būna ir valgomų)

Padidinamasis stiklas

Lankstus pjūklelis

(arba šveicariškas karinis peilis su pjūkleliu)

Siuvimo siūlai (ramiam vakarui prie laužo)

Adatos

Skutimosi peiliukai

Heliografas (signalizavimui)

Žvejybos įrankių rinkinėlis

Vielinės kilpos

Vata

Švilpukas

Maišas vandeniui

Vandens gryninimo tabletės

Spaustukai maišeliams

Spaustukai žaizdoms

Antiseptikai

Pleistras

Tinklėlis nuo moskity

(tėpalas nuo vabzdžių)

Žiogeliai (segtukai)

Elektrolito koncentratas

Pieštukas

Bloknotas

Signalinės raketos

ĮVAIRIŲ DAIKTŲ PAKETAS

Tokį paketą kuprinėje gali turėti gerai pasirengęs kareivis. Patariame susipakuoti tokius daiktus:

Šokolado

Arbatos ar kavos paketėlių

Pieno ir cukraus maišelių

Siurbos kubelių

Šokoladinių saldinių

Ryžių paplotėlių

Fluorescencinį išgyvenimo krepšį

Supakuokite daiktus, padėsiančius jums kritišku atveju, ypač jei dėl kokios nors priežasties neteksite pagrindinio paketo.

IŠGYVENIMO PAKETAS

Tai portatyvus paketas, kurio turinį sudaro išgyvenimui būtinausi daiktai, padėsiantys jums ypač sunkiais atvejais. Šiuos daiktus galima saugoti maišiuke arba skardinėje dėžutėje. Pastarosios privalumas tas, kad lengviau paimti norimą daiktą, o dangtelio kita pusė gali pasitarnauti kaip veidrodėlis ar reflektorius.

Tipiškas paketo turinys yra:



A Skardinė dėžutė

B Vėjo neužpučiami degtukai

C Žvakė

D Skiltuvus ir pjūklelis

E Siuvimo reikmenys (rinkinėlis)

F Vandens gryninimo tabletės

G Kompasas

H Heliografas (ryšio įrenginys su veidrodžiais, atspindinčiais saulės šviesą)

I Žiogeliai (segtukai)

J Žvejybos rinkinėlis

K Vielinis pjūklelis

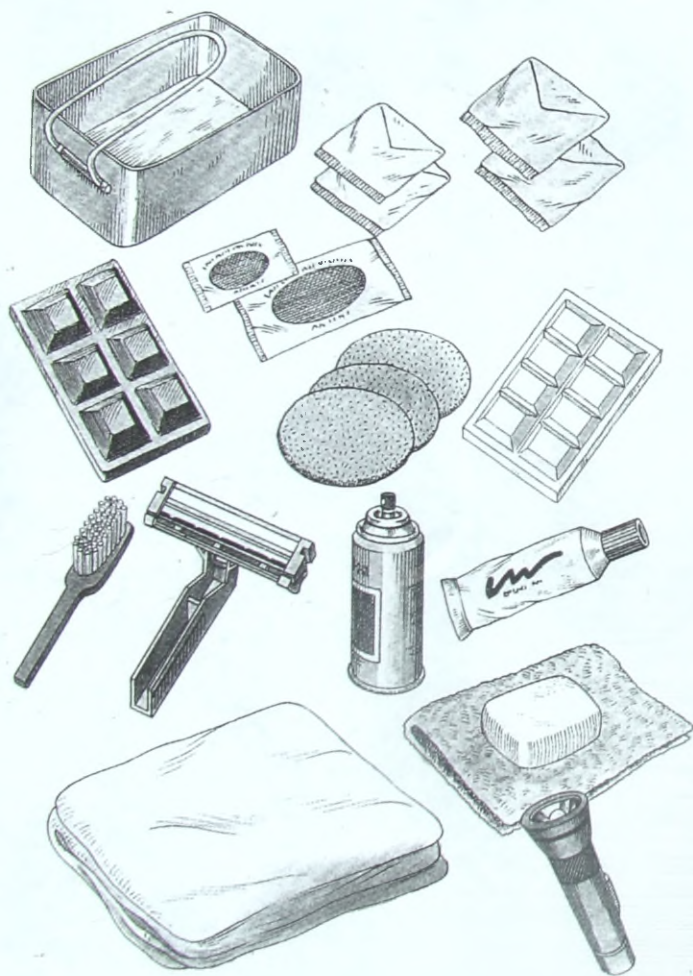
L Maišai vandeniui

M Kalio permanganatas

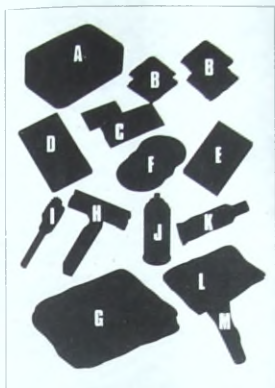
N Vielos kilpos

A collection of various survival tools and supplies. The items include a rectangular tin, a matchbox with matches, a cylindrical candle, a hand saw, a compass, a box containing sewing supplies like thread and needles, a square metal plate with a hole, a coil of rope, a jar of petroleum jelly, and a coil of wire.

REIKMENŲ PAKETAS



Pasirngimas ir reikmenys



[vairių daiktų paketo turinį sudaro:

- A Tuščias įvairiems daiktams skirtas paketas
- B Arbatos ir kavos paketėliai
- C Pieno ir cukraus maišeliai
- D Šokoladas
- E Šokoladiniai saldainiai
- F Džiūvėsėliai
- G Fluorescencinis išgyvenimo krepšys
- H Skutimosi peiliukai
- I Dantų šepetėlis
- J Mini skutimosi putos
- K Mini dantų pastos tubelė
- L Muilas ir rankšluostėlis
- M Nedidelis žibintuvėlis

MEDICININIS PAKETAS

Cia siūlome paketo turinį, galintį jums praversti. Galite pridėti ar ką nors išimti, galite kreiptis patarimo į specialistą priklausomai nuo to, kur

keliausite, ir nuo jūsų sveikatos būklės. Galite nusipirkti jau parengtą medicininį paketą pagal atitinkamą regioną: atogrąžas, dykumą, poliarinį regioną ir t. t.

MEDICININIO PAKETO TURINYS

Termometras

Amoniakas

(naudojamas, kai kas nors netenka sąmonės)

Marlė

Parafinuoti marlės tvarstiai

Skalpeliai

(bent du)

Medicininiai siūlai ir įrankiai žaizdai susiūti

(tik tuo atveju, jei esate apmokyti)

Antiseptiniai tamponai

(paimkite bent paketą valyti mažesnems žaizdoms ir pritrintoms pūslėms)

Hipoderminės adatos

(bent tris išimti rakšims ar pradurti pūslėms)

Organizmo skysčių pakaitalas

(tai gali būti natrio chloridas ir gliukozės mišinys. Vartojamas, kai viduriuojate ar nudegate. Taip pat galite jį litrą vandens

įberti 8 arbatinius šaukštelius cukraus ir 1 arbatinį šaukštelį druskos)

Vandens gryninimo tabletės

(vandenį valo chloras; jei vanduo drumzlinas, pirmiausia jį reikia perfiltruoti ir įmesti papildomą tabletę)

Kalio permanganatas

(priešgrybelinis ir dezinfekuojantis poveikis)

Analgetikai (vaistai nuo skausmo):

paracetamolis (maksimali dozė suaugusiems — 4 g per 24 valandas) ir ibuprofenas (maksimali dozė — 1200 mg per 24 valandas)

Anglies tabletės

(nevirškinant)

Tabletės nuo viduriavimo

Antihistamino tabletės

Pleistras ir žaizdų tvarstiai

Kremas nuo saulės ir balzamas lūpoms

KAIP IŠGYVENTI DYKUMOJE

Dykuma yra ypatingo klimato vieta — dieną nepakeliamai karšta, o naktį šalta. Be to, čia gali jus apakinti spindesys ar užklupti smėlio audros. Ir, žinoma, ten trūksta arba visai nėra vandens.

Pasaulyje esama daugiau kaip penkiasdešimt didelių dykumų. Žinomiausios dykumos yra šios:

Arabijos (1 290 000 km²),
Gobio (1 040 000 km²),
Kalahario Pietų Afrikoje (520 000 km²),
Libijos (1 680 000 km²),
Mohavio Kalifornijoje (38 850 km²),
Rub Al Chalijaus, kaip dalis Arabijos dykumos (650 000 km²) ir
Sacharos (7 770 000 km²).

SACHAROS IR LIBIJOS DYKUMOS

Sacharą galima suskirstyti į Vakarų Sacharą, centrinį Achagaro kalyną ir Tibesčio masyvą. Libijos dykuma, sausrin-

giausias Sacharos regionas, plyti rytų pusėje.

Visą Sacharos regioną sudaro plokštuma. Aukščiausiai pakilusios vietos siekia 400–500 m. v. j. l. Metinis kritulių kiekis mažesnis kaip 12,7 cm. Vakarų ir centrinuose rajonuose temperatūra svyruoja nuo nulinės iki 54,4°C. Augmenijos mažai: žemi dygūs krūmokšniai ir tipiški dykumos medžiai — datulių palmės ir akacijų. Gyvūnija: gazelės, antilopės, šakalai, lapės ir hienos. Sukurta dirbtinių oazių, išgręžus daugiau kaip 1 km gylio vandens gręžinius.

RUB AL CHALIJUS

Dar vadinamas Tuščia Vietove. Rub Al Chalijus yra didžiausia smėlingoji pasaulio dykuma. Ji užima daugiau kaip

ketvirtį Saudo Arabijos teritorijos. Rytuose plyti druskinga plokštuma.

NAMIBAS

Beveik visą Pietvakarių Afrikos pakrantę Namibijoje užima Namibo dykuma. Jos klimatai veikia šaltoji Bengelos srovė, todėl šioje dykumoje vėsu ir sausa. Metinis kritulių kiekis — apie 5 cm.

KALAHARIS

Didžioji bušmėnų gyvenamos Kalahario dykumos dalis yra Botsvanoje. Ja juosia Oranžinė ir Okavango upės. Dirva rausvo atspalvio, apžėlusi žole ir paugusi krūmais, nors rytinėje jos dalyje beveik vien smėlis.

TAKLA MAKANAS

Į šiaurę nuo Tibeto plynaukštės iš šiaurės vakarų Tian Šanio kalnų juosia plyti Takla Makano dykuma. Jos plotas apie 300 000 km². Aukščiausias taškas — Čongtago kalnas (1664 m). Liepos mėnesį temperatūra siekia 27°C.

GOBIS

Išsidėsčiusią daugiausia Mongolijoje Gobio dykumą sudaro plokščiakalnis, kurį juosia aukštesni kalnai. Vietovė daugiausia žvirgždėta. Tris Gobio ketvirtadalius dengia žolė, krūmokšniai ir dygūs augalai, o jo pietryčiuose visai nėra vandens. Pasitaiko vandens grėzinių ir seklių ežerų. Gobio dykumos aukštis siekia nuo 900 m aukščiau jūros lygio rytuose iki 1 500 m aukščiau jūros lygio vakaruose.

TARAS

Taro dykuma yra šiaurės vakarų Indijoje ir Pakistano rytuose. Daugiausia ji plyti Indijos valstijoje Radžastane. Taro dykumos ilgis siekia apie 800 km, o plotis — apie 485 km. Vidutinis metinis kritulių kiekis 12,7–25,4 cm. Vietovė sudaro smėlio kalvos pramaišiu su krūmais ir akmeningomis uolienomis.

MOHAVIS

Mohavio dykuma yra Kalifornijos pietuose. Jos plotas apie 38 850 km².

ATAKAMA

Plyti Čilės šiaurėje. Atakama yra pakrantės dykuma (panašiai kaip Namiibo). Šiaura juosta ji driekiasi tarp Andų kalnų ir Ramiojo vandenyno. Plotas apie 363 000 km². Metinis kritulių kiekis ne didesnis kaip 10 cm. Augalijos labai mažai.

DIDŽIOJI SMĖLIO DYKUMA

Ji yra Australijos šiaurės vakaruose. Iš rytų ir vakarų ją juosia savanos. Tai smėlio ir akmenų plynė su mišria dykumų augalija. Sausio mėnesio temperatūra yra 32°C, o liepos — 10–15°C.

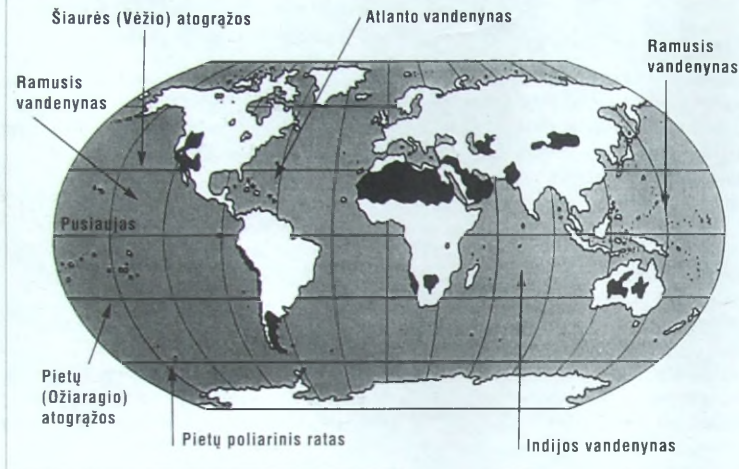
GIBSONO DYKUMA

Ji yra į pietus nuo Didžiosios smėlio dykumos ir užima apie 220 000 km² plotą.

DIDŽIOJI VIKTORIJOS DYKUMA

Į pietus nuo Gibsono dykumos plyti Didžioji Viktorijos dykuma, užimanti apie 647 000 km².

DYKUMOS



SIMPSONO DYKUMA

Užima šiaurinę Australijos teritoriją. Simpsono dykumos plotas 145 000 km².

KLIMATAS

Dykumas galima apibūdinti taip: mažiau nei 24,5 cm kritulių per metus, garingumas viršija kritulių kiekį, vidutinė temperatūra labai aukšta. Dirva nedirbama. Daugiamečiai augalai auga prie upių ar kitose vietose, kur yra vandens.

Dėl aukšto slėgio lietūs negausūs ir nereguliarūs. Ten giedras dangus, aukšta temperatūra, stiprūs vėjai ir intensyvus garavimas. Negausus lietus nenuspėjamas. Centrinėse dykumų dalyse gali lyti bet kada. Drėgmės trūkumas dirvoje ir mažas atmosferos drėgnumas leidžia saulės spinduliams labai išdžiovinti

žemę. Dieną temperatūra gali pakilti iki 55°C pavėsyje, kurio ten irgi labai maža. Naktį dykumos paviršius išspinduliuoja karštį, temperatūra nukrinta vos ne iki nulio. Temperatūra gali svyruoti net iki 30°C. Ji kinta priklausomai nuo metų laiko. Žiemos mėnesiais gali pasirodyti šalnos.

AUKŠČIAUSIOS DYKUMŲ TEMPERATŪROS

DYKUMA	TEMPERATŪRA
Sachara	54,4°C
Namibas	31°C
Kalaharis	43–46°C
Takia Makanas	39°C
Gobis	45°C
Taras	50°C
Atakama	19°C

ĮSIDĖMĖTINA

- Staigus vandens srautas gali pradėti srūti nuo aukštumų, o tai pavojinga gyvybei. Taip atsitinka akmeningose plynaukščių dykumose, pavyzdžiui, Golano aukštumoje.
- Smėlio kopos gali siekti 300 m aukščio ir 24 km ilgio.
- Reikia vengti druskingų pelkių. Tai lygios vietos, kur vanduo išgaravęs ir likę šarmingų nuosėdų.
- Nuo lietaus smėlyje susidaro griovos ir vadės (sausvagės), kuriuos dažnai sunku skersai pereiti.
- Dykumose dažnos smėlio pūgos. Be to, kad jos pridaro daug nepatogumų keleiviams, dar gali suklaidinti, nes nesunku prarasti orientaciją.
- Šviesos lūžis įkaitintame ore sukelia mirażus. Mirażai trukdo nustatyti tikslus atstumus ir identifikuoti objektus.

ŽEMĖ IR VANDUO

Kadangi dykumos dirvos neapsaugo augalai, vėjas ir vanduo lengvai sukelia jos eroziją. Vanduo, tekėdamas žemyn nuo aukštumų, gali suformuoti kanjonus ir didelius nuotakumus, prineštus šiukšlių. Į juos suteka lietaus vanduo.

Dykumų paviršius įvairuoja. Gali būti kalnuotas, akmenuotas, smėlėtas, nuklotas druskingų pelkių. Pėsčiomis keliauti visada sunku. Vietiniai gyventojai nekeliauja toli be kupranugarių ar kitų susisiekimo priemonių.

DRABUŽIAI

Patekę į bet kokią aplinką, visada sekite kiek gebate vietinių gyventojų

pavyzdžiu. Sakykime, Šiaurės Afrikoje beduinai vilki šviesių spalvų laisvai krinantčius drabužius (mantią su gobtuvu ten vadinama burnusu), galinčius uždengti galvą bei kaklą ir taip apsaugoti nuo saulės, vėjo ir smėlio. Oras, patekęs tarp drabužio ir kūno, yra papildoma izoliacija nuo karščio. Net jei vilkėsite kitai, vis tiek vadovaukitės šia apsaugos ir izoliacijos taisykle.

“Kariška uniforma tiesiog nepakenčiamai trukdė ir jojant kupranugariu, ir sėdint ant žemės. Arabiški drabužiai, kuriuos išbandžiau prieš karą, daug švaresni ir tinkamesni vilkėti dykumoje” (T. E. Lorenčas. “Septyni išminties ramsčiai”).

VEIDAS IR AKYS

Dykumoms būdingas akinantis spindėjimas:

“Smėlio dalelytės švarutės ir nugludintos. Kaip maži deimantai jos sugauna saulės spindulius ir atspindi juos taip stipriai, kad netrukus nebegalėjau žiūrėti. Aš stipriai prisimerkiau ir užsismaukiau galvos apdangalą ant akių ir netgi žemiau jų kaip šalmo antveidį, bandydamas atsiverti nuo karščio, kuris stiklinėmis bangomis kilo nuo žemės ir smogė man tiesiai į veidą” (T. E. Lorenčas. “Septyni išminties ramsčiai”).

Galvos apdangala, apsaugantį veidą ir akis, verta nešioti užsidengus juo visą veidą ir palikus tik plyšėlį akims. Papildoma apsauga gali teikti juodi akiniai ar akidangčiai, padaryti iš tinkamos medžiagos, pavyzdžiui, drabužio ar netgi iš medžio žievės.



PĖDOS

Dykumos paviršius visada būna arba labai karštas, arba labai šaltas, dėl to žmonėms dažnai atsiranda pūslių ant padų arba suskilinėja kulnai.

“Po mūsų kojomis smėlis tebebuvo labai šaltas. Arabai ir žiema, ir vasarą dykumoje mūvi kojines, numegztas iš šiurkščios juodos vilnos. Niekas iš mūsų tokių kojinių neturėjo, todėl mūsų kulnai skilinėjo nuo šalčio. Vėliau tie įtrūkimai pagilėjo ir ėmė labai skaudėti” (Wilfred Thesiger. “Arabijos smėlynai”).

Nebandykite vaikščioti basomis, nes tikriausiai jūsų pėdos nėra sukietėjusios. Jei avite pusbačiais ar batais, apriškite juos kartu su kulkšnimis kokia nors medžiaga, kad į vidų nepatektų smėlio. Vis patikrinkite, ar jo ten nepateko, nes smėlis gali pažeisti kojų odą. Kai ausitės, būtinai patikrinkite, ar į avalynę neįlindo skorpionas arba koks kitas pavojingas gyvis.

Jei jūsų apavas plonapadis, galite prisirišti papildomą padą (pavyzdžiui, gumos gabalą iš išorės) arba į batą įdėti

vidpadį (pavyzdžiui, fetro gabaliuką). Šios priemonės sumažins karštį.

BŪSTAS

Kokį būstą pasirinksite, daugiausia priklausys nuo aplinkybių ir nuo prienamų medžiagų. Jei jūs, tarkime, esate netoli sudužusio lėktuvo, visai išmintinga susirešti būstą prie jo, kad gelbėtojai gana lengvai jus pastebėtų. Statydami būstą, pasvarstykite, kiek turite laiko ir energijos. Geriau statytis rytą ir vakare, o dieną nuo karščio pratūnoti po laikina priedanga.

BŪSTO VIETA

Jei esate netoli akmenuotų uolienu atodangų ar uolu, laikykite, kad būstą turite, bet nepamirškite, kad jame gali glaudis nepageidaujami vabzdžiai, gyvatės ir kitokie gyviai. Nekonstruokite būsto lomoje: jei kas, gali užtvindyti. Paieškokite plyšių žemėje. Jos gali jums būti būsto pagrindas.

Būsto rūšys

Uolos atodanga su drobe ar kita medžiaga

Angą nuo viršaus iki apačios uždenkite drobe, savo pončū ar kita medžiaga. Galus prispauskite akmenimis, smėliu ir t. t. Apsižiūrėkite, ar lietaus vanduo, srūdamas uola, nepateks į jūsų būstą.

Būstas smėlėtoje vietoje

Arba pasinaudokite jau esama kopa, arba supilkite naują smėlio kauburį. Turimą medžiagą kuo nors (net smėliu) prispauskite kauburio viršuje, ištieskite ją

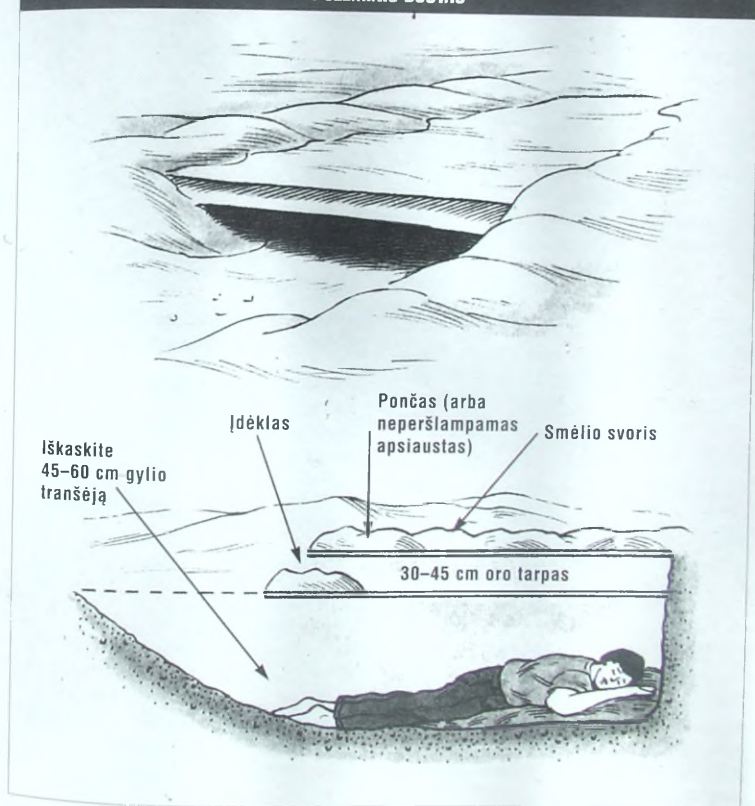
iki apačios ir vėl prispauskite apatinį kraštą.

Bet kokios rūšies būstui du medžiagų sluoksniai geriau negu vienas. Tarp jų palikite apie 40 cm tarpą, ant viršutinio sluoksnio užtieskite kokios šviesios spalvos medžiagą, kad atspindėtų saulės spindulius.

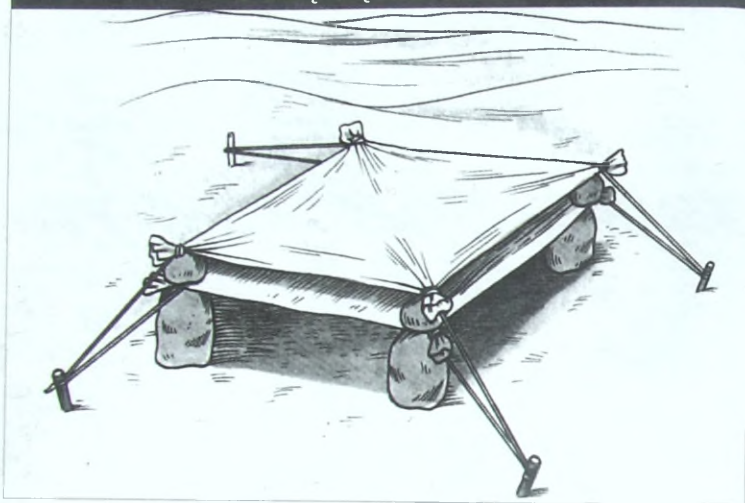
Požeminis būstas

Įsirengti šiam būstui reikės daugiau laiko, todėl geriau darbuokitės, kai temperatūra būna žemesnė. Suraskite idubimą žemėje — tinkamą vietelę tarp akmenų — ir iškaskite maždaug 60 cm gylio tranšėją. Įsitikinkite, kad galite joje patogiai gulėti ir laikyti turimus daiktus.

POŽEMINIS BŪSTAS



IŠ KETURIŲ PUSIŲ ATVIRA PRIEDANGA



tus. Ant tranšėjos užtieskite kokią nors medžiagą. Jei kasėte smėlyje, smėlį pilkite į tris puses, kad turėtumėte kuo prispausti medžiagos kraštus. Jei turite daugiau medžiagos, užtieskite ir antrąjį sluoksnį, palikę 45 cm tarpą.

Iš keturių pusių atvira priedanga

Šis būstas palyginti su požeminiu yra paprastesnis. Įrengimo principas toks: visi būsto šonai atviri, pritvirtinkite medžiagos kampus.

VANDUO

Dykumoje vanduo, be abejonės, kur kas svarbesnis už maistą. Jei turite maisto, bet neturite vandens (arba turite jo labai mažai), valgykite saikingai, kol rasiite šviežio vandens ir papildysite savo atsargas, nes suvalgytas maistas didina

VANDENS SUNAUDOJIMAS

Vandens kiekio, kurio reikia kas 24 valandas palaikyti organizmo vandens balansui poilsio sąlygomis, panaudojimas:

°C	JAV/JK	pintos/litrai
35°	81/2/7	4
32°	61/2/51/4	3
27°	2/13/4	1

Tarkime, jūs turite 1 litrą vandens. Maksimali temperatūra pavėsyje yra 43°C. Visą laiką gulėdami pavėsyje, jūs turėtumėte atsilaikyti tris su puse dienos. Jei ilsėsitės dieną, o naktį keliausite nueidami apie 40 km, atsilaikysite dvi su puse dienos.

IŠDŽIŪVUSI UPĖS VAGA



troškulį. Jei turite vandens, susidarykite protingą racioną. Atsigerkite tiek, kad prablaivėtų galva ir galėtumėte lengviau planuoti, kaip rasti kitus vandens šaltinius.

Dehidracija

Net ir esant normaliai temperatūrai, per 24 valandas suaugusio žmogaus organizmas per prakaitą, kvėpavimą, šlapimą pašalina mažiausiai 1,5 litro van-

dens. Karštu oru netenka ma 2–5 litrų, o esant didelei fizinei įtampai — 10 litrų vandens. Kai temperatūra siekia (38°C), eidami per valandą išprakaituosite 1 litrą vandens.

Riebalams suskilti reikia daugiau vandens nei krakmolui ar cukrui, t. y. angliavandeniams.

Jei turite galimybę išsirengti būstą, lindėkite jame per karščiausias paros valandas: šitaip mažiau išgarinsite vandens iš organizmo.

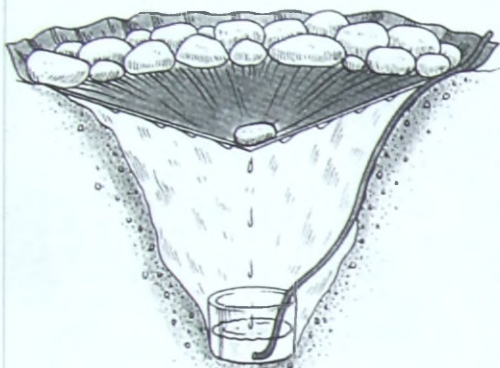
Kalahario bušmėnai turi tokį vandens radimo metodą. Išdžiūvusios upės vagos giliausioje vietoje iškasa beveik per visą rankos ilgį duobutę, kol pasiekia šlapią smėlį. Paskui paima maždaug 1,5 m ilgio vamzdelį, padarytą iš minkštavidurio augalo kamieno, vieną jo galą apie 10 cm apsuka sausa žole. Šį vamzdelį bušmėnai įstato į duobutę, apkasa smėliu, kojomis dar aplink sumindo. Apie dvi minutes stipriai

traukia orą per vamzdelį. Ilgainiui į burną ima rinktis vanduo. Turime pasakyti, kad šitaip išgauti vandenį reikia didelės praktikos.

Vandenį galima išsunkti iš smėlio ar purvo susukus juos į mėdžiagą ir išgręžiant į indą.

Kai lyja, pasistenkite ištiesti brezentą ar įdervuotą drobę taip, kad vanduo rinktųsi į centrą.

SAULĖS DISTILIATORIUS



Saulės distiliatorius

Šaltesniais mėnesiais naktį iškrenta rasa. Efektyviausias būdas surinkti šią rasą — įrengti saulės distiliatorių.

Augalai, tiekiantys vandenį Kaktusas

Nupjaukite kaktuso kamieno viršūnę ir išsiurbkite vandenį spausdami ar maigydami augalą. Minkštimo nevalgykite, o tik iščiulpkite sultis.

Datulinė palmė

Įpjaukite apatinę šaką prie kamieno, — iš įpjautos vietos sunksis skystis.

SAULĖS DISTILIATORIAUS ĮRENGIMAS

Reikalingos medžiagos:
0,5 m² plastikinės plėvelės
Indo vandens rezervuarui
Vamzdelio gėrimui
Akmenų

Pirmiausia iškaskite apvalią maždaug 1 m skersmens ir 0,6 m gylio duobę saulėtoje vietoje. Duobės dugne dar iškaskite duobutę vandens rezervuarui. Kuo jis platesnis, tuo daugiau vandens surinks. Vieną vamzdelio galą įstatykite į indą, kitą palikite ant duobės krašto. Duobę uždenkite plastikine plėvele. Jos kraštus apdėkite smėliu (žemėmis...).

Centre, tiesiai virš rezervuaro, uždėkite kumščio didumo akmenį. Patikrinkite, ar viduje plėvelė neliečia duobės kraštų, nes vanduo susigers į juos. Per 24 valandas rezervuare turėtų susirinkti mažiausiai 0,5 litro vandens, o gal net 1 litras. Vanduo distiliuotas, todėl jį galite gerti nesibaimindami. Siurbkite iš vamzdelio per šiaudelį.

Vien šito vandens gali nepakakti, kad išgyventumėte. Beje, plėvelės paviršius tinka rinkti ir lietaus vandeniui.

VANDENS SURADIMAS

Ieškokite:

- Slėnių, lomų, vandens gyslių. Vanduo renkasi žemiausiose vietose, upės vagos vingiuose.
- Gyvulių, paukščių, vabzdžių judėjimo krypties. Sekite gyvūnų pėdomis ir išmatomis.
- Bet kokios žalumos. Ypač palmių.
- Debesų, žaibo ar lietaus tolumoje. Eikite ta kryptimi.
- Uolų papėdės ar atodangos. Vandens gali būti plyšiuose ar duobutėse.
- Olų ir plyšių. Nepraleiskite bet kokio drėgmės ženklo ar vandens lašėjimo. Jis gali liudyti apie didesnes vandens atsargas. Į tokias vietas įkiškite vamzdelį ir siurbkite vandenį.
- Bet kokių žmonių statinių: ten gali būti vandens gręžinys. Ieškokite gyvūnų sukiėtėjusių išmatų krūvos. Ji gali rodyti vandens duobutę.
- Akmeningose vietose vandens šaltiniai kartais būna užpustyti smėlio. Pakasinėkite vietoje, kur atrodo, jog galėtų būti susirinkusio vandens.
- Jei suradote sūroko vandens, kuris jums atrodo neskanus, ieškokite šaltinio, kur vanduo gaivesnis.

Baobabas

Per lietingą sezoną jo storas kamienas gausiai prirenka vandens.

Opuncija

Vandens turi ir vaisius, ir lapai.

Saksaūlas

Šio didelio krūmo ar medžio akytoje žievėje yra vandens. Išspaudę didelį kiekį jo žievės, galite laikyti svarbiu vandens šaltiniu dykumoje.

Ažuolo šaknys

Australijos vandenmedžio ir dykumų azuolo šaknys glūdi pačiame paviršiuje. Jas galima lengvai nukirsti ir iščulpti iš juo drėgmę.

Vandens gryninimas

Jei turite, panaudokite vandens gryninimo tabletes. Jei nežinote, kaip aukš-

tai esate jūros lygio atžvilgiu, vandeni virinkite 10 minučių. Ilašinkite 2 ar 3 lašus jodo į 1 litrą vandens ir leiskite pastovėti 30 minučių.

MAISTAS

Dykumoje vanduo svarbiau už maistą, bet ir maisto kaip ir vandens ten negausu. Skaitykite X skyrių apie spastų spendimą, žukle ir augalinį maistą, jame parašyta, kokių augalų reikia vengti. Ten rasite, kaip nustatyti, ar augalas valgomas.

Valgomi augalai

Abalas

Aptinkamas Šiaurės Afrikos, Viduriniųjų Rytų ir Vakarinės Indijos dalies dykumų rajonuose. Augalas panašus į sluota. Jo žalios šakutės pavasarį pražysta. Žiedai valgomi.

Akacija

Daugiausia auga Afrikoje ir Australijoje. Išsikerijos, neaukštas medis smulkiomis lapeliais. Žiedai — ryškiai geltoni kamuoliukai. Žievė pilkšva. Jauni lapeliai, žiedai ir ankštytės valgomi ir žali, ir virti.

Agava

Auga Centrinėje Amerikoje, Karibuose, vakarinėse JAV ir Meksikos dykumose. Augalo lapai mesingi, pilkai žali, standūs, dygliuoti, išsidėstę skrotele. Žiedynkotis aukštas. Žiedai balti arba gelsvi. Žiedai ir pumpurai valgomi virti.

Agava



Baobabas

Auga Afrikos savanose, dalyje Australijos ir Madagaskare. Jo į butelį panašaus kamieno diametras gali siekti net iki 9 m. Lapai tinka sriubai. Vaisius, dar vadinamas beždžionių duona, valgomas.

Datulinė palmė

Gimtinė — Šiaurės Afrika, pietvakarių Azija ir Indija. Kamienas tiesus ir šurkštus. Užauga iki 18 m aukščio. Lapai tamsiai žali. Prinokę vaisiai geltonai oranžinės spalvos. Juose yra 58 procen-

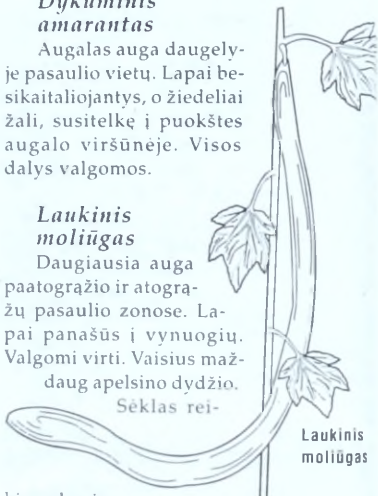
tai cukraus, 2 procentai riebalų, baltymų ir mineralų. Lapus galima naudoti stogui dengti. Pluoštas irgi duoda naudos: pavyzdžiui, galima vyti virves.

Dykuminis amarantas

Augalas auga daugelyje pasaulio vietų. Lapai besikaitaliojantys, o žiedeliai žali, susitelkę į puokštes augalo viršūnėje. Visos dalys valgomos.

Laukinis moliūgas

Daugiausia auga paatogrąžio ir atogrąžų pasaulio zonose. Lapai panašūs į vynuogių. Valgomi virti. Vaisius maždaug apelsino dydžio. Sėklas reiki-



Laukinis moliūgas

kia pakepinti. Žiedus galima valgyti žalius. Stiebą kramtykite tada, kai norėsite atsigeriti vandens.

Cezalpinija

Auga Viduržemio jūros regione, Viduriniuosiuose Rytuose ir Šiaurės Afrikoje. Keičia lapus. Ankštyse kietos apskritos sėklos. Jaunas ankštis galima valgyti ir žalias, ir virtas. Iš sutrintų sėklų galima gaminti košę.

Opuncija

Auga atogrąžų ir paatogrąžio zonose. Krūmai, kartais medžiai. Stiebas nariuotas, dygliuotas. Žiedai dideli raudoni, geltoni, oranžiniai. Vaisius panašus į uoga, mesingas. Valgomas.

Dykumos gyvūnija

Žiūrėkite X skyrių, kur išsamiau rašoma apie spastų gyvūnams spendimą.

Vabzdžiai

Vabzdžiai yra vertingas baltymų šaltinis. Jų galima rasti drėgnose, pavėsingose vietose, taip pat po akmenimis, olose. Būkite atsargūs, nes tokiose vietose glaudžiasi ir skorpionai, vorai, gyvatės. Dideliems vabzdžiams nutraukite sparnus ir plaukuotas kojas, o nuo vabalų nulupkite „šarvus“. Juos patartina išvirti, kad nesuvalgytumėte visokių parazitų. Vabzdžių lervos irgi valgomos. Galima juos sutrinti ir įmaišyti į augalinį patiekalą.

Ropliai

Tai dar vienas geras baltymų šaltinis, bet saugokitės nuodingų, kurių gali būti pavėsingose vietose, olose, plyšiuose. Valgomų roplių geriau ieškokite vėsesniu paros metu, bet tik ne nuodingų. Artinkitės prie jų, apsiginklavę dvišaka lazda ir vėzdu. Driežų gali įkristi į saules distiliatorių.

NUODINGOSIOS GYVATĖS

Amerika

Mohavio barškuolė

Labai nuodinga. Veisiasi Mohavio dykumoje, Kalifornijoje, Nevadoje, Arizonoje, Teksase, Meksikoje. Blyški ar smėlio spalvos su rombo formos dėmėmis, apjuostomis šviesios spalvos žvynais. Aplink uodegos galiuka — lankai. Vidutinis ilgis — iki 75 cm. Didžiausios siekia 1,2 m.

Deimantnugarė Vakarų barškuolė

Labai nuodinga. Gyvena Arizonoje, Kalifornijos pietryčiuose, Naujojoje Meksikoje, Oklahomoje ir Teksase. Švie-

sios buivolo odos spalvos su tamsesnėmis rudomis rombo formos dėmėmis. Ant uodegos galiuko stori juodos ir baltos spalvos lankeliai. Vidutinis ilgis — 1,5 m, didžiausios — iki 2 m.

Afrika ir Azija

Bumslangas

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Sacharoje. Žalios ar rudos spalvos. Vidutinis ilgis — 60 cm. Maksimalus — 1,5 m.

Egipto kobra

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Afrikoje, Irake, Sirijoje, Saudo Arabijoje. Juodos, geltonos ar tamsiai rudos spalvos su rudomis skersinėmis juostelėmis. Galva kartais juoda. Vidutinis ilgis — 1,5 m, maksimalus — 2,5 m.

Raguotoji dykumos gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Afrikoje, Arabijos pusiasalyje ir Afganistane. Blyškios buivolo spalvos su žvyneliu virš kiekvienos akies. Vidutinis ilgis — 45 cm, maksimalus — 75 cm.

Makmahono angis

Labai nuodinga. Aptinkama Izraelyje, Libane, Jordanijoje, Sirijoje ir Turkijoje. Žaliai rudos spalvos su zigzagu nugaroje.

Palestinos gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Vakarų Pakistane ir Afganistane. Smėliška gelšvos spalvos su tamsiai rudomis dėmėmis. Plačių žandų. Vidutinis ilgis — 45 cm, maksimalus — 1 m.

Pūstoji gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Afrikoje, Izraelyje, Jordanijoje, Irake, Saudo Arabijoje. Geltona, šviesiai ruda ar oranžinė su tamsiai rудais ar juodais dryžiais. Vidutinis ilgis — 1,2 m, maksimalus — 1,8 m.

Smėlinė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Centrinėje Afrikoje, Alžyre, Čade, Egipte, Nigerijoje, Sacharos šiaurėje, Sudane. Blyški su trimis eilėmis tamsiai rudų dėmių. Vidutinis ilgis — 45 cm, maksimalus — 60 cm.

Pjūklačvynė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Alžyre, Indijoje, Irane, Izraelyje, Jordanijoje, Egipte, Pakistane, Saudo Arabijoje, Šri Lankoje. Šviesios buivolų spalvos su rudos, raudonos ar pilkos spalvos atspalviu. Šonai šviesesni. Paprastai galva paženklinta dviem juodomis juostelėmis. Vidutinis ilgis — 45 cm, maksimalus — 60 cm.

Australija ir Okeanija

Mirties gyvatė

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Australijoje, Naujojoje Gvinėjoje. Spalva įvairi: raudona, geltona, ruda su tamsiai rudomis skersinėmis juostelėmis. Uodegos galiukas juodas. Vidutinis ilgis — 45 cm, maksimalus — 90 cm.

Taipanas

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Šiaurės Australijoje ir Naujosios Gvinėjos pietuose. Alyvuogių ar tamsiai rudos spalvos. Galva tamsesnė. Vidutinis ilgis — 1,8 m, maksimalus — 3,7 m.

Tigrinė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Australijoje, Tasmanijoje, Naujojoje Gvinėjoje. Alyvuogių ar tamsiai rudos spalvos. Papilvė geltona ar alyvuogių spalvos. Tasmanijos atmainos — juoda. Vidutinis ilgis — 1,2 m, maksimalus — 1,8 m.

NUODINGI DRIEŽAI

Nuodadantis driežas

Nuodingas. Aptinkamas Arizonoje,

Kalifornijos pietryčiuose, Naujojoje Meksikoje, Nevadoje, Jutoje. Didelė galva ir sunki uodega. Juodas su geltonos ir rožinės spalvų priemaiša. Vidutinis ilgis — 30 cm, maksimalus — 50 cm.

Karolinis Meksikos driežas

Labai nuodingas. Aptinkamas Meksikoje ir Centrinėje Amerikoje. Arba visas juodas, arba dryžuotas juodomis ir šviesiai geltonomis juostomis. Vidutinis ilgis — 60 cm, maksimalus — 90 cm.

ŽINDUOLIAI

Kaip ir ropliai, dauguma dykumos žinduolių yra naktiniai gyviai. Grauzikus galima gaudyti kilpomis temstant arba auštant (žr. X skyrių: "Spastų spendimas, žūklė ir augalinis maistas"). Arabijos orikus (arklinių antilopių pošeimio gentis) gali paguldyti taiklus šautuvo šūvis ar labai įgudusio medžiotojo ietis. (Žr. IX skyrių: "Ugnies įkūrimas, įrankiai ir ginklai"). Gobio dykumoje galima aptikti antilopių bandų. Irano ir Irako vandenys lanko kurpų, putpelės, didieji einiai (žr. X skyrių). Ieškodami gyvūnų, atkreipkite dėmesį į tokius regimus ženklus, kaip jų išmatos, takai, ganymosi vietos.

NEGALAVIMAI

Mėšlungis nuo karščio

Ji sukelia druskų netekimas prakaituojant. Paprastai atsiranda raumenyse, kurie apkrauti, — rankų, kojų, pilvo. Simptomai: negilus kvėpavimas, galvos svaigimas, pykinimas. Paguldykite negaluojančią pavėsyje ir pagirdykite vandeniu su ištirpinta druska (2 tabletės 1 litru vandens).

Išsekimas nuo karščio

Jo požymiai: nuovargis, svaigimas,

pykinimas po ilgo buvimo karštyje. Kūno temperatūra gali būti žemesnė už normalią, žmogus nuolat prakaituoja. Oda drėgna ir glebi, pulsas silpnas. Pirmiausia negaluojančią atvėsinkite ir pagirdykite (mažais gurkšneliais) vandeniu. Išsekimą nuo karščio gali lydėti mėšlungis. Gydykite atlikdami vietinį masažą.

Šiluminis smūgis

Žmogus gali mirti netekęs 12–13% vandens. Kai kūnas džiūsta, kraujas tirštėja ir negali tolygiai cirkuliuoti po organizmą. Mirtis ištinka tada, kai kraujas nebepajėgia pernešti medžiagų apykaitos karščio iš kūno gilumos iki odos.

Simptomai: karšta, sausa oda, jokio prakaito, karščių degas veidas, pakilus temperatūra, greitas, stiprus pulsas, stiprus galvos skausmas ir dažnas vėmimas. Gali netekti sąmonės.

Kuo greičiau mažinkite kūno temperatūrą. Paguldykite nukentėjusį pavėsyje taip, kad galva ir pečiai būtų truputį pakelti. Nurenkite viršutinius drabužius, sušlapinkite apatinius ir vėduokite ligo. Jei nėra vandens, išskaskite smėlyje tranšėją ir į ją paguldykite nukentėjusį.

Atgavusiam sąmonę sugirdykite vandenį, pridėję druskos (2 tabletės 1 litrui).

Tučiuojau suteikite pirmąją pagalbą (žr. VI skyrių: "Kaip išgyventi kalnuose"). Temperatūrą numuškite žemiau negu 39°C, ištrindami nukentėjusį šaltu vandeniu arba alkoholiu.

Nudegimas nuo saulės

Gali būti pavojingas, jei nudega visas kūnas. Pasistenkite apsaugoti kūną nuo saulės spindulių. Gydykite kremais, skirtais saulės vonioms, taip pat drėkinamaisiais.

Perštinčios akys

Akis gali skaudėti nuo spindesio arba į jas patekus smėlio. Gydykite boro

tepalu. Lengvai apriškite. Jei neturite tepalo, naudokite drėgną tvarstį.

Visas dykumoje gautas žaizdas ir žaizdeles kuo greičiau ištepkite antiseptiniu tepalu.

ORIENTAVIMASIS VIETOVĖJE

Kurso nustatymas

Naktys dykumoje paprastai būna giedros. Nesunku danguje rasti Pietų Kryžių, rodantį pietus. Naudokitės kompasu. Be kompas dykumoje vargu ar galėsite susiorientuoti. Yra toks metodas: eikite iki kokio nors objekto tiesia linija. Dar nepasiekę pasirinkto objekto, ta pačia kryptimi pasirinkite jau kitą objektą ir t. t.

Nuotolio nustatymas

Dykumoje nustatyti nuotolį sunku. Dėl labai švarios atmosferos objektai atrodo esą daug arčiau negu iš tikrųjų. Iš akies nustatyti nuotolį padauginkite iš trijų, jei neturite tikslesnio būdo atstumui nustatyti.

Matavimas žingsniais

Tai patikrintas nuotolio matavimas. Vidutinis žmogaus žingsnis siekia apie 0,75 m. Vadinasi, kas dešimt žingsnių nueinate 7,5 m. Geriausia, kai žinote savo žingsnio ilgį. Beje, prieš vykdami į ekspediciją, pasipraktikuokite šitaip matuoti nuotolį.

Nuotolio nustatymas laikrodžiu

Jis pagrįstas žinojimu, kad keleivis vidutiniškai per valandą nueina apie 4 km. Atsižvelkite į sunkų ėjimą, pavyzdžiui, per klampų smėlį.

Galite naudotis dviem metodais, kad nuotolį nustatytumėte kuo tiksliau.

(Plačiau apie navigaciją žr. 11 skyrių: "Orientavimasis vietovėje ir signalizavimas").

KAIP IŠGYVENTI JŪROJE

*Vanduo užima apie 71 procentą Žemės paviršiaus.
Jūra — pati pavojingiausia aplinka žmogui, todėl
norintys išgyventi jūroje neturi teisės daryti klaidų.*

VANDENYNO TEMPERATŪRA

Vandenyno paviršiaus vandens temperatūra atogrąžų regionuose būna 26°C šilumos, o poliariniuose regionuose — 1,4°C. 50 procentų viso planetos vandens temperatūra nuo 1,3°C iki 3,8°C.

PASIRENGIMAS

Palikdami laivą ar lėktuvą, pasiimkite kokių tik turite šiltus drabužius ir lengvai nešamo maisto (šokolado, saldainių). Nešokite į vandenį su išpūsta gelbėjimosi liemene: susidūrimas su vandeniu gali būti pavojingas.

VANDENYJE

Atsidūrę vandenyje, neskubėdami plaukite ir dairytės kokio nors plaukiojančio objekto, sakykite, medžio gabalo, rasto, dėžės, kurie padėtų jums iš-

silaikyti vandenyje. Jei turite, naudokitės gelbėjimosi ratu.

Jei gelbstitės iš lėktuvo, plaukite ar irklaukite prieš vėją, ypač jei lėktuvas dega. Prisiminkite, kad bet koks didelis objektas, kaip lėktuvas ar laivas, grimzdamas sukelia sūkuri, galintį įtraukti likusius gyvus žmones, todėl kuo greičiau skubėkite nuo lėktuvo ar laivo tolyn.

Jei vandens paviršiuje dega nafta, plaukite po vandeniu (turėsite išleisti orą iš gelbėjimosi liemenės). Prireikus iškilti į paviršių, numatykite laiką, reikalingą prasklaidyti degantį sluoksnį. Išnirę įkvėpkite oro ir prieš panerdami žemyn kojomis į dugną, išžiūrėkite, kur kitą kartą išnirsite įkvėpti.

Išvengę tiesioginio pavojaus, pameginkite pailsėti plūduriuodami ant nugaros vandenyje. Tai suteiks jums jėgą nuplaukti iki artimiausio gelbėjimosi rato ar didelio plūduriuojančio objekto. Jei

PASAULIO VANDENYNAI IR JŪROS

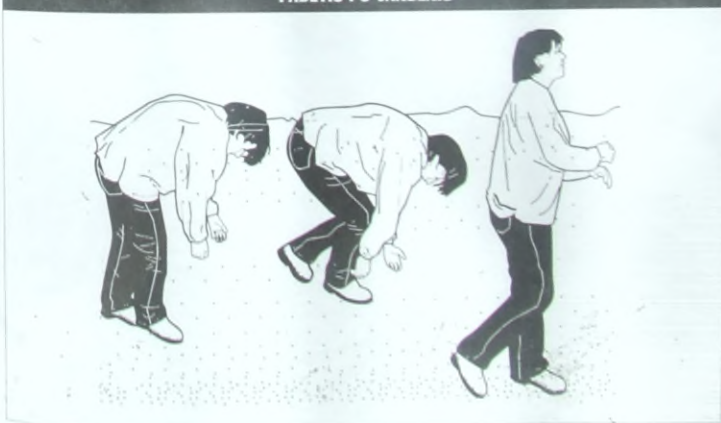
	PLOTAS KM ²
Arkties vandenynas	14 056 000
Allanto vandenynas	82 217 000
Indijos vandenynas	73 481 000
Ramusis vandenynas	165 384 000
Baltijos jūra	422 000
Hudsono įlanka	1 233 000
Šiaurės jūra	576 000
Juodoji jūra	461 000
Viduržemio jūra	2 505 000
Meksikos įlanka	1 544 000
Karibų jūra	1 943 000
Raudonoji jūra	438 000
Beringo jūra	2 269 000
Ochotsko jūra	1 528 000
Japonijos jūra	1 008 000
Geltonoji jūra	404 000
Rytų Kinijos jūra	1 248 000
Pietų Kinijos jūra	2 318 000

aplinkui tokių nėra, primkite HELP padėtį (Heat Escaping Lessing Posture — padėtis, sumažinanti šilumos netekimą). Šitaip išlaikysite kūną daugiau šilumos. HELP padėties principas — galvą laikykite virš vandens, nes daugiausia šilumos netenkama per galvą ir kaklą.

Jei neturite nieko, kas jus laikytų vandens paviršiuje, galite saugoti energiją susilenkę. Tokia padėtis leidžia jums plūduriuoti po vandens paviršiumi. Paskui pajudinkite rankas, iškišę galvą į paviršių, pakvėpuokite ir vėl grįžkite į buvusią padėtį.

Galite sau pasidaryti plūdūrą iš drabužių. Įleis-

PADĖTIS PO VANDENIU



HELP PADĖTIS



kite kiek galite daugiau oro į rankoves ar kelnų klesnes, o galus užriškite. Procedūrą turėsite nuolatos kartoti, nes oras po truputį išeis.

GELBĖJIMO PLAUSTE

Svarbiausi dalykai: išsigelbėjimas, apsauga nuo stichijos ir geriamas vanduo. Peržvelkite žemiau pateikiamą atmintinę:

- Suteikite pirmąją pagalbą pirmiausia sužeistiesiems. Jei įmanoma, perrenkite šlapius drabužius.
- Patikrinkite, kad po ranka būtų signalizavimo priemonės: signalinės raketos, radijas, vėliavėlės. Tausokite radijo baterijas, t.y. naudokite tik tuomet, kai pasirodo jūsų ieškantis lektuvas ar laivas.
- Ištraukite iš vandens bet kokią netoli

plūduriuojančią medžiagą, galinčią padidinti plausto plūdrumą.

- Patikrinkite, ar visi, esantys plauste, yra prisirišę, nes jis gali apvirsti ir nuplaukti.
- Tučtuojau nustatykite vandens racioną.
- Pasižiūrėkite, ar turite priemonių geltinti vandeniui ir įrengti saulės distiliatoriui.
- Saugokite turimas maisto atsargas.
- Laikykitės gelbėjimo plausto instrukcijos.
- Irluokite prie kitų plaustų ir laikykitės išsirikiavę į liniją per 8 m.
- Nusivilkite šlapius drabužius ir išsidžiovinkite. Pasidarykite kitus drabužius iš prieinamų medžiagų, pavyzdžiui, parašiuoto audinio.
- Šaltu oru susiglauskite drauge, kad būtų šilčiau.
- Karštu oru prisidenkite kūną nuo tiesioginių ar atspindinčių saulės spindulių.

IŠGELBĖJIMAS

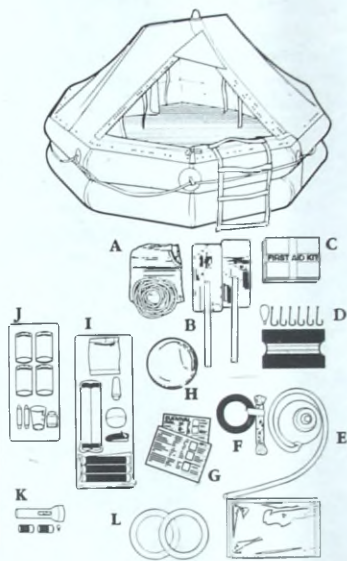
Stenkitės priartėti prie kranto, kur jus pamatytų arba kur galėtumėte išsigelbėti.

Didžiausia tikimybė būti išgelbėtiems atviroje jūroje — laikytis kuo arčiau tos vietos, kur paskutinį kartą užmezgėte radijo ryšį su gelbėtojais. Pasiilikite ten bent 72 valandas, kad jus galėtų rasti.

Tikimybė būti išgelbėtiems padidins šie veiksmai:

- Nuleiskite inkarą, kad liktumėte toje pačioje vietoje. Jūrinis inkaras laiko plaustą arti nuleidimo vietos. Kitaip plaustą neš srovė.
- Signalizavimo ir navigacijos prietaisus saugokite nuo stichijos, bet laikykite taip, kad prirėkus lengvai juos pasiimtumėte.

GELBĖJIMO PLAUSTAS IR JO TURINYS



A Jūrinis infliatoras
B Irkliai
C Pirmosios pagalbos rinkinys
D Žuviesbos rakiniai
E Dūmpleis
F Matavimas žiedas ir virvutė
G Instrukcija
H Sautuvas vandeniui iš plausto išpūsti

I Remonto įrankių rinkinėlis, signalizavimo raketas, atšarginis plausto keikėlis, kompinė, peilis
J Vanduo, skardinių atidarytuvas, puodeliai, tabletes nuo jūros ligos
K Žibintuokėlis, baterijos ir lemputė
L Izoliacijos ritinėliai

- Pasiskirstykite pareigomis (signalizuotojas, navigatorius, stebėtojas, žvejys...) prieš tai išsiaiškinę, kas ką geriausiai geba. Jei nesate vadas, vis tiek stenkitės kuo geriau atlikti jums patiktą užduotį. Nesikiškite į kitų užduotis (nebent jūsų paprašytų).
- Jūsų galva bus blaiviausia iš pradžių, kai dar būsite pavalgę ir nejusite vandens stygiaus, todėl tuomet sudarykite veiksmų planą ir laikykitės jo, kai

padėtis ims blogėti, o jūs patys imsite silpti.

- Turėkite kokį nors nuolatinį signalą, pavyzdžiui, vėliavėlę.
- Išstudijuokite instrukcijas, kaip geriausia naudotis plauste esančiomis signalizavimo priemonėmis (skaitykite XI skyrių: "Orientavimasis vietoje ir signalizavimas").
- Veskite žurnalą, kuriame žymėkite viraujančią vėją, orą, sroves, plausto igulos narių būklę. Tai padės jums navigacijoje.

SAUSUMOS IEŠKOJIMAS

Jei nesulaukėte pagalbos ir suprato, kad ir nesulauksite (tarkime, esate toli jūroje), patartina plaukti į sausumos pusę.

Jūsų gelbėjimo plaustą neš ir povandeninė srovė, ir vėjas. Jei plauostas giliai nugrimzdęs į vandenį, didesnis bus srovės poveikis, o jei iškilęs — vėjo. Nustatykite, kas jums patogiau: vėjas ar srovė. Jei vėjas stiprus, turbūt geriau išmeskite nereikalingą balastą ir iškelkite būrę.

SAUSUMOS POŽYMIAI

- Nuolatiniai kamuoliniai debesys dažnai rodo, kad po jais yra sala.
- Popiet ir vakare sausumos kryptimi skrenda paukščiai. Ryta paprastai jie skrenda į jūrą. Stebėkite paukščių skridimo kryptį.
- Lagūna suteikia žalsvą spindesį debesų apačiai.
- Plūduriuojantys augalai ir medienos gabalai gali rodyti netoli esančią sausumą.

Štai Turo Hejerdalo "Kon Tikiu per vandenyną" ištrauka:

“Sulig kiekviena praeinančia die-
na prie mūsų atskrisdavo būriai jūri-
nių paukščių. Jie sukinėdavosi virš
mūsų be tikslo ir skraidydavo viso-
mis kryptimis. Vieną vakarą, kai sau-
lė jau grimzdo į jūrą, mes aiškiai pa-
matėme, kad paukščiai energingai
veržiasi vakarų kryptimi, nekreipda-
mi dėmesio nei į mus, nei į šokinė-
jančias iš vandens žuvis. Ir visi jie
skrido tiksliai tuo pačiu kursu. Gal iš
aukštai jie matė tai, ko nematėme
mes. Gal skrido vedami instinkto.
Kad ir kaip ten būtų, jie skrido tie-
siai į artimiausią salą — į savo perė-
jimo vietą.

Mes pasukome vairo irklą ta pa-
čia kryptimi, kur dingo paukščiai.
Net sutemus virš savo galvų girdė-
jome atsilikusių paukščių, skrendan-
čių žvaigždėtu dangumi, klegesį. Jie
skrido tiksliai tuo pačiu kursu, ku-
riuo dabar plaukėme ir mes. Buvo
nuostabi naktis. Mėnuo beveik pil-
nas. Jau trečią kartą per mūsų kelio-
nę “Kon Tikiu”.

Kitą dieną virš mūsų skraidė dar
daugiau paukščių, bet mums nerei-
kėjo laukti vakaro, kad jie parodytų
kelį. Šį kartą žemai horizonte paste-
bėjome nuolatinį debesį. Vienišas de-
besis pietvakariuose nesijudino iš
vietos. Jis kabėjo vienoje vietoje kaip
koks dūmų stulpas, nors kiti debe-
sys virš jūros plaukė genami vėjo.
Lotyniškai šitoks debesys vadinamas
Cumulonimbus. Polineziečiai tokio
pavadinimo nežinojo. Bet jie žinojo,
kad po juo tyso sala. Atogrąžų sau-
lei kaitinant karštą smėlį, nuo jo
aukštyn kyla šilto oro srovė. Aukš-
čiau yra vėsiau, todėl pakilęs oras
kondensuojasi (VI skyrius: “Per Ra-
mujį vandenyną”).

IŠLIPIMAS Į KRANTĄ

Signalizuokite, jei atrodo, kad sala
yra gyvenama, ir laukite, kol iki jūsų
prisigaus gelbėtojai. Jei vis dėlto tenka
išsilaipinti patiems, rūpestingai pasi-
rinkite poziciją. Laikykitės toliau nuo
uolų ir stiprių bangų, besidaužančių į
krantą. Apiplaukite salą, kol atsidsursi-
te užuovėjoje. Stipri atoslūgio banga ga-
li nunešti jus atgal į jūrą, todėl ieškoki-
te kokio užutėkio, kur ne toks stiprus
potvynių ir atoslūgių poveikis. Jei jus
neša palei krantą ar atgal į jūrą, nei-
rkuokite prieš srovę. Palaukite, kol ato-
slūgis pasibaigs, tada jau skubėkite į
krantą.

Nepamirškite Ramiojo vandenyno
koralinių rifų — juos sunku išvengt
vandenyje. Jei jus neša prie rifo, išmes-
kite inkarą. Jis bus kliūtis. Kai banga
neš nuo rifo, inkarą iškelkite. Kai bri-
site į vandenį, apsiaukite batais, nes ei-
site per koralus ir akmenis. Ranka lai-
kykitės plausto. Leiskitės nešami į
krantą didelės bangos, tik nepaleiski-
te plausto, kol jis neatsidurs ant sau-
sumos.

Štai ką rašo Turas Hejerdalas savo
knygoje:

“Mes pririšome ilgiausią turimą
virvę prie savos gamybos inkaro ir
kairiojo stiebo apačios, kad “Kon Ti-
kis” patektų ant stiprios bangos “uo-
degos” anksčiau, negu išmesime in-
karą. Inkarą buvome padarę iš tuščių
vandens skardinių, prigrūdę į jas iš-
naudotų baterijų ir kitokio sunkaus
šlamšto bei sunkių mangrovų medie-
nos gabaliukų.

Pirma ir paskutinė mūsų taisyklė
buvo tokia: “Laikykitės plausto!” Kad
ir kas būtų, privalėjome išsilaikyti ant
denio ir leisti devyniems plausto ras-

tams atlaikyti rifo poveikį. Jei būtume nušokę nuo plausto, mus būtų įtraukusi srovė ir būtume tapę aštrių koralų aukomis (VII skyrius: "Pietų jūros salų link")."

Jeigu jums tenka plaukti į krantą, plaukite apsilvilę drabužiais ir laikydami kojas kuo arčiau paviršiaus, kad apsisaugotumėte nuo aštrių akmenų.

GERIAMASIS VANDUO

Paprastai žmogui reikia mažiausiai 0,5 litro per dieną, nors tam tikroms aplinkybėmis ir vyrai, ir moterys gali išgyventi be vandens apie 10 dienų. Atminkite:

- Negerkite pirmąsias 24 valandas arba kol nepradės skaudėti galvos.
- Karštu oru venkite saulės, drėkinkite drabužius, kad būtų vėsiau, tik neperšlapkite ir nepilkite į plāustą jūros vandens.
- Fizinė įtampa turi būti minimali, ypač karščiausiu paros metu.
- Jie jus pykina, gerkite tabletes nuo pykinimo. Vemiant organizmas netenka daug vandens.
- Nebandykite gerti jūros vandens. Nemaišykite jo į gėlą vandenį: jis sukelia vėmimą.
- Negerkite alkoholio: jis tik padidina vandens trūkumą organizme.
- Jei neturite pakankamai vandens, nevalgykite: suvalgytas maistas absorbuoja vandenį iš jūsų organizmo. Karštu oru maistas ne tiek svarbus, kiek vanduo.
- Dairykites lietaus ir pasistenkite surinkti jo vandens į brezentinius ar kitokius rezervuarus. Laikykite jo tiek, kiek pakelia plaustas. Gerkite po truputį, kad nesukeltumėte vėmimo. Ge-

riau leiskite savo organizmui absorbuoti vandenį, užuot perpildę skrandį. Prieš nurydami palaikykite vandenį burnoje, kad sudrėktų ir ji, ir jūsų lūpos.

SAULĖS DISTILIATORIUS

Gelbėjimo plauste turėtų būti saulės distiliatorius. Atidžiai perskaitykite instrukciją. Paprastai distiliatorius neveikia, jei jūra yra gana nerami.

LEDKALNIAI

Senas ledas būna praradęs sūrumą, naujas — ne. Seną ledą galite pažinti iš lygių kontūrų ir melsvesnio atspalvio. Nesiartinkite prie jokio didelio ledkalnio, kad jūsų plausto neištiktų avarija ar jis staiga neapsiverstų.

MAISTAS

Patartina nevalgyti kiek galite ilgiau. Kai stokojate vandens, alkį geriau malšinkite angliavandeniais, pavyzdžiui, saldainiais, jeigu turite.

Prieinamiausias maisto šaltinis yra žuvis, bet prisiminkite — nevalgykite jų per daug, kai trūksta vandens. Žuvis ir jūros žolės turi daug baltymų, todėl tokio pobūdžio maistui suvirškinti reikia didesnio kiekio organizme esančio vandens.

Toliau nuo kranto besiveisiančios žuvis paprastai nenuodingos, o tarp arčiau kranto plaukiojančių pasitaiko nuodingų.

Žuvų gaudymas

- Saugokite rankas ir laikydami valą, ir traukdami žuvį.

- Mažytes žuvelės naudokite kaip jauką (joms gaudyti suregzkite tinklą). Jos tinka ir maistui.
- Netempkite jokios per didelės žuvies. Ir nežvejokite, jei arti yra ryklių.
- Lengviau sugauti žuvį, kur jos plaukioja turtai, bet prisiminkite, kad tą žino ir rykliai bei barakudos.
- Kabliuku nepradurkite gelbėjimo plausto.
- Ką tik pagautas žuvis išdarinėkite (žr. X skyrių: "Spąstų spendimas, žūklė ir augalinis maistas"). Jei tuoj pat nesusvalgote žuvų, išdžiovinkite jas prieš saulę. Bet džiovintas žuvis gali valgyti tie, kas turi pakankamai vandens.
- Be žvejojimo kabliukais, didesnes žuvis galite nudurti prie irklo galo prireikę peilį. Tik būkite atsargūs: neapverskite plausto ir venkite kitų pavojų.

Paukščiai

Visi jūriniai paukščiai yra valgomi. Juos galite pagauti ir kabliukais: prikaišioti juį ir žuvytes, pririštas ir traukiamas paskui plaustą; kabliukai įstrigs paukščių snapuose ar gerklėse. Galite paukščius gaudyti ir kilpomis, į kurias įspainios jų kojos.

Jūros augalai

Galite valgyti, jei jie be kvapo ir stangrūs. Nevalgykite glebių. Išsišakojusios jūrų žolės gali būti sukaupusios skrandį dirginančių rūgščių. Nepamirškite, kad prie žolių gali būti prikibusių įvairių jūros gyvių. Prieš valgydami pasižiūrėkite.

PAVOJINGI JŪROS GYVIAI

Rykliai

Kai kurie rykliai yra mirtinai pavojingi.

Saugokitės visų ryklių ir stenkitės nepatraukti jų dėmesio. Rykliai lengvai randa judantį objektą, plaukia ten, kur kraujas ar kitokios yrančios organinės medžiagos. Atminkite:

- Kuo greičiau gydykite šleikštulį. Jei vis dėlto nesusilaikote, nevemkite už plausto borto. Išmeskite vėmalus nuo toliau nuo plausto taip, kad srovė juos neštų į šalį.
- Ribokite vienu metu į vandenį išmetamo šlapimo ir fekalijų kiekį.
- Jei įsijovėte, tučtuojau sustabdykite kraujavimą.
- Nenuleiskite kojų nuo plausto į vandenį. Būkite atsargūs, jei pririekia taisyti plaustą panerus į vandenį.
- Plešrūnai rykliai paprastai puola gyvūną, parodantį silpnumo požymius. Užpulti rykliai, rėkite, pliaukšėkite per vandenį, spardykite, daužykite, stumkite ryklį lazda. To dažnai pakanka įtikinti jį pasitraukti.
- Jei vandenyje yra daugiau žmonių, visi susiglauskite nugaromis ir stipriais, reguliariais smūgiais muškite per vandenį. Ryklis pajus užtikrintus smūgius.
- Jauskite rykliui pyktį, o ne baimę.

Spiralinis moliuskas

Labai nuodingas. Panašus į kūginius moliuskus, bet siauresnis ir silpnesnis nuo jų.

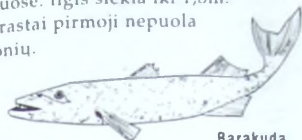


Spiralinis moliuskas

Barakuda

Potencialiai pavojinga. Tai ilga žuvis su atsikišusiu apatiniu žabtu. Aptinkant

ma Atlanto, Indijos, Ramiajame vandenynuose. Ilgis siekia iki 1,8m. Paprastai pirmoji nepuola žmonių.



Barakuda

Mėlynžiedis aštuonkojis

Mirtinai nuodingas. Dažniausiai aptinkamas Australijos povandeninėse uolose. Pilkai baltas su mėlynos spalvos žiedais. Prisiminkite, kad visi aštuonkojai keičia spalvą, todėl būkite atsargūs. Vienas jų gali tapti jūsų mirties priežastimi.



Kūginis moliuskas

Mirtinai nuodingas. Aptinkamas atogrąžų regionuose. Siaurajame kūgio gale yra angelė, pro kurią gyvis išleidžia nuodingą adatą. Nuo įdūrimo galima mirti.



Kūginis moliuskas

Žuvis dygliakiaulė

Nuodinga. Žalsva su juodais taškais ant nugaros. Nugara išlinkusi labiau už apatinę kūno dalį ir šonus. Pajudinta susitraukia į kamuolį.

Fizalija

Aptinkama daugiausia atogrąžų van-

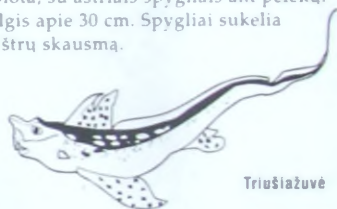
denyse, bet gali gyventi ir Europos vandenynėse. Kūnas 15 cm, bet čiuptuvai gali siekti iki 12 m ilgio. Sukelia didelį skausmą, bet nuo jos nemirštama.

Dygliapilvė žuvis

Nuodinga. Taškuota žalios ir juodos spalvos taškais. Paliesta susitraukia į kamuoliuką.

Triušiažuvė

Labai nuodinga. Taškuotai žalia, suplota, su aštriais spygliais ant pelekų. Ilgis apie 30 cm. Spygliai sukelia aštrų skausmą.



Triušiažuvė

Šlakuotoji skorpėna

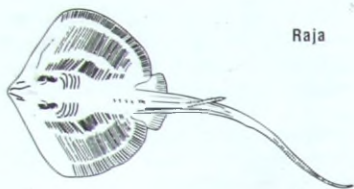
Labai nuodinga. Aptinkama Ramiojo ir Indijos vandenynų rifuose. Į ešerį panaši žuvis su didele spygliuota galva.



Šlakuotoji skorpėna

Rajos

Labai nuodingos. Paprastai aptinkamos šiltuose vandenynėse, bet vasaros metu pasitaiko ir vėsesniuose. Disko arba rombo pavidalo, tamsios spalvos su ilga, botaga primenančia uodega. Uodega gali palikti rimtą žaizdą, ypač tuo pasižymi elektrinės rajos.



Raja

Jūrų pūgžlys

Labai nuodingas. Aptinkamas negiliose Ramiojo ir Indijos vandenynų pakrantėse, pelkynuose. Dėl dengiamos spalvos sunkiai pastebimas. Užmintas skausmingai įduria. Kartais įdurimas būna lemtingas.



Jūrų pūgžlys

Kardžuvė, marlinas, durklažuvė, pjūklažuvė

Visos jos yra stambios žuvis su nušmailėjusiu viršutiniu žandu. Paprastai nepavojingos, bet užpultos ir sužeistos reaguoja į užpuoliką. Geriau jų nekliudykite, nes smagialio dūris gali būti lemtingas. Teko matyti, kaip kardžuvė puolė medinę valtį.



Kardžuvė

Peiliažuvė

Labai nuodinga. Atogrąžų vandenu žuvis ryškiai mėlynos ar žalios spalvos. Ir plokščia, ir apskrita. Tegul jūsų neapgauna graži šios žuvies išvaizda, nes spygliai, ypač prie uodegos, palieka skausmingą žaizdą.

Rupūžinė žuvis

Labai nuodinga. Išvaizda nei žuvies, nei rupūžės. Žiemą praleidžia įsiraususi dumble. Aptinkama ir giliuose, ir sekliuose vandenyse. Aštrūs spygliai prie žiaunų ir pirmasis nugaros spyglys palieka skausmingą įdurimą.



Rupūžinė žuvis

Jūrų drakonas

Nuodingas. Tamsus, su jūros dumblių pavidalo žalsvomis dėmėmis šonuose ir papildėje, stačiais nugaros dygliais.

Tunas

Potencialiai pavojingas. Didelis tunas gali nukąsti galvą delfinui, todėl jei plaukiate mažu plausteliu, laikykitės nuo jo atokiau, nors tunas ir skanus valgyti.

Burinė zebražuvė

Labai nuodinga. Ilgakūnė zuvytė (apie 30 cm) būna įsiraususi į smėlį. Žandai dideli ir užriesti į viršų, akys galvos viršuje. Pelekuose du nuodingi spygliai, paliekantys skausmingą dūrį.

Apskritai būkite atsargūs su lagūnų ir rifų žuvimis, o ypač su tomis, kurios iš žandų panašios į papūgą, o ant pilvo turi mažyčius pelekus.

NAVIGACIJA JŪROJE

Jeigu jūsų gelbėjimo plaustas gerai įrengtas, jame turi būti navigacijos prietaisai su instrukcija. Jei neturite tokių įprastų prietaisų kaip kompasas ar sekstantas, jums gali padėti štai tokie metodai.

Saulės kelio metodas

Saulės disko azimutas dėsningsai kinta paros eigoje. Jei esate šiauriau nuo 23,5° šiaurės platumos, aukščiausiai paros eigoje pakilęs saulės diskas rodytų pietus. Jei esate piečiau nuo 23,5° pietų platumos — šiaurę. Jei esate tarp šių dviejų platumų, saulės kelias kis priklausomai nuo metų laikų.

Apytiksliai šešios valandos iki vidurdienio (laiko, kuomet saulė pakyla paros eigoje aukščiausiai) saulės diskas bus rytuose, o šešios valandos po vidurdienio — vakaruose, t.y. per vieną valandą saulės azimutas pakinta 15°. Tiksliai saulės azimutas gali būti apskaičiuotas astronominėmis formulėmis.

Laikrodžio metodas

Tarp saulėtekio ir saulėlydžio ir tarp šiaurės bei pietų platumų, parodytų lentelėje (60° šiaurės ir 30° pietų platumos), jūs galite apytikriai nustatyti kryptį su laikrodžiu. Nukreipkite rankinį laikrodį į saulę. Taškas, esantis pusiaukeleje tarp

valandų rodyklės ir dvyliktos valandos maždaug tiksliai parodys, kur pietūs, jei esate šiauriniame pusrutulyje; arba šiaurę, jei esate pietiniame pusrutulyje. Tačiau, jei esate tarp 23,5° šiaurės ir 23,5° pietų platumos, šis metodas neduos naudos.

Žvaigždžių metodas

Nakties žvaigždės — tikros vadovės. Navigatoriai jomis naudojosi tūkstantčius metų. Šiaurinio pusrutulio kėlrodė yra Šiaurinė, rodanti šiaurės polių. Ji priklauso Mažosios Meškos, arba Mažųjų Grįžulo Ratų, žvaigždynui. Danguje ją galima rasti vedant liniją tarp dviejų ryškiausių Didžiosios Meškos, arba Didžiųjų Grįžulo Ratų, žvaigždyno žvaigždžių (žr. XI skyrių: "Orientavimasis vietovėje ir signalizavimas").

Be sekstanto ir navigacijos lentelių galėsite tik apytikriai nustatyti platumą, matuodami kampą nuo Šiaurinės žvaigždės iki horizonto. Penkių laipsnių skirtumas gali suklaidinti net per 300 jūros mylių.

Pietų pusrutulyje vadovaukites žvaigždynu, vadinamu Pietų Kryžiumi. Keturių ryškiausių žvaigždės sudaro kryžių, pasvirusį į šoną. Veskite liniją per dvi labiausiai nutolusias žvaigždes, pratęskite ją penkis kartus toliau už ašį tarp šių dviejų žvaigždžių. Tame taške, kur baigsis įsivaizduojama linija, ir bus pietūs.

SAULĖS TEKĖJIMO LENTELĖ

PLATUMA	KOVO 21	GEG. 5	BIR. 22	RUGP. 9	RUGS. 23	LĀPK. 7	GRUOD. 22	VAS. 5
60° šiaurės	89	55	37	55	89	122	140	122
30° šiaurės	90	71	63	71	90	108	116	108
0° pusiaujo	90	74	67	74	90	106	113	106
30° pietų	90	72	64	72	90	104	117	109

ORAS JŪROJE

Jūreiviai žino ženklus, rodančius, kad oras gali keistis. Du geriausi indikatoriai yra vėjas ir debesys. Žinodami vėjo kryptį ir pasikeitimus, debesų tipus ir jų pranašaujamą orą, jūs geriau pasirengsite netolimai ateičiai.

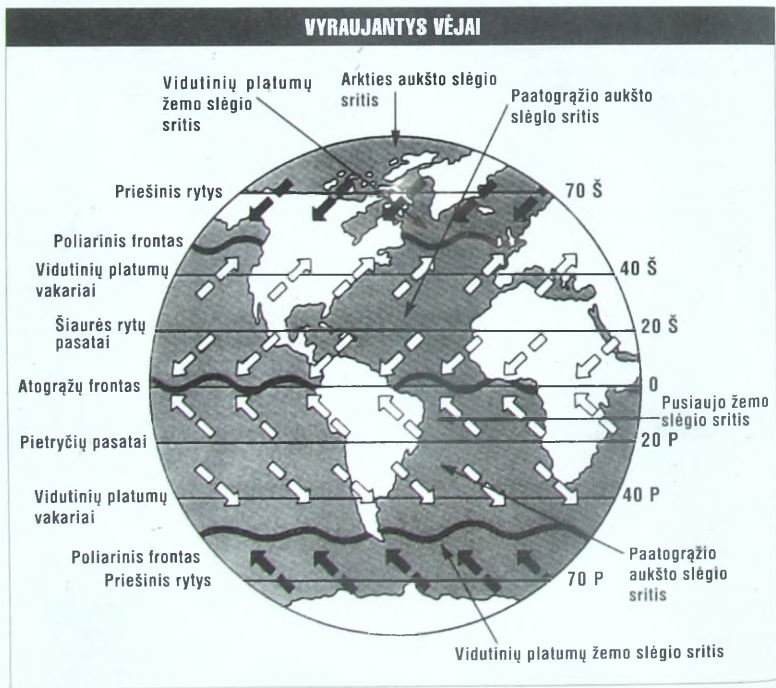
VĖJAI

Tai oro judėjimas horizontalia kryptimi iš aukšto atmosferos slėgio srities (anticiklono) į žemo slėgio sritį (cikloną). Dėl žemės sukimosi kreipiančiosios jėgos aplink žemo slėgio centrų šiaurės pusrutulyje vėjai spirališkai

krypsta prieš laikrodžio rodyklę, o Pietų — pagal laikrodžio rodyklę. Aplink aukšto atmosferos slėgio centrų vėjai krypsta priešinga kryptimi.

Maždaug tarp 10° šiaurės ir 10° pietų platumų yra žemo slėgio ir karšto oro zona. Ji žinoma kaip ekvatorinė štilio zona (be vėjo). Šios zonos kraštuose kilę vėjai suformuoja tamsius kamuolinius debesis ir gausius lietus. 30° šiaurės platumos ir 30° pietų platumos nuo pusiaujo yra aukšto slėgio lengvai besikeičiančio vėjo juostos. Oras, judantis iš tų platumų į pusiaujo štilio zoną, vadinamas pasatu, arba vyraujančiu žemesnių platumų vėju.

Šiaurės pusrutulyje vyraujantis vė-



jas, kuris pučia iš šiaurės į pietus link pusiaujo, vadinamas šiaurės rytų pasatu. Tačiau jis nepučia tiesiai iš šiaurės į pietus, nes Žemė sukasi. Atitinkamas vėjas, pučias iš pietų į šiaurę Pietų pusrutulyje, vadinamas pietryčių pasatu.

Vidurio platumose vyraujantis vėjas vadinamas vakariu, nors kasdien jo kryptį gali keisti daugybė veiksnių. Vasarą žemynai yra žemo slėgio zonos, pritraukiančios vėjus iš šaltesnių vandenynų. Žiemą žemynuose slėgis būna aukštesnis, todėl vėjai pučia į šiltesnius vandenynus.

Vietiniai vėjai (brizai)

Vasaros dieną žemynas šiltesnis už vandenyną, bet naktį šaltesnis. Todėl dieną brizai pučia į krantą, o naktį — iš žemyno į jūrą. Šis reiškinyss būdingas 50 km pločio juostai virš žemės ir jūros.

Vandenyno srovės

Vyraujantys vėjai formuoja vandenyno sroves (žr. žemėlapi žemiau).

Debesys

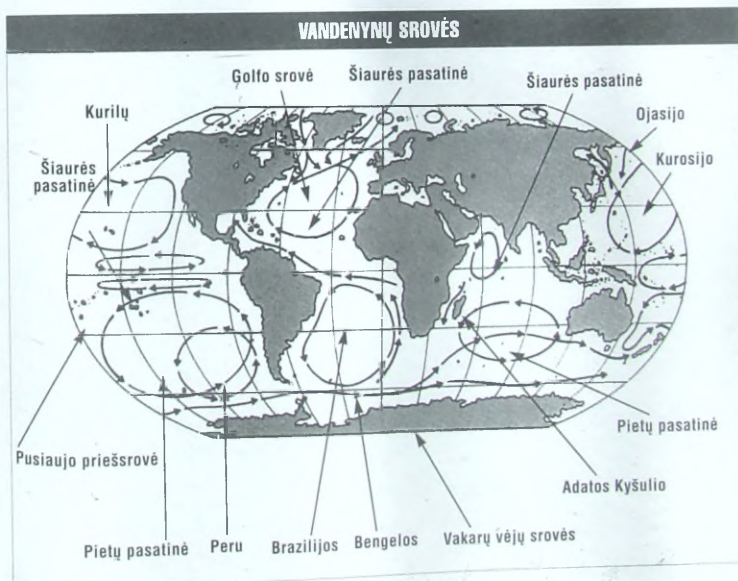
Priklausomai nuo aukščio virš žemės jie skirstomi į 4 grupes:

1. Plunksniniai

Paprastai pakibę 6 km aukštyje virš žemės. Jie sudaryti iš ledo kristalėlių. Ploni, balti, pluoštinės struktūros. Dažniausiai pranašauja puikų orą, bet kai šaltuoju metų laiku jiems kompaniją palaiko nuolatinis šiaurės vėjas, jie nere-tai pranašauja pūgą.

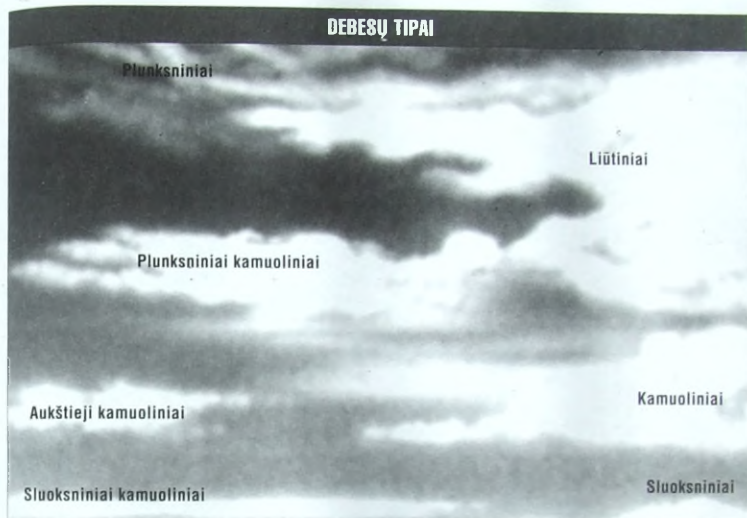
Plunksniniai sluoksniniai

Plonas, balkšvas, peršviečiamas šy-das, dažnai atitraukiantis visą dangų.



BOFORTO SKALĖ

VĖJO APIBŪDINIMAS IR JO GREITIS (m/s)	ŽEMYNO POŽYMAI	JŪROS POŽYMAI
0. Štilis < 0,2	Dūmai kyla aukštyn. Medžių lapai nejuda.	
1. Tykus 0,3–1,5	Dūmai draikosi. Vėjarodės nejuda.	
2. Švelnus 1,6–3,3	Juntamas vėjas. Lapai šlama.	
3. Silpnas 3,4–5,4	Vėliavėlės plevėsuoja. Lapai šlama stipriau.	Nedidelės bangos (0,6 m aukščio)
4. Vidutinis 5,5–7,9	Juda šakelės. Kyla dulkės.	Bangos nedidelės, kai kurios baltomis viršūnėmis (1 m aukščio)
5. Apysmarkis 8,0–10,7	Siūbuoja maži medeliai. Linguoja medžių viršūnės.	Bangų keteros baltos, nuo jų tyška purslai (1,8 m)
6. Smarkus 10,8–13,8	Siūbuoja didelės šakos. Ūžia laidai.	
7. Stiprus 13,9–17,1	Siūbuoja medžiai. Pėstieji palinkę prieš vėją.	Bangos putotos, aukštos (4 m aukščio)
8. Labai stiprus 17,2–20,7	Lūžta medžių šakos. Sunku paeiti.	
9. Audra (vėtra) 20,8–24,4	Plėšia nuo stogų čerpes ir šiferį.	Bangos labai putotos, aukštos (7 m aukščio)
10. Smarki audra > 24,5	Rauna medžius.	Labai aukštos, labai putotos bangos (11,3 m aukščio)



Kai jie danguje pakeičia plunksninius, reikia tikėtis blogo oro.

Plunksniniai kamuoliniai

Ploni, balti, dribsniškos arba kamuolinės struktūros. Jie rodo gerą orą.

2. Kamuoliniai

Atskiri pūkiniai kamuoliai ryškiais kontūrais. Dažniausiai pasirodo saulėtos dienos vidurdienį. Apskritai pranašauja gerą orą. Jei pakilę aukščiau į atmosferą ir smailėja į viršų, gali virsti audros debesimis.

3. Lietaus debesys

Pilki kamuoliniai, nusidriekę per visą dangų.

Liūtiniai debesys

Dideli, tamsūs kamuoliniai. Viršū-

nių struktūra pluoštinė, pagrindas tamsesnis. Neretai pranašauja gausų lietų (dažnai su perkūnija), gausų sniegą, krušą. Perkūnijos metu galima tikėtis stipraus vėjo ir staigaus temperatūros kritimo.

4. Sluoksnniniai

Žemi, sudaryti iš vandens lašelių debesys suformuoja vienalytį sluoksnį, aptaukiantį visą dangų. Dažniausiai lis arba sniega.

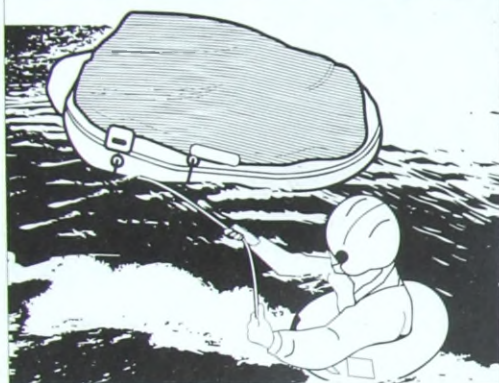
Aukštieji sluoksnniniai

Properšos sluoksnyje rodo, kad oras pasitaisys.

Sluoksnniniai lietaus

Tamsiai pilkas sluoksnis, dengias visą dangų, pranašauja dulksną arba smulkų sniegą.

LIPIMAS Į GELBĖJIMO PLAUSTĄ, A, B IR C



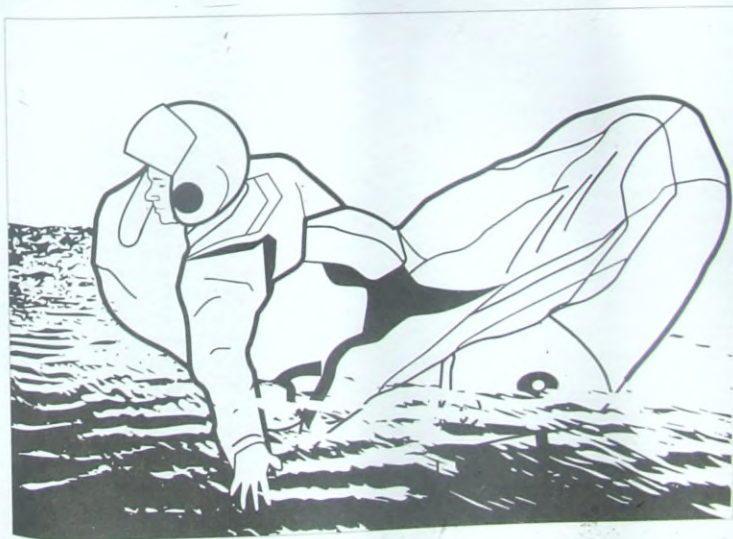
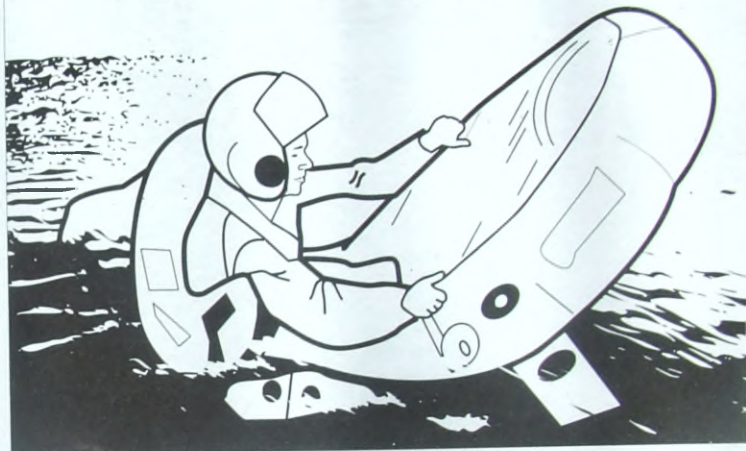
**LIPIMAS Į
GELBĖJIMO
PLAUSTĄ**

Jei esate prisirišę prie plausto virve, traukite ją į save (A). Jei plaustas apsisvertęs dugnu aukštyn, atverskite jį. Išitverkite abiem rankom ir, pasispyrę kojomis vandenyje, įsiropškite į plausto vidų (B ir C).

Kitas būdas įlipti į plaustą — įsispirti keliu į plaustą ir įsiropšti į jo vidų, kaip parodyta D ir E paveikslėliuose.

Kai jau atsidursite plauste, patikrinkite, ar jis gerai pripūstas, ar kur nors nepraleidžia oro.

LIPIMAS | GELBĒJIMO PLAUSTĀ, D IR E



KAIP IŠGYVENTI ATOGRĄŽOSE

Atogrąžose tyko daug pavojų: knibždančios gyvių pelkės, brūzgynai, nuodingi augalai ir visiškai laukinis gyvenimas. Bet čia gausu valgomų augalų, paslėptų vandens išteklių ir galimybių susiręsti būstą.

ATOGRĄŽŲ REGIONŲ TIPAI

Drėgnieji atogrąžų miškai

Daugiau kaip 180 cm kritulių per metus, karštis, drėgmė, oras kupinas garų — tai atogrąžų drėgnųjų miškų salygos, kuriomis veši gausiausia savo įvairove pasaulio augalija. Tipiški atogrąžų miškai yra Pietų ir Centrinėje Amerikoje, Vakarų ir Centrinėje Afrikoje, Indonezijoje, Pietryčių Azijos ir Australijos atogrąžų dalyje.

Vidutinė mėnesio temperatūra 24–28°C. Taip yra todėl, kad aukštai iškilęs medžių lapijos sluoksnis ir žemesnis krūmų lapijos sluoksnis sugeria (absorbuoja) saulės šviesą ir sulaiko vėją. Paprastai tokia miške esti 3 lapijos sluoksniai:

aukščiausią suformuoja medžių viršūnių lapija, vidurinią — jaunų medžių viršūnės, krūmai, aukštos žolės ir lianos, o žemiausią trečiąją — pažemio šakos, įvairi žaluma. Žemė tokia miške švaresnė, negu manoma: ją dengia humusingas nukritusių lapų ir kitų puvenų sluoksnis. Oro drėgmė didesnė apačioje ir mažėja kylant aukštyn iki viršūnių lapijos.

Dideliais drėgnais atogrąžų miškais yra apaugę kalnų masyvai. Kuo aukščiau, tuo daugiau lietaus iškrenta.

Pirminės ir antrinės džiunglės

Pirminės džiunglės apibūdina aukšti medžiai ir anksčiau aptarti augalijos sluoksniai. Antrinės džiunglės skiriasi nuo pirminių švarumu, kurį sukūrė

DRĖGNIEJI ATOGRĄŽŲ MIŠKAI



žmogaus rankos. Apleistose antrinėse džiunglėse vietoj aukštų medžių auga tanki žema augalija su daugybe kreivų medelių. Per tokias džiungles sunku pereiti.

Musoniniai miškai

Šie atogrąžų miškai laikomi sausais. Juose auga medžiai, sausuoju metų sezonu numetantys lapus. Tokio tipo miškų dažniausiai pasitaiko Pietryčių Azijoje. Juose daugiausia auga tikai (medis) ir bambukų tankumynai.

Savanos

Jų aptinkama atogrąžų regionuose 8° – 20° abipus pusiaujo. Metinis kritulių kiekis siekia 800–1500 mm. Šiaurės pusrutulyje lietus iškrenta spalį ir kovą, o Pietų — balandį ir rugsėjį. Sausuoju metų laiku vidutinė mėnesio temperatūra 10° – 20°C , o drėgnuojų metų laiku — 20° – 30°C .

Savana yra ištisai apaugusi žole, bet gali ir varijuoti priklausomai nuo medžių bei krūmų tankumo. Šiose vietose savanos gali būti miškingos, krūmingos ar tik apaugusios žole.

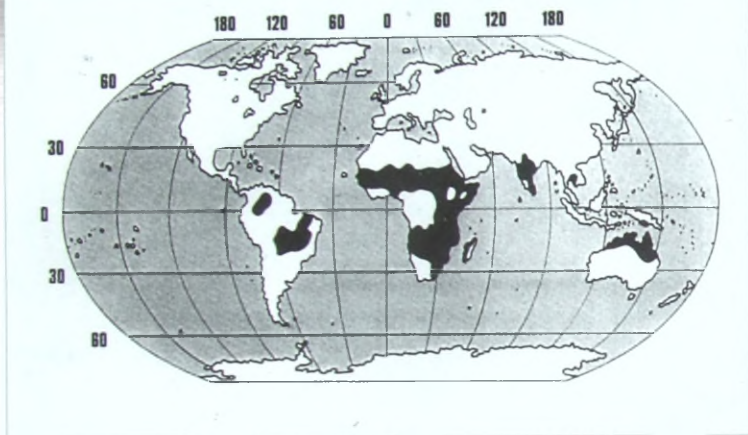
Mangrovinės pelkės

Mangrovė — atogrąžų juostos jūrų įlankų ir upių deltų seklių vietų augalija. Tai tankūs medžių ir krūmų sąžalynai. Mangrovinų pelkių yra Amazonės, Mekongo, Kongo, Gango deltose. Dauguma jose besiveisiančių gyvūnų yra pavojingi ir šiaip nemalonūs: geliantys vabzdžiai, dėlės, krokodilai, kaimanai.

Vandeningos pelkės

Daugiausia plyti prie upių. Iš jų ir išteka upės. Vanduo lėtai teka per gausią augaliją. Tokiose vietose sunku keliauti. Atogrąžų pelkėse auga papirusai bei palmės.

SAVANOS



Apranga

Aplinka, kur tanki, dažnai dygliuota augmenija, daugybė visokių vabzdžių bei dėlių, reikalauja patvarios aprangos. Rekomenduojame storas kelnes ir stiprios medžiagos marškinius. Taip pat turėkite daug kojinių pakeisti šlapioms ar nešvarioms. Dėl svorio labai sunku pasiimti daugiau kaip dvi pamainas drabužių (neįskaitant kojinių). Rekomenduojame bet kuriuo atveju turėti sausus drabužių pamainą persirengti kelionės pabaigoje ar nakčiai. Jūs privalote įvytioti į vandens nepraleidžiančią medžiagą. Dėl didelės drėgmės drabužiai atogrąžose džiūsta labai lėtai, todėl kartais tenka apsirengti ir drėgnus.

Rinkoje gana gausiai siūloma patvarių, specialiai džunglėms pritaikytų batų. Kaip ir dykumoje, taip ir džunglėse prieš audamiesi batus patikrinkite, ar į juos kas neįlindo. Taip

pat patikrinkite ir drabužius. Pasipudruokite kūną tašku, naudokite priemones nuo vabzdžių, kad atbaitytumėte moskitus ir kitus nepageidaujamus pelkių gyvius. Saugokitės dėlių ir kitokių siurbėlių.

BŪSTAS

Atogrąžų regionuose svarbu žinoti apie užtvindymo pavojų, todėl vieta būstui rinkites aukščiau, kur nėra anksčiau buvusio potvynio ženklų, pavyzdžiui, dumblo, šašų, nuosėdų. Pasižiūrėkite, ar šalia nėra nudžiūvusio medžio, nes per audrą jis gali jus užgriūti ir sužeisti. Termitai parodo, kad medis yra išdžiūęs. Taip pat laikykitės toliau nuo kokoso palmių, kad jų riešutai neužkristų ant jūsų. Išravėkite nuvytusią ar vystančią augaliją, kad mažiau vielijotų gyvates ir vabzdžius.

Hamakas

Atogrąžų regionuose hamakas yra idealus daiktas, nes miegančiuosius apsaugo nuo potvynių ir žeme ropojančių gyvių. Arba pasiimkite jį į kelionę drauge su tinkleliu nuo moskitų, arba vėliau jį pasidarykite iš parašiuoto ar kitų medžiagų.

Žaigynys su lapų apklotu

Sukonstruokite A raidės formos žaigynį ir uždenkite jį bananmedžio ar kito tokio didžialapio medžio lapija.

Platforminė priedanga

Daroma iš pagalių ar bambuko lazdelių. Bambuku galite apdengti šonus arba stogą. Stogą galite uždenkti ir palmių lapais. Jais išklokite ir guolį. Neįsiptaukite į bambuką: pjaustomas jis gali skilti, o jo nuolaužos yra aštrios. Kai ku-

rių lapų (taip pat ir palmių) kraštai irgi būna aštrūs. Elkitės atsargiai, nes įplovimai skausmingi.

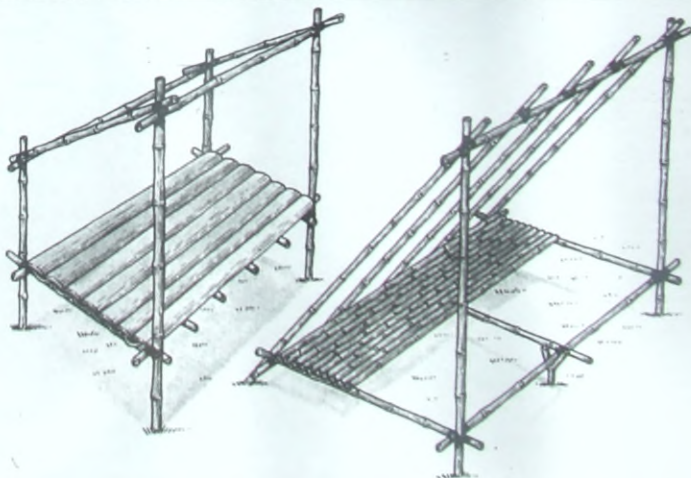
Guolis pelkėse

Jį privalote įrengti taip, kad saugotų nuo visų pelkėse tykančių pavojų. Suraskite stačiakampius augančius keturis medžius arba įkalkite keturis poliūs. Ant šių guldyskite du ilgesnius ir du trumpesnius pagalius (jų galai turi kryžiuotis). Paskui išilgai paklokite kitus pagalius. Juos užklokite lapais ar žole. Atminkite, kad turėsite tilpti ne tik jūs, bet ir jūsų manta.

VANDUO

Nors atogrąžose ne taip sunku prsimanyti vandens kaip dykumoje, bet savi sunkumai vis dėlto egzistuoja.

PLATFORMINĖ PRIEDANGA



Sekite bites, širšes, muses. Visoms joms reikia vandens, ir visos jos gali nuvesti tiesiai prie vandens. Itin gerai vandenį parodo karveliai ir kikiliai. Kai jie skrenda greitai ir žemai, vadinasi, greičiausiai skuba prie vandens, o kai dažnai sustoja pailsėti, skrenda jau atsigręę.

Vandens šaltiniai *Upeliai*

Jei jie sauniai teka per akmenuotą ar smėlėtą dugną, jų vanduo greičiausiai tyras, nors sunku pasakyti, kur yra gyvulių girdyklos. Jei abejojate, gerti ar ne, geriau vandenį virinkite ar gryninkite tabletėmis.

Lietaus vanduo

Pasinaudodami dideliu medžio lapu, galite jį rinkti į indą (žr. paveikslėlį).

LIETAUS VANDENS RINKIMAS



VANDENS GRYNINIMAS

Geriausi įtartino vandens gryninimo būdai yra šie:

- Virinkite jį bent trejetą minučių.
- Naudokite vandenį sterilizuojančias tabletes.
- Įlašinkite du ar tris jodo lašus į 1 litrą vandens. Leiskite pastovėti 30 minučių.
- Įmeskite keletą kalio permanganato grūdelių į 1 litrą vandens. Leiskite pastovėti 30 minučių.

Negerkite vandens tiesiai iš upelio, o kuo nors pasisemkite, kad matytumėte, jog vandeny nėra tokių "priemaišių" kaip dėlės. Drumstą vandenį perkoškite per smėlio pripildytą audinį ar per bambuko vamzdelį, prigrūstą žolės ar lapų. Būtinai patartume gryninti vandenį:

- Stovintį. Ypač iš mažyčių tvenkinėlių ir iš medžių kelmų.
- Iš didelių upių. Tokį vandenį perkoškite ir palikite pastovėti keletą valandų. Vėl perkoškite, o paskui gryninkite, įlašinę ar įmetę sterilizuojančių priemonių (arba virindami).
- Iškastą vandenį. Išsraus duobę už kelių metrų nuo kranto, į ją renkasi vanduo. Gerkite tik išvalytą ir nudruskintą.

Bambukas

Kartais didelio bambuko stiebe būna vandens.

Žaliasis bambukas

Arba nulenkite bambuką, pririškite prie žemės. Viršūnę nupjaukite. Leiskite vandeniui per naktį lašėti į indą.

Kalp išgyventi atogrąžose



Kokoso riešutas

Žaliuose neprinokusiųose kokoso riešutuose yra gaivinančio pieno — puikaus vandens pakaitalo. Negerkite iš

nukritusio ar iš prinokusio kokoso riešuto.

Banano kelmą

Nupjaukite medį, palikite apie 60 cm aukščio kelmą. (A). Išskaptuokite vidų, kad pasidarytų "katiliukas". Į jį iš šaknų ir sutekės vanduo.

Vijokliniai augalai

Nupjaukite vijoklius maždaug vieno metro aukštyje ir rinkite iš jų lašantį vandenį.

Didžialapiai augalai

Ant didelių atogrąžų augalų lapų būna lietaus vandens. Prieš gerdami perkoškite, nes gali būti įkritisų vabzdžių.



AUGALŲ VEGETACIJOS MAIŠELIS



Augaliniai distiliatoriai

Apriškite permatomu plastikiniu maišeliu šakos galą, kad lapija būtų viduje. Nulenkite šaką ar prie maišelio pritvirtinkite svarmenį, kad šaka pati nulinktų. Garuojantis vanduo lašės į maišelį.

Augalų vegetacijos maišelis

Saulės atokaitoje augalą ikiškite į permatomą plastikinį maišelį, kaip parodyta paveikslėlyje. Karštis sunks iš augalo vandenį į maišelį.

Drėgmės rinkimas

Galite prie kulkšnių prisirišti skudurelių ir prieš saulėtekį pasivaikščioti po rasą. Jie primirks vandens, kurį galėsite išgrežti į indą. Apriškite skudurelį aplink pasvirusį medį, vieną galą palikite nukarusį. Vanduo iš skudurelio lašės į apačioje pastatytą indą.

MAISTAS

Atogrąžose maisto gausu, bet kaip visada saugokites potencialiai nuodingu augalų.

Valgomi augalai *Batatas*

Batatai būna labai įvairūs, bet daugiausia vijokliniai su stambiais piltuvėlio formos rožiniais ar baltais žiedais. Vaisius — keturseklė dėžutė. Šaknys valgomos. Išvirkite, kad būtų sunaikintos nuodingosios augalo medžiagos. Batatas dar vadinamas saldžiąja bulve.

Bambukas

Nors jo gimtinė yra Tolimieji Rytai, šį augalą galima aptikti daugelyje pasaulio vietų. Juos labai nesunku atpažinti. Jauni ūgliai, turintys apie pėdą aukščio, valgo mi žali. Galima valgyti konservuotas ar virtas bambuko sėklas. Bambukas praverčia būsto



Bambukas

statybai, vandeniui gauti, įvairių rakan-du, įrankių gamybai.



Bananas

Bananas

Dažnai aptinkamas drėgnose atogrąžose. Šie į medžius panašūs augalai turi didelius lapus, žiedai susitelkę kekėmis. Vaisius galite valgyti ir žalius, ir virtus. Daugelio rūšių valgomi konservuoti žiedai, lapkočiai.

Tropinis raugerškis

Paplitęs nuo Himalajų iki Pietryčių Azijos, Ceilone bei šiaurės Australijoje. Jo raudonos, juodos arba geltonos, augančios panašiai kaip serbentai uogos valgomos žalios ar verdami drebučiai.

Duonmedis

Auga Ramiojo vandenyno pietuose,



Duonmedžio vaisius

taip pat vakarų Indijoje ir Polinezijoje. Medis turi tamsiai žalius lapus ir didelius žalios spalvos apskritus vaisius. Visą vaisių reikia kepti pusantros valandos karštuose pelenuose. Supjaustytas verdamas ar kepamas. Sėklas tinka paskrudinti.

Kokosas

Auga visose atogrąžose, daugiausia jūrų pakrantėse. Valgomas baltas kokoso riešuto branduolys. Neprinokusio kokoso riešuto pienas gerai malšina troškulį. Palmės įmova, iš kurios auga lapai, vadinamasis "kopūstas", valgoma žalia, virta ar pakepinta.



Kokoso riešutas

Arenga

Tai palmė, auganti Indijoje, Birmoje, Pietryčių Azijoje ir Filipinuose. Neaukšti, išlakūs medžiai. Lapai plunksniški, išsidėstę skrotele. Žiedai susitelkę burbulėmis. Valgomi palmės vaisiai.

Mangas

Auga visose atogrąžose. Medis spindinčiais lapais. Vaisius ovalo formos. Prinokęs yra oranžinės spalvos. Valgomas žalias.

Manijokas

Dar vadinamas tapijoka arba kasava. Plačiai paplitęs atogrąžų augalas. Siekia apie 1–2 m aukščio, turi didelius šakniavaisius, panašius į gumbus. Vienų manijokų jie saldūs, kitų — kartesni. Karčiuosiuose yra nuodingos ciano vandens rūgšties. Karčius šakniavaisius reikia virti. Galima sutrinti, išspausti sultis, o likusią tešlą virti mažiausiai valandą.

Manijokas



Valgomos šaknys

Nipa

Tai palmė, auganti visoje Pietryčių Azijoje. Ilgi lapai prasideda beveik nuo pagrindo. Žiedo stiebas ir sėklos yra geras vandens bei maisto šaltinis.

Papaja

Paplitusi ir atogrąžose. Vaisius auga tiesiai ant kamieno. Prinokęs būna geltonos spalvos. Galima valgyti ir žalią, ir virtą.



Papaja

Rotangas

Auga Afrikoje, Azijoje, rytų Indijoje ir Australijos atogrąžose. Tai laipiojantis augalas baltais žiedais. Valgomi ūgliai ir pakepinta ar žalia šerdis.



Rotangas

Sago palmė

Auga Pietryčių Azijoje, daugiausia pelkėse ir prie ežerų bei upių. Palmė kresna, ilgais išlinkusiais lapais. Iš jos šerdies daromos kruopos, kurias reikia virti.

Strėlialapė ksantosoma



Cukrinė palmė

Cukrinė palmė

Auga daugelyje atogrąžų vietų. Lapai labai dideli. Iš jaunų žiedų gaunamas cukrus. Seklas galima virti.

Durijus

Paplitęs Pietryčių Azijoje. Švelnus, gelsvai baltas minkštimas yra lipnus ir saldus.

Strėlialapė ksantosoma

Plačiai paplitęs atogrąžose augalas. Pasiekia 0,5–1 m aukščio, dideliais širdies formos lapais. Šaknys, stiebai, jauni lapai valgomi virti ar pakepinti. Virdami pakeiskite vandenį, kad neliktų nuodingų medžiagų.

Vandens lelija

Randama ir paatogrąžio regionų upeliuose bei ežeruose. Valgomos virtos ir pakepintos storos šaknys bei seklos.



Vandens lelija

Dioskorėja

Plačiai paplitusi atogrąžose. Driekiasi pažeme. Virtos šaknys valgomos kaip daržovės.



Dioskorėja



Laukiniai ryžiai

Auga šlapiose atogrąžų ir vidutinio klimato vietose. Aukšta varpinė žolė. Jos varpos nuskinaimos, sumaišomos ir išvėtomos, kad liktų grūdai be lukštų. Ry-

žiai verdami arba skrudinami.

Nuodingi atogrąžų augalai

Ricinmedis

Gimtinė — atogrąžinė Afrika, bet auga visose atogrąžose, taip pat ir vidutinio klimato regionuose. Užauga iki 12 m aukščio. Žiedai smulkūs, gelsvi, susitelkę kekėmis. Iš pupelių formos sėklų spaudžiamas ricinų aliejus. Jos labai nuodingos ir visos augalo dalys.

Nuodingoji driekena

Labai nuodinga. Auga atogrąžų regionuose, randama JAV. Ant vijoklinio stiebo veša purpuriniai žiedai. Sėklos rudosse plaukuotose ankštyse. Augalas suerzina odą, o palietęs akis gali sukelti akumą.

Mauda

Mirtinai nuodinga. Plačiai paplitusi pasaulyje. Stiebas tuščiaaviduris, apačioje raudonai dėmėtas. Žiedai smulkūs, bal-

Pangis



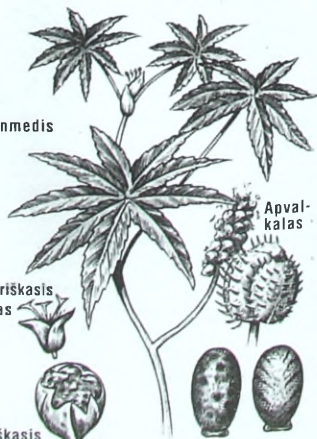
Vaisius



Sėkla



Ricinmedis



Moteriškasis žiedas



Vyriškasis žiedas



Sėklos



Vaistinis
riešutas

Vaisiaus pjūvis

ti, susitelkę sudėtiniais skėčiais. Šaknys baltos. Augalas dvokia.

Lantana

Mirtinai nuodinga. Daugiausia auginama kaip dekoratyvinis augalas, o atogrąžose (kaip ir vidutinio klimato zonoje) auga kaip piktžolė. Žiedai balti, geltoni, oranžiniai, rožiniai, raudoni. Vaisius tamsiai mėlynas, mėlynės formos. Sukelia dermatitus.

Manšinelis

Labai nuodingas. Auga JAV pietiniuose regionuose, Centrinėje Amerikoje ir Pietų Amerikos šiaurėje. Medis užauga iki 15 m aukščio. Lapai žali, blizgantys, žiedai smulkūs, žalsvos spalvos. Prinokę vaisiai žaliai geltonas. Sukelia dermatitą.



Mauda

Pangis

Labai nuodingas. Auga Pietryčių Azijoje. Medis turi širdies formos lapus, žalios spalvos žiedus. Didelis rudos spalvos, kriaušės formos vaisius yra itin nuodingas.

Vaistinis riešutas

Labai nuodingas. Auga JAV pietiniuose regionuose ir visose atogrąžose. Krūmas. Žiedai maži, nuo žalios iki geltonos spalvos. Vaisius — obuolio dydžio.

Nuodingasis sumas

Labai nuodingas. Auga ir Šiaurės Amerikos pelkėse. Juodai dėmėtas krūmas lygiomis šakelėmis. Žiedai žaliai geltoni. Uogos baltos. Sukelia dermatitą.

Abras

Mirtinai nuodingas. Auga Afrikoje, Šiaurės Amerikos pietiniuose regionuose, Karibuose, Centrinėje ir Pietų Ame-

rikoje. Vijoklis purpuriniais žiedais. Sėklos raudonos ir juodos.

Strichninmedis

Mirtinai nuodingas. Auga Pietryčių Azijoje ir Australijoje. Visžalis medis iki 12 m aukščio. Žiedai žalsvos spalvos. Uogos — nuo oranžinės iki raudonos spalvos.



Strichninmedis

Vaisiaus pjūvis

Nuokana

Mirtinai nuodinga. Auga visame pasaulyje prie vandens. Taip pat ir pelkėse. Stiebai — dėmėti raudonomis dėmėmis. Lapai plunksniški. Smulkūs balti žiedeliai, susitelkę į skėčius. Šaknis stambi, panaši į ropę.

GYVŪNAI

Drėgnuose miškuose gyvūnai paprastai yra smulkūs ir gyvena daugiausia medžiuose, todėl juos pagauti sunku. Keletas didžiųjų gyvūnų (tarp jų

drambliai ir okapiai) yra bailūs, todėl juos retai kada galite pamatyti.

Afrikos miškuose gyvena dviejų rūšių laukinės kiaulės: didžioji miškinė ir rausvoji upinė. Azijoje yra trijų rūšių laukinių kiaulių: mums įprastas šernas, barzdotoji kiaulė ir babirusa, kurios kūnas apaugęs ilgais šeriais. Pietų Amerikoje veisiasi dviejų rūšių pekariai, nors tikrasis atogrąžų gyventojas yra baltuodegis pekaris.

Visi šie gyvūnai gali būti pavojingi, todėl prie jų geriau artintis tik su šautuvu ar gera ietimi.

Kiti atogrąžų gyvūnai

Anoa, arba nykštukinis buivolai
(Sulavesio sala, Indonezija)
Arnai, arba laukiniai Indijos buivolai
Antilopės (nuo nykštukinės iki karališkosios, Afrika)
Straublinis kirstukas (Afrika)
Elniai: miškinis elnias, sambaras, pelkinis elnias, chitalas (Azija)
Beždžionės
Pigmėjinis hipopotamas
Tinginys (Pietų Amerika)
Voverės (Afrika ir Azija)
Lemūrai (Filipinai)
Tapyrai (Azija, Pietų Amerika, Malaizija)
Laipiojančioji kengūra
(Australija ir Naujoji Gvinėja)
Laipiojantis kirstukas (Pietryčių Azija)
Tupaja
Gaūras (Indija, Malaizija)

Paukščiai

Rojaus paukščiai (Australija)
Kolibriai (Pietų Amerika)
Papūgos: nuo nykštukinės iki kakadu (Australija)
Fazanai (Azija)
Karveliai (ir karūnuotasis karvelis)
Palapinukai (Australija)
Konginis povas (Afrika)
Gvinėjos vištelė (Afrika)

Ragasnapiai (Afrika ir Azija)
Pitos (Afrika ir Azija)
Turakas (Afrika)
Tukanai (Pietų Amerika)

Bestuburiai gyvūnai

Vabalai
Drugeliai
Šimtakojai
Vorai

Plėšrūnai

Juodoji Himalajų meška
(Himalajai ir Indokinija)
Jaguaras (Pietų Amerika)
Leopargas (Afrika ir Azija)
Australijos tigrinė katė
Mažos ir vidutinio didumo katės
Tigras (Azija)

Ropliai ir amfibijos

Chameleonas (Afrika ir Azija)
Medžiuose gyvenančios gyvatės
(pvz., mangrinė boiga, duobagalvė gyvatė)
Skraidanti varlė (Azija)
Skraidantys driežai (Azija)
Gekonai (Azija)
Gyvaitės
Medžiuose gyvenančios varlės
(Afrika, Azija, P. Amerika)

Paukščiai, driežai, gyvatės yra valgomi, tik su pastarosiomis reikia būti atsargiems. Skruzdėlės, vikšrai, žiogai, svirpliai irgi valgomi, tik patartina nutraukti sparnus ir kojas. Vikšrus galima kepti ant atviros ugnies (žr. X skyrių: "Spastų spendimas, žūklė ir augalinis maistas").

NUODINGOSIOS GYVATĖS

Amerika

Bušmeisteris

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Cen-

trinėje ir Pietų Amerikoje, žemose atogrąžų miškų vietose. Rausvai ruda su juodomis trikampėmis dėmėmis. Vidutinis ilgis 2–2,6 m.

Medvilninė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama JAV pietuose. Rudos ar alyvuogių spalvos. Vidutinis ilgis 90 cm.

Koralinė gyvatė

Mirtinai nuodinga. Aptinkama JAV pietuose ir Pietų Amerikoje. Ryškiai dryžuota, juodos, raudonos, geltonos ir baltos spalvų ruožais. Vidutinis ilgis — 67 cm.

Rytų deimantnugarė barškuolė

Labai nuodinga. Aptinkama JAV pietuose, dažniausiai pelkėse. Gali išplaukti iš jūros. Alyvuogių ar rudos spalvos su juodais rombais. Vidutinis ilgis — 1,5 m.

Blakstienotoji duobagalvė

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Meksikos pietuose, Centrinėje ir Pietų Amerikoje. Daugiausia gyvena medžiuose. Spalva — nuo vientisos geltonos iki dėmėtos raudonais ir geltonais taškais. Vidutinis ilgis — 60 cm.

Afrika ir Azija

Krūminė angis

Nuodinga. Daugiausia aptinkama Afrikoje. Gyvena medžiuose, bet medžioja ant žemės. Spalva įvairi: nuo žalsvos iki alyvuogių ir raudonai rudos. Vidutinis ilgis — 45 cm.

Gabono angis

Labai nuodinga. Daugiausia aptinkama tankiuose Afrikos atogrąžų miškuose. Spalva įvairi: nuo rožinės iki geltonos su rudais taškais ant nugaros. Vidutinis ilgis — 1,2 m.

Žalioji mamba

Mirtinai nuodinga. Aptinkama daug kur Afrikoje, paprastai medžiuose ir krūmuose. Žalioji mamba yra žalios spalvos, o didesnė juodoji mamba — alyvuogių ar juodos. Ilgis — apie 1,5–2 m.

Žalioji medžių angis

Labai nuodinga. Aptinkama Indijoje ir Pietryčių Azijoje. Ryškiai ar dulsvai žalios spalvos. Vidutinis ilgis — 45 cm.

Karališkoji kobra

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Pietryčių Azijoje ir Pietų Kinijoje. Žalios, rudos, alyvuogių spalvos su juodomis skersinėmis juostomis. Vidutinis ilgis — 3,5 m.

Kraitas

Mirtinai nuodinga. Aptinkama Indijoje ir Indonezijoje. Juodos spalvos su baltomis ar geltonomis skersinėmis juostomis. Vidutinis ilgis — 0,9–1,5 m.

Malajos duobagalvė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Pietryčių Azijoje ir Kinijoje. Gali būti pilka, raudona, gelsvai ruda su rudais trikampiais. Ant galvos strėlės ženklas. Ilgis — 60–80 cm.

Pūstoji gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Afrikos savanose ir pelkėse, taip pat sausringuose Arabijos regionuose (žr. p. 31).

Raganosė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama pusiaujų Afrikoje. Šviesios spalvos su purpurinėmis arba raudonai rudomis dėmėmis ant nugaros. Išsiskiria ragiukais ant viršutinio žando. Vidutinis ilgis — 75 cm.

Raselo angis

Mirtinai nuodinga. Aptinkama dau-

gelyje vietų nuo Indijos iki Borneo. Rausvos spalvos su rausvais taškais, trim eilėm apvedžiotais juodais žiedais. Ilgis — 1–1,25 m.

Vaglerio duobagalvė gyvatė

Labai nuodinga. Aptinkama Malajijoje ir Filipinuose. Žalia su susikryžiuojančiomis juostomis, apvedžiotomis mėlynai ar raudonai. Vidutinis ilgis — 60 cm.

Australijos skydasnukė

Labai nuodinga. Aptinkama Australijos ir Tasmanijos pelkėse. Rudos spalvos, nors būna ir juodų. Vidutinis ilgis — 1,2 metro.

PAVOJINGI IR NEMALONŪS VABZDŽIAI BEI VORAI

Skrudėlės

Rudosios skrudėlės gelia. Afrikos termitai lipdosi grybų pavidalo lizdus ant trūnijančių medžių.

Šimtakojai

Jų yra visose drėgnose vietose. Dažniausiai nežalingi, bet didesni gali įkasti, o žaizda supūliuoti.

Širšės, bitės ir vapsvos

Visame pasaulyje jų yra didelė įvairovė. Geriau jų nekliudyti. Gelia. Gali ir mirtinai užgelti. Vapsvos puola judančius objektus. Slėpkitės po tankia lapija.

Dėlės

Jos išsiskiria neištraukiamai. Reikia užlašinti citrinos sulčių, nikotino, kad greičiau atsikabintų. Vis pasižiūrėkite ir nubraukite nuo savęs dar nespėjusias išsiskirti dėles.

Moskitai

Moskitai, kaip žinoma, gali būti ir pavojingi: malariniai uodai platina malariją, o antimaliarinės tabletės tik 50 procentų veikia prieš jų įgelimą. Visada turėkite tinkliuką nuo moskitų. Jei neturite, pasidarykite jį iš parašiuoto, medžiagos, didelių lapų. Ypač naktį kelnis galus sukiškite į kojines, o rankogalius — į pirštines. Naktį kūrenkite laužą. Laišykites atokiau nuo pelkėtų ar užsistovėjusio vandens vietų, kur veisiasi moskitai.

Skorpionai

Labai nuodingi. Aptinkami atogrąžų džunglėse ir yra tamsesni už dykumų skorpionus. Kai kurie iš jų yra net 20 cm ilgio.

Vorai

Juodoji našlė

Labai nuodingas voras. Aptinkamas visose šiltose pasaulio vietose. Mažas, juodos spalvos su smėlio laikrodžio ženklu ant pilvelio.

Australijos voras

Mirtinai nuodingas. Aptinkamas Australijoje. Nedidelis, juodos spalvos, trumpomis kojytėmis. Piltuvelio pavidalo įėjimą į savo urvelį išpina šilko siūlais.

Tarantulas

Nuodingas, didelis, plaukuotas voras. Nuodai ne tiek pavojingi, kaip atrodo pagal gasdinančią tarantulo išvaizdą, bet stipriai suerzina odą.

Erkės

Jos daugiausia veisiasi atogrąžose. Iškubiusias beviltsiškai traukti, nes jų galvutės liks jūsų odoje. Išlįsti jas priverčia benzinas, alkoholis, karštis. Jei pagavote laukinę kiaulę ar kitokią gyvūną, pasižiūrėkite, ar iš jo erkės neperejo pas jus.

KELIAVIMAS DŽIUNGLEMIS

Geriausia likti viešojoje vietoje, kad greičiau būtumėte išgelbėti; kita vertus, per tankią lapiją gelbėtojai sunkiai jus išžiūrės iš lėktuvo ar sraigtasparnio. Todėl kartais keliavimas — vienintelė tikimybė būti pastebėtiems. Turėdami omenyje visas kliūtis, galima laukinių gyvūnų ir gyvių pavojų, labai rūpestingai ir planingai renkites kelionei.

Pirmiausia pamėginkite nustatyti buvimo vietą. Jei leidžiatės parašiuoju džunglės, išdėmėkite upes ir kitus orientyrus. Pasinaudokite kompasu kuriai nustatyti ir laikykitės jo kiek įmanoma nenukrypdami. Turėkite galvoje, kad džunglių takeliais, nors jie ir ne visai sutampa su jūsų kursu, daug lengviau keliauti, negu brautis per brūzgynus.

Jei norėsite grįžti atgal į tą pačią vietą, žymėkitės nueitą kelią įkirsdami ar įpjaudami medžius, sudėkite akmenų krūveles, supilkite lapų kaupus. Norėdami rasti kokią gyvenvietę, eikite pagal upelio ar upės tėkmę. Čiabuvių kaimai paprastai būna isikūrę upių pakrantėse ar santakose. Turėkite omenyje, kad džunglių takeliuose ar prie upių galite sutikti laukinių žvėrių, ypač naktimis.

Užkritis ant jūsų nuodingo medžio šaka gali būti pavojinga, todėl saugokitės. Laikykitės atokiau nuo pelkių: vis tiek per jas beveik neįmanoma pereiti, o jose knibžda daugybė pavojingų gyvių. Niekada neplaukite upė su kuprine ant nugaros (žr. XII skyrių: "Plaustai ir kėlimasis per upę").

Nuolat apsižiūrėkite, ar neįkibo erkė, neįsisirbė dėlė. Kreipkite dėmesį į vabzdžių įgelimus, visokius įbrėžimus, nes džunglėse jie greitai ima pūluoti. Netgi skustis barzdą, nors šis veiksmas daugeliu atvejų ir pakelia dvasią, džunglėse nerekomenduotina.

KAIP IŠGYVENTI POLIARINIUOSE REGIONUOSE

Išgyvenimas čia priklauso nuo atitinkamos aprangos ir nuo būsto. Jei turite ir viena, ir kita, žemos temperatūros ir stingdančio vėjo, sniego bei ledo aplinką galite įveikti kaip ir bet kurią kitą.

Poliariniai regionai — tai užšalęs Arkties vandenynas ir Antarktidos žemynas, iškiles 3–4 km virš jūros lygio. Antarktidoje yra ypač šalta ir visas žemynas padengtas amžinu ledu, kurio storis gali siekti 3 km.

Žiemą poliariniuose regionuose saulė nepakyla virš horizonto. Taip tęsiasi keletą mėnesių, todėl tuo metu pagrindinis šilumos šaltinis yra vėjas, atklystantis iš šiltesnių platumų. Vasarą saulė danguje šviečia žemai ir sklaidžia mažai šilumos. Aukščiau Šiaurės ir Pietų Poliarinių ratų (66° 33') saulė vasaros metu nenusileidžia visas 24 valandas. Tas laikotarpis vadinamas poliarine diena.

Antarktidoje auga tik dviejų rūšių žydintys augalai, o gyvūnus ten maitina beveik tik jūra. Antarktidoje bemaž nėra sausumos gyvūnų. Šiaurėje gyvena baltosios meškos. Vasarą į Šiaurę atsikrenda perėti paukščiai, bet iš tikrųjų jie priklauso tundros zonai. Ruonių yra ir Šiaurėje, ir Antarktidoje, o štai pingvinai — tipiškai Antarktidos gyventojai.

APRANGA

Viršutinis drabužių sluoksnis turi nepraleisti vėjo, taip pat nesugerti tirpstančio sniego vandens. Idealiausi drabu-

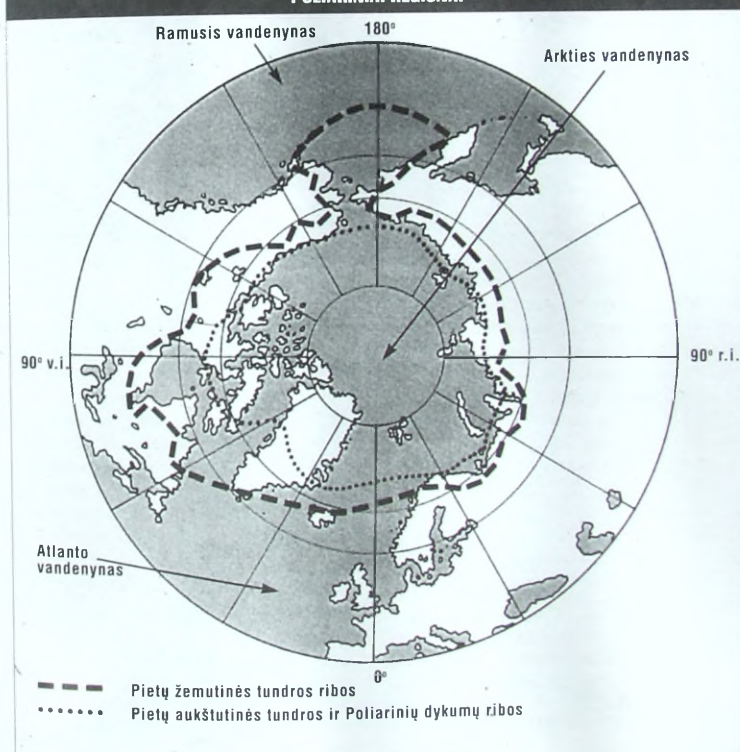
žiai — iš orą praleidžiančios medžiagos. Taip pat privalu pasivilkėti apatinius šiltus drabužius, kad patikimai izoliuotumėte šilumą.

Prieš vykdami į itin šalto klimato regionus, paprašykite specialisto konsultacijos. Laimė, dabar plačiai siūlomi naujai išrasti audiniai, pvz., polipropilenas, skirtas apatiniams, ir Gore-Tex, skirtas viršutiniams drabužiams. Striukės gob-

APRANGOS ATMINTINĖ

- C Drabužiai turi būti švarūs.
- O Venkite perkaisti. Vėdinkite kūną.
- L Vilkėkite laisvus drabužius: leiskite cirkuliuoti orui.
- D Drabužiai turi būti sausi (tiek vidus, tiek išorė).

POLIARINIAI REGIONAI



ŠALTAS VĖJAS

Kai oro temperatūra 0°C (32°F)

VĖJO GREITIS	VĖJO ŠALTUMAS
per h (5 m/s)	-9°C (16°F)
per h (10 m/s)	-15°C (5°F)
per h (15 m/s)	-18°C (-0,4°F)
per h (20 m/s)	-20°C (-4°F)

tuva rinkitės su kailiniu pamušalu: kailis neleis jūsų kvapui sušalti ant veido.

Jei negalite išgyti specialių naujų drabužių, apatinius siūkite vilnonius, nes vilna silpnai absorbuoja vandenį. Nevilkekite ankštų drabužių. Žiūrėkite, kad jie būtų švarūs ir sausi. Neleiskite sau prakaityti: drabužiai sušlaps, neteks izoliacinių savybių ir trauks šilumą iš kūno.

Jei sudreksa kojinės ar pirštinės, galite išdžiovinti savo užantyje. Turėkite kuo daugiau atsarginių kojinių. Jei įmanoma, džiovinkite jas savo būste prie ugnies. Vandens nepraleidžiantys brezentiniai batai — idealus apavas. Juos aukites ant trijų porų kojinių, kurios savo ruožtu aunamos pagal dydį.

Išpurenkite suspaustą audinį: oro tarpeliai itin svarbūs izoliacijai.

Prieš įeidami į būstą ar kitą šiltą vietą, nubraukite nuo drabužių sniegą. Neliskite į miegmaišį su šlapiais drabužiais. Miegokite kuo labiau nusivilkę: tegul kiti drabužiai išsivėdina ir išdžiūsta. Prieš susukdami miegmaišį, papurtykite jį ir išdžiovinkite.

BŪSTAS

Visų pirmą stenkitės vengti vėjo. Nverta tikėtis, kad žiemą išgyvensite atvirame lauke.

Būsto vieta

- Žiemą neisirenkite būsto skardžių ar uolų užuovėjoje, kur gali smarkiai snigti ir palaidoti jūsų būstą.
- Vasarą nesikurkite žemesnėse vietose. Tikriausiai ten drėgna. Taip pat nerenkite būsto ten, kur gali užtvindyti.
- Pasirinkite vietą, kur vėsus brizas atbaidys vabzdžius.
- Jei esate ant užšalusios jūros, pasirinkite storiausią ledą. Kurkitės ant didžiausios lyties. Laikykitės atokiau nuo plono ledo.
- Nepaverskite lėktuvo ar mašinos būstu, prieš tai gerai jų neizoliavę, nes metalas traukia šaltį.
- Būstą vedinkite, kad neapsinuodytumėte anglies monoksidu nuo būste įrengto ugniakuro.
- Būstas turi būti pakankamai didelis, kad tilptumėte jūs, jūsų kompanionai bei daiktai, bet ne per daug didelis, kad nebūtų šalta. Jis turi būti šiltas ir patogus.

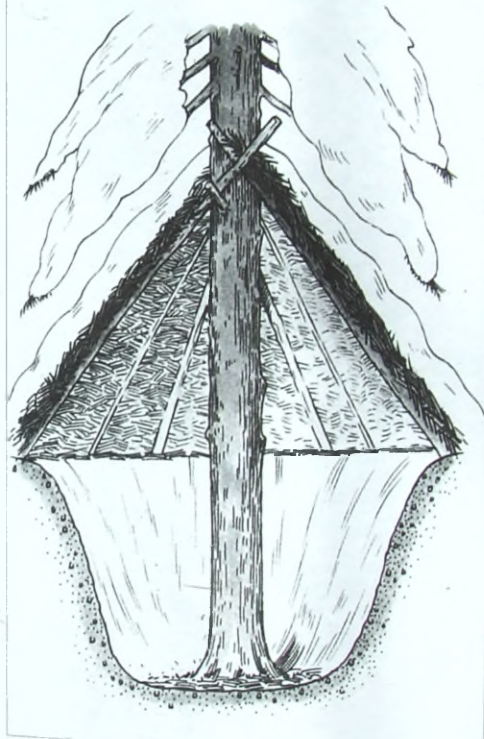
Natūralus prieglobstis

Urvai, olos gali būti neblogas sausas būstas. Žiemą juos reikia gerai izoliuoti, o vasarą neprisileisti vabzdžių.

Labai sningant, pravers ir eglės "palapinė". Aplink kamieną nukaskite sniegą. Apatinės šakos uždengs jus kaip baldakimas. Priklausomai nuo to, kiek laiko rengiatės išbūti ar kokios tos apatinės šakos, galite pasidaryti stogą iš prisikirstų šakų. Nekirskite nuo to medžio, po kuriuo glaudžiatės, kad nesujadintumėte sniego.

Būstas po nuvirtusiu medžiu

Iškaskite sniegą iš po medžio. Jei reikia, guolio dugną išklodite šakomis, nukirstomis nuo apatinės medžio dalies.

BŪSTAS PO MEDŽIU**Sniego būstas**

Tinka sniegas, išlaikęs žmogaus svorį. (Atsistojus ant jo, nelieka pėdsakų.) Išpjaukite apie 45 cm pločio, 50 cm ilgio ir 8–10 cm storio sniego blokus. Iš jų lengvai sudėsite būstą.

Sniego tranšėja

Ji leis jums geriau apsaugoti nuo vėjo ir sniego. Tranšėjos stogui galite panaudoti sniego blokus.

Sniege pasižymėkite stačiakampį. Pažymėtoje vietoje išpjaukite apie 1 m blokus. Iškirskite tranšėjos šonuose L formos 15 cm gylio ir 15 cm pločio laiptelį. Paguldysite du blokus priešingame nuo įėjimo krašte. Pagal juos formuosite stogą. Žiūrėkite, kad blokas prie bloko gerai priglustų. Kartu su stogo blokais statysite šoninius blokus. Įėjimo gale padarykite landą.

Iglu, arba sniego namas

Jo statyba reikalauja sugebėjimų ir praktikos. Taip pat prireiks sniego pjūklo ar atitinkamo peilio. Sniege nubrėžkite 2,5–3 m diametro ratą. Tai bus iglu (ledinė eskimų trobelė) vidaus ribos. Išpjaukite sniego blokus iš netolimos tranšėjos. Kai turėsite maždaug 12 blokų, galėsite pradėti statybą. Dėkite blokus ratu taip, kad kiekvieno bloko šoninė li-

nija sudarytų statų kampą su iglu centru. Blokų viršų palenkite į vidų. Pirmos eilės blokus nupjaukite nuožulniai, kad galėtumėte formuoti spiralę. Antrai eilei blokus išpjaukite taip, kad jie linktų į vidų. Skylė, likusi viršutiniams blokui įstatyti, turi būti platesnė nei

bloko apačia, kad jis užkimštų ją. Visus likusius plyšius užtaisykite biriu sniegu. Į bloką galite įstatyti skaidraus ledo gabalą — bus kaip lango stiklas.

Iglu viduje padarykite požeminį įėjimą, vietą miegoti ir vietą virti valgyti. Miegojimo vietą turėsite izoliuoti. Miegamąjį maišą patieskite taip, kad galva būtų arčiau įėjimo. Dar vieną sniego bloką panaudokite kaip duris. Per dieną duris laikykite atdaras. Nepamirškite padaryti ventiliacijos angų.

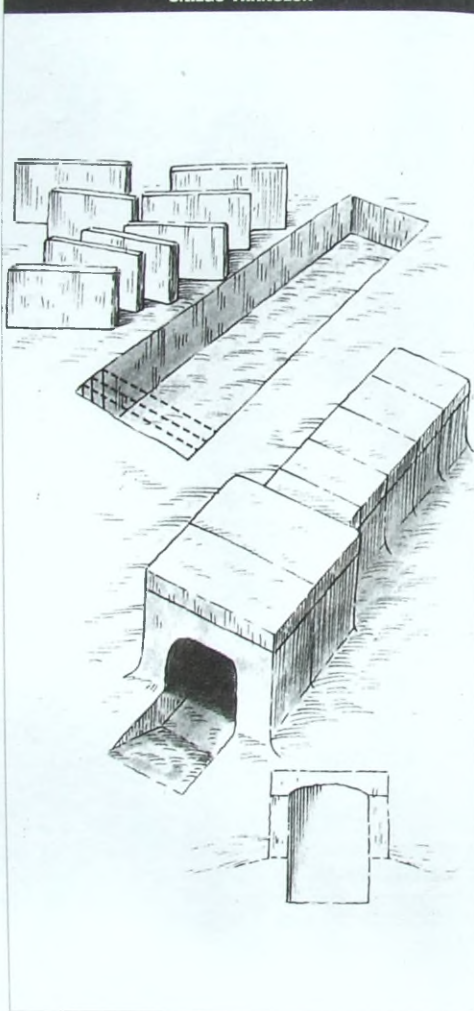
Eskimų iglu

Įdėkite langą: į sniego bloką įstatykite gabalą skaidraus ledo arba vietoj stiklo panaudokite techninę izoliaciją. Angą uždenkite odos ar audeklo gabalais: jie saugos nuo vėjo. Miegamąją vietą išklokite karklų vytelėmis, o ant jų užtieskite kailius.

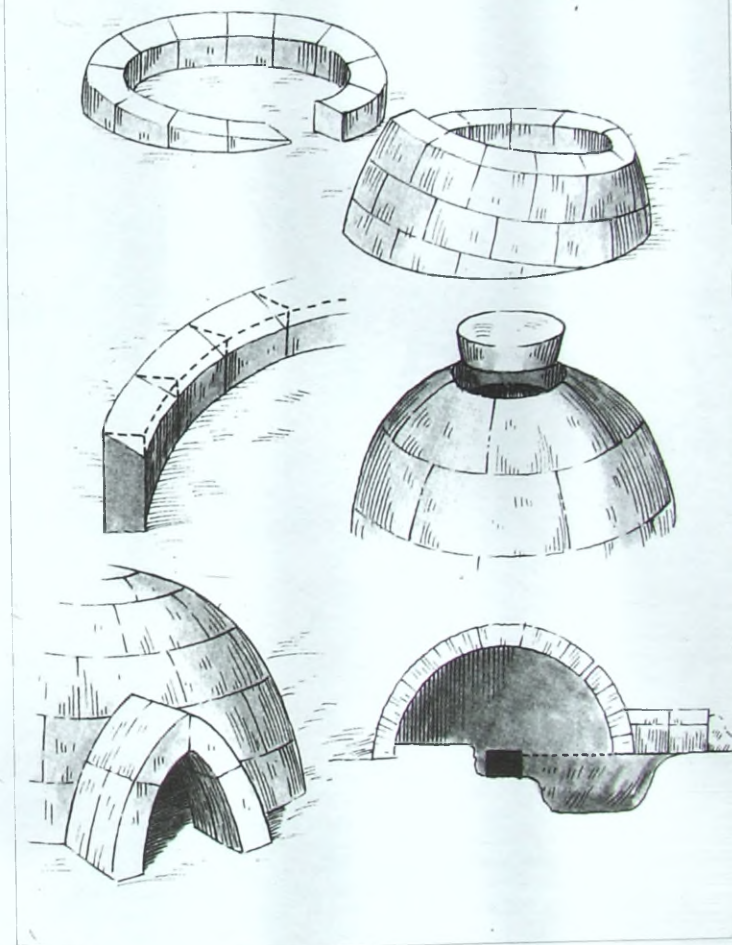
Palapinė

Permeskite kartį tarp dviejų medžių ar ant įkaltų statramsčių ir užklokite šakomis nuo viršaus įstrižai žemyn, kad būtų vietos atsigulti ir susidėti daiktams. Galite dengti ne šakomis, o vėlėnos gabalais. Klokite juos kaip plyteles nuo žulniai, kad nubėgtų

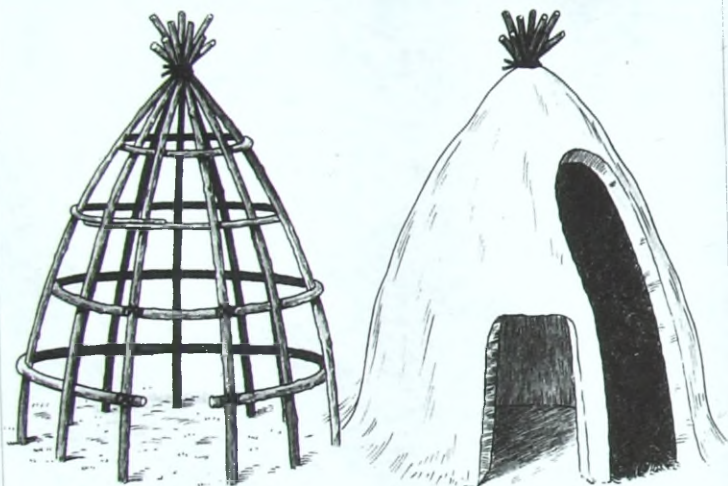
SNIEGO TRANŠEJA



IGLU



KARKASINIS KARKLŲ VYTELIŲ BŪSTAS



vanduo. Laužą kurkite ne viduje, o lauke. Jo šilumą leiskite į vidų ir apšildykite savo būstą.

Karkasinis karklų vytelių būstas

Karkasą suriškite iš karklų vytelių, kaip parodyta paveikslėlyje, ir aptraukite parašiuoto medžiaga. Paskui ant jos galite kloti šakas, veleną ar sniego blokus.

Sulipdytas skliautinis būstas

Šitokiam būstui reikia mažiau įgudimo ir laiko negu iglų statybai. Į pončą ar kitokį didelį medžiagos gabalą įsukite daug žievių, smulkių šakelių. Gauta maišą apdenkite sniegu. Vieną galą palikite nepadengtą. Kai sniegas sukietės, ištraukite „maišo“ turinį ir pačią medžiagą: viduje liks ertmė. Grindis išklokite šakelėmis. Pasidarykite įėjimo kamšalą, surišę mažesnę ryšulėlį.

UGNIES KŪRIMAS

Norėdami užkurti ugnį, turėsite rasti tinkamą pagrindą, ant ko kurti. Taip pat kuro ir prakurų.

Nekurkite ugnies po apsnigtu medžiu ar dar po kuo nors, kas ją užgesintų. Kurkite ant tvirto pagrindo. Jį galite pasidaryti iš akmenų ar iš žalių medžių rąstų. Jei jų nėra, kaskite sniegą iki dirvos. Jei norite virti, sukonstruokite virš ugnies karkasą, ant kurio kabinsite puodą. Jei norite laužo ugnimi apšildyti būstą, pastatykite už laužo reflektorių, pvz., rąstų tvorelę.

BŪSTO RENGIMO ATMINTINĖ

- Visada turėkite papildomą ventiliacinę angą, t. y. ne vien tik orlaidę.
- Aiškiai išskirkite būsto įėjimą.
- Būsto danga turi būti mažiausiai 30 cm storio.
- Prieš rengdamiesi būstą, gerai suplokite sniegą.
- Pagrindinius įrankius, pvz., sniego kastuvą laikykite būsto viduje: gali tecti išsikasti išėjimą iš būsto.

SULIPDYTAS SKLIAUTINIS BŪSTAS



Kuras

Rinkite pakuras visą dieną, kai tik jų rasite. Geriausiai dega sausi medžiai, nors beržas degs tik skaldytas. Karštoje ugnyje dega ir žali medžiai. Kai nėra medžių, kurenkite durpėmis, išdžiūvusiu gyvulių mėšlu, susuktos žolės gniužalais.

Laužo uždegimas

Patikrinkite, kad viskas būtų po ranka. Jei turite degtukų, pirmiausia uždekite žvakę ar pagaliuką, su kuriuo galėsite įkurti laužą. Pirmiausia uždekite prakuras, paskui kraukite kurą. Ne po daug! Jeigu prakuros sunkiai dega, įpūskite ugnį. (Žr. IX skyrių, kur pateikta daugiau informacijos.)

ŠALTO KLIMATO LIGOS IR NEGALAVIMAI

Dehidracija

Daug prisirengus prakaituojama, o tai gali sukelti dehidraciją, t. y. neteksite skysčių.

Simptomai

Šlapimas drumstas, geltonos spalvos. Stiprėja galvos skausmas.

Gydymas

Gerkite daug vandens, kad atstatytumėte skysčių balansą. Kad jūsų ląstelės vėl pilnos vandens, o jūs patys esate sveiki, sužinosite iš skaidraus šlapimo ir iš to, kad nustos skaudėti galvą. Dehidracija mažins jūsų mąstymą ir gebėjimą planuoti, todėl venkite jos.

Prevencija

Pakankamai gerkite kiekvieną dieną. Venkite gausiai prakaituoti. Atitinkamai renkitės.

Hipotermija

Tai reiškia, kad jūsų kūno temperatūra žemesnė už normalią.

Simptomai

Sumažėjęs atsparumas šalčiui, stiprus drebulys, vangūs judesiai, tingus mąstymas.

Gydymas

Kuo greičiau pakelkite kūno temperatūrą iki normalios. Idealiausia, jei įmerktumėte savo kūną iki pusės į karštą vandenį (37,7°–43,3°C). Tačiau gydykitės atsargiai: visu kūnu panirę į karštą vandenį galite sąlygoti širdies sustojimą.

Ligonį galite guldyti į miegmaišį kartu su kitu nesusalusių žmogumi. Idealu, kad abu būtų nuogi. Jei sušalėlis turi šamone, duokite gerti karšto saldaus skysčio.

Kai kūno temperatūra sunormalėja, negalima iš karto eiti į šaltą orą. Reikia pabūti šiltai. Jei reikia, ir toliau gerkite karštus gėrimus.

Prevencija

Neleiskite sau ir kitiems ilgai būti šaltyje be maisto, karštų gėrimų ir kitų šilumos šaltinių, neperšlapkite, ypač pučiant vėjui.

Jei būdami poliariniame regione įkriotate į vandenį, tai:

- Skubiai ir energingai plaukite į sausumą.
- Pasivoliokite sniege, kad jame susigerėtų dalis vandens.
- Kuo greičiau skubėkite į būstą ir sušilkite.
- Prieš įeidami į būstą, nusibraukite nuo savęs sniegą.
- Padžiaukite drabužius, išgerkite karšto gėrimo, suvalgykite šilto maisto.

Nušalimas *Simptomai*

Tai rimtas odos, o kartais ir kitų kūno audinių pažeidimas: nušalus audinių ląstelės formuojasi ledo kristalėliai. Paprastai nušalama, kai oro temperatūra žemesnė už -12°C , bet galima nušalti ir esant nulinei temperatūrai, jei pučia šaltas vėjas arba sušlapus. Kadangi šaltis veikia kaip anestetikas, žmonės gali iš karto ir nepastebėti nušalimo.

Paprastai nušalamos neapsaugotos ar mažai apsaugotos kūno vietos: veidas, nosis, ausys, rankos, kojos. Pirmas požymis — balta oda, paskui iškyla pūslelės, apmiršta odos poodinės ląstelės.

Gydymas

- Sušildykite pažeistą vietą. Saugokite, kad ji vėl nenušaltų.
- Nušalusias rankas laikykite po drabužiais arčiau kūno.
- Nušalusias kojas sukiškite po bendrą žygio drabužiais.
- Nepradurkite pūslių. Pabarstykite jas antiseptiniais milteliais.
- Uždenkite nušalusią vietą tvarsčiu ar kita švaria medžiaga.
- Nekiškite pažeistos kūno dalies į karštą vandenį ir nešildykite prieš ugnį, geriau panaudokite kūno šilumą.
- Jei labai skauda, vartokite morfijų.
- Labai stiprius nušalimus turi gydyti medikai.

Prevenција

- Nevilkėkite ankštų drabužių: jie sumazina kraujo cirkuliaciją ir didina nušalimo pavojų.
- Venkite šalto vėjo.
- Neišeikite į lauką atitinkamai neapsirengę.
- Žiūrėkite, kad drabužiai būtų sausi.
- Judėkite patys, judinkite rankas, vei-

do raumenis, išdarinėdami visokias minas.

- Plikomis rankomis nelieskite šalto metalo.
- Ypač saugokitės šalčio, jei esate pavarę ir netekę energijos.
- Neapsipilkite plikų kūno vietų benzinu.

Nutirpusios kojos *Simptomai*

Nuo ilgo buvimo šaltyje ir drėgmėje kojos gali pasidaryti blyškios spalvos, šaltos, nutirpusios ir apmirusios. Gali sutinti, dėl ko sunku vaikščioti. Jei nekreipsite dėmesio, padariniai gali būti rimti. Kuo greičiau išdžiovinkite avalynę, pasistenkite, kad kojos būtų sausos.

Gydymas

Netrinkite ir nemasažuokite kojų. Nuplaukite vandeniu su muilu, nušluostykite ir laikykite pakelę. Nevaikščiokite, jei dėl to jaučiate skausmą. Mūvėkite sausomis kojineis. Visada turėkite porą atsarginių sausų kojinių.

Prevenција

Kuo sausiau laikykite kojas ir dažnai keiskite kojines.

Apakimas nuo sniego

Ji gali sukelti intensyvus saulės atspindėjimas nuo sniego, taip pat nuo ledo kristalėlių debesys.

Simptomai

Akys pasidaro jautrios šviesai. Ašaroja. Viskas parausvėja. Rausvumas vis stiprėja. Peršti akis. Visą užstoja raudona migla, stipriai skauda, laikinai apankama.

Gydymas

Skubiai uždenkite akis. Būkite tamsoje vietoje. Vėsus drėgnas tvarstis sumažina skausmą. Akims atsigausti reikia laiko.

Prevencija

Nešiokite juodus akinius. Jei jų neturite, pasidarykite akidangčius iš medžio žievės ar kitos medžiagos. Odą aplink akis įtrinkite anglimi: taip sumažinsite akinimą.

Apsinuodijimas anglies monoksidu

Šalto klimato regionuose būstai nedideli ir sandarūs, juose nepakanka ventiliacijos. Anglies monoksidą, kuris yra bespalvis ir bekvapis, gali išskirti bet kokia krosnelė ir bet koks kuras.

Simptomai

Anglies monoksidą sunku pastebėti, ypač kai jis nuodija jus pačius. Truputį skauda galvą, jaučiate nedidelį svaigimą, mieguistumą, pykinimą ir net vemiate. Staiga netenkate sąmonės.

Gydymas

- Išneškite nukentėjusį į orą ar vėdinamą aplinką ir leiskite giliai kvėpuoti.
- Jei nukentėjusysis be sąmonės, atlikite dirbtinį kvėpavimą gerai vėdinamoje aplinkoje.
- Jei turite, duokite deguonies.
- Atsigavusiam nukentėjusiajam leiskite pailsėti, duokite šilto gėrimo.
- Negalima dirbti sunkaus darbo, kol visiškai nepasveiksite.

Prevencija

Gerai vėdinkite visus būstus: juose

turi būti bent dvi angos, kad vyktų oro cirkuliacija. Prieš eidami miegoti, užgesinkite visas krosneles ir lempas.

VANDUO

Poliariniuose regionuose vandens netrūksta; bet vandens, gaunamo iš ledo bei sniego, kiekis priklausys nuo jūsų turimo kuro jam tirpdyti. Geriau tirpdyti ledą, o ne sniegą, nes iš ledo gaunama daugiau vandens. Negailekite kuro būtino vandens kiekio paruošimui, nes be vandens po truputį imsite negaluoti. Stenkitės labai neprakaituoti, nes neteksite skysčių. Dirbdami nuseskite dalį drabužių.

Vasarą vandens galite pasisemti iš upių, ežerų, kūrų. Tundroje vanduo gali būti rudos spalvos dėl čia esančių organinių (augalinių) medžiagų, tačiau tinkamas gerti. Nors poliariniuose regionuose vanduo palyginti su kitais regionais yra švaresnis, vis tiek prieš gerdami dezinfekuokite jį. Jei reikia, nuskaidrinkite.

Ir žiemą galite iš po ledo ir sniego pasisemti ežero vandens. Nukaskite sniegą, prakirskite ledą: po juo rasite pakankamai vandens.

Tirpydami sniegą, dėkite jo po truputį palaukdami, kol ištirps įdėtasis. Kitaip neištirpęs sniegas sutrauks vandenį ir puodo dugnas pridegs.

Jūros ledą tirpdymui imkite tik seną. Jauno ledo vanduo bus sūrus. Senas ledas yra melsvo atspalvio.

Nepripilkite gertuvės iki pat viršaus: vanduo turi kliukseti, kad vėl nesusaltų. Gertuvę laikykite arčiau kūno.

MAISTAS

Būtų idealu, kad šaltoje aplinkoje bent du kartus per dieną valgytumėte

karštą maistą, taip pat tarp maitinimosi gertumėte karštų gėrimų. Poliariiniuose regionuose nėra maisto pertekliaus, nors vasarą pakrantės vandenyse, upėse, upeliuose, ežeruose nesunkiai pasigausite žuvies ir kitų vandens gyvių. Daugelyje pakrančių lengvai rasite moliuskų, jūros vėžių, dvigeldžių ir kitokių moliuskų, chitonų, sraigų, jūros ežių ir netgi karališkųjų krabų. Mažas juodai purpurinis moliuskas, aptinkamas Ramiojo vandenyno šiaurėje, yra nuodingas.

Nevalgykite žuvies įdubusiomis akimis, gleivėtomis žiaunomis, taip pat jei žuvies mėsa nestangri, kai ji nemalonaus kvapo. Nevalgykite jokių medūzų. Dumbliai ir kiti vandens augalai yra valgomi, bet nevalgykite tų, kurie atrodo kaip ilgi siūlai.

Polėdinė žūklė

Ledas gali būti net 4 m storio, todėl turėsite pasirinkti patogią vietą, kur galėsite išgręžti eketę: ledas turi būti ne itin storas, bet išlaikyti žmogaus svorį. Valą pririškite prie nedidelės lazdelės, galite įtaisyti kokią signalizavimo gairę, pranešančią, kad žuvis užkibo, pavyzdžiui, nosinę ar storesnio popieriaus skiautele. (Smulkiau apie žūklės įrangą skaitykite X skyrių: "Spastų spendimas, žūklė ir augalinis maistas".)

SAUSUMOS GYVŪNAI

Vandenyno pakrantėje paprastai gyvena baltieji lokiai. Su jais reikia elgtis itin atsargiai. Tai labai pavojingi gyvūnai, todėl be šautuvo geriau prie jų nesitarti.

Pavasarij ant ledo netoli properšų guiruoniai. Jie labai budrūs. Ruonį galite

nušauti tik taiklia šūviu į galvą, kol jis dar nepanirio į vandenį, nes iš ten bus sunku ištraukti.

Būkite atsargūs, kad užuodę šviežią kraujo kvapą, nepriartintų baltasis lokys.

TUNDROS GYVŪNAI

Tundra — tai dideli plotai be medžių Azijos šiaurėje ir Kanadoje.

Poliarinis kiškis

Šie gyvūnai čia maitinasi ir žiemą.

Karibūs

Šis elnias gyvena Kanados šiaurėje. Migruoja dideliais atstumais.

Lemingas

Smulkūs tundros žolėdžiai. Prasidedant žiemos sezonui migruoja į taigą. Dauguma žūva, bandydami įveikti vandens kliūtis.

Avijautis

Nemigruoja. Ištvėria žiemą už Poliarinio rato.

Šiaurės elnias

Eurazijietiškas karibaus atitikmuo. Žiemą migruoja į pietus.

Plėšrūnai

Poliarinė lapė

Paplitęs plėšrūnas. Jų būna žydrų ir rusvų. Pastaroji žiemą pabąla.

Šermuonėlis

Medžioja lemingus ir taip reguliuoja jų kiekį.

Vilkas

Medžioja karibūs, šiaurės elnius. Seka jų migracijos takais.



Poliarinė lapė

Ledinė antis

Neria į dugną susirasti maisto.

Baltoji pelėda

Medžioja baltuosius tetervinius ir škotines kurapkas.

Gulbė

Atskrenda tik vasarą.

Žuvėdros

Arktinės žuvėdros veisiasi Arkties vandenyno pietinėje dalyje ir Antarktidos šiaurinėje dalyje.

Balų paukščiai

Tai juodkrūtis bėgikas, akmenė, Islandijos bėgikas. Kiekvieną pavasarį tundroje jie susisuka lizdus, o rudenį skrenda į pietus.

Kurapka

Jų taip pat esama Arktikoje.

PAUKŠČIAI

Naras

Nardo giliai. Minta žuvimi.

Žąsis

Vasarą peri poliariniuose regionuose.

Sakalas

Medžioja škotines kurapkas, baltuosius tetervinus.

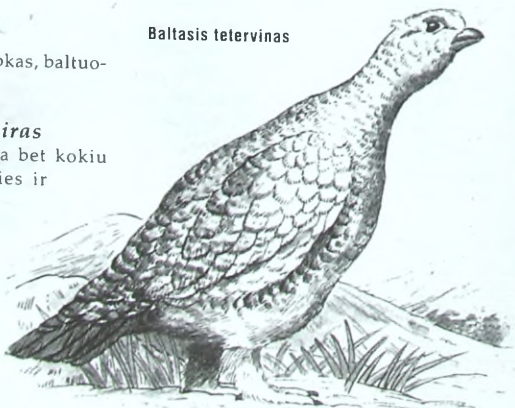
Didysis poliarinis kiras

Ėdrus plėšrūnas. Minta bet koku grobiu. Lizdą suka Arkties ir Šiaurės Atlanto pakrančių salose.

Baltasis tetervinas

Beveik visus metus gyvena Šiaurėje. Lizdus krauna ant žemės. Patelės padeda 8–13 kiaušinių.

Baltasis tetervinas



TAIGOS GYVŪNAI

Taiga — tai šiauriniai spygliuočių miškai, šiaurėje pereinantys į tundrą, o pietuose — į lapuočių miškų zoną. Taiga tęsiasi nuo Šiaurės Rytų Europos per Rusiją iki Ramiojo vandenyno ir nuo Aliaskos per Šiaurės Ameriką iki Niufaundlendo. Didelė taigos dalis yra šiauriau Poliarinio rato, ir žiemos ten šaltesnės kaip tundroje, bet vasaros šiltesnės.

Amerikinis briedis

Didžiausias pasaulyje elninių šeimos gyvūnas. Eurazijoje gyvena briedis.

Kirstukai

Aktyvūs ir žiema.

Voverės

Aktyvios ir žiema.

Dygliakiaulė

Gyvena Š. Amerikoje, aktyvi ir žiema.

Pelėnai

Gyvena urveliuose. Gerai laipioja.

Lemingai

Žiemą iš tundros migruoja į taigą.

Plėšrūnai

Didysis šermuonėlis

Žiema tampa baltas.

Lūšis

Naktinis plėšrūnas apie 80–100 cm ilgio.

Kiaunės

I žebenkštis panašūs kailiniai žvėreliai, gerai laipioja medžiais.

Žebenkštis

Ruda nugara, balta papilvė. Žiema pabąla visas kailiukas.

Paukščiai

Eurazijos kurtinys

Tai didžiausias tetervinų šeimos paukštis.

Genys

Paplitęs visame Šiaurės pusrutulyje.

Kirstukas



AUGALAI

Toliau išvardyti augalai auga arktiniuose ir subarktinuose regionuose. Jie taip pat veša ir vidutinio klimato juostose, tik Šiaurėje yra daug mažesni. Daugelis didesnių kerpių yra valgomos. Jomis maitinasi išbadę Šiaurės tyrinėtojai.

Tundroje galima rasti uogų. Eskimai valgo juodąsias varnauoges (vienas ar sumaišytas su taukais). Europiečiai valgo mėlynės, bruknės, spanguolės. Didesnė dalis grybų — valgomi.

Stebėkite, kur ganosi gyvuliai ir paukščiai, — jie parodys, kur yra maisto. Eidami rinkite kiekvieną valgomą augalą. Taip po truputį prisirinkite pakankamai, kad numalšintumėte alkį.

Poliarinis gluosnis

Auga Šiaurės Amerikos, Europos ir Azijos tundrose. Kaip ir beržas keružis retai kada užauga iki metro aukščio. Turi daug vitamino C. Galima valgyti žalias šakeles ir jaunas šaknis.

Meškauogė

Auga poliariniuose ir vidutinio klimato regionuose. Lapai lygiakraščiai arba dantyti. Žiedeliai rožiniai ar balti. Raudonas uogas galima valgyti žalias ar virtas. Iš lapų galite virti arbatą.

Varnauogė

Auga Šiaurės Amerikos ir Eurazijos tundrose. Mažas krūmelis su visžaliais smailiais lapeliais. Uogos nedidelės, juodos. Galima valgyti šviežias arba džiovintas.

Uolaskėlė

Auga poliariniuose regionuose. Lapai įvairios formos, ištisiniai. Žiedai rožiniai. Galima valgyti lapus, žiedus, stie-

belius. Geriau pavasarį, kol augalas minkštas.

Islandinė
kerpena



Islandinė kerpena

Aptinkama atvirose Arkties vietose. Gali būti pilkai žalia, balta ar rudai raudona. Valgoma, bet prieš tai reikia išmirkyti ir gerai išvirti.

Plūdinis vėdrynas

Auga arktinių ir subarktinių regionų pelkėse, ežeruose, upeliuose. Apskriti žali lapai, trumpas stiebas, geltonas žiedas. Visos augalo dalys valgomos, tik reikia išvirti.

Varnauogė



Elininė šiurė

Auga atvirose, sausose vietose. Pilkos spalvos. Šakelės panašios į elnių ragus. Visos augalo dalys valgomos, tik reikia keletą valandų mirkyti ir gerai išvirti.

Juodoji kerpė

Auga ant akmenų ir uolų.

Apskritos formos,

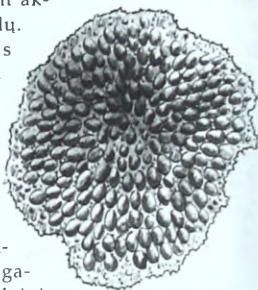
garbanotais kraštais.

Viduryje juodas, šonai

šviesesni.

Augalas valgomas, bet gali erzinti gleivinę.

Reikia ilgai mirkyti keičiant vandenį, gerai išvirti. Kad būtų trapesnė, galite pakepti.



Lūgnė (geltonoji vandens lelija)

Auga sekliuose, ramiuose vandenyse. Geltoni žiedai. Vaisius — butelio formos uoga. Visos augalo dalys valgomos. Šėklas galima pakepti ir sutrinti į miltus. Šaknis galima virti.

KELIAVIMAS

Jei esate šalia didelių objektų (pvz., sudužęs lėktuvas), geriau likite vietoje, kad jus greičiau surastų. Keliaukite tik būtinu atveju, pavyzdžiui, ieškodami saugumo. Atsižvelkite į orus ir į savo fizinę būklę. Žinokite, kadėjimas per pūgą reikalauja daug fizinio jėgų, daugiau maisto ir vandens. Kelionės metu gali tekti rengti laikinus būstus.

Jei tenka pereiti ploną ledą, atsigu-

kite ir šliaužkite, kad kūno svoris pasiskirstytų plačiau. Kai oras giedras, kaip ir dykumoje labai sunku nustatyti atstumus. Kyla grėsmė jų neįvertinti, nes objektai atrodo arčiau, negu yra iš tikrųjų. Nakvoti taisykitės anksčiau, kad užtekėtų laiko įsirengti būstui. Jei sniegas gilus, naudokitės sniegbačiais. Galite juos nusiregzti iš karklų vytelių.

Galite sumanyti nustatyti savo buvimą vietą ar numatomą maršrutą. Tam padės šie ženklai:

Žvaigždės

Šiaurės pusrutulyje šiaurę galite nustatyti pagal Didžiųjų Grįžulo Ratų žvaigždyną, rodantį į šiaurinę žvaigždę, o toji kybo virš Šiaurės ašigalio. Pietų pusrutulyje ašigalį rodo Pietų Kryžius. Be sekstanto ir lentelių sudarymo negalėsite nustatyti platumos vien iš šiaurinės žvaigždės virš horizonto.

Saulė

Jei tiksliai žinote vietos laiką, vidurdienį šešėlis, krintas nuo tiesaus objekto, parodys pietus ir šiaurę. Jeigu nežinote vietos laiko, šešėlis, saulei esant aukščiausiam taške, rodyt šiaurę.

Dangus

Debesys virš besniegės žemės ar vandens atrodys juodi, o virš snieguotos žemės ar užšalusios jūros — balti.

Paukščiai

Rytą paukščiai dažniausiai skrenda į jūrą, o vakare grįžta į sausumą.

Augmenija

Samanos ant medžių ir akmenų visada gausesnės šiaurinėje pusėje. Alksnių žievė šviesesnė pietinėje pusėje. Kerpių daugiau pietinėje pusėje.

KAIP IŠGYVENTI KALNUOSE

Kalnai menkai apsaugo nuo žemos temperatūros ir stiprių vėjų. Pirmoji taisyklė kalnuose — kuo greičiau rasti kelią saugiai nusileisti žemyn.

Nepasirengusiems kalnai tėra tik didelės nesvetingos vietos. Kopimas į kalnus ir nusileidimas nuo jų reikalauja specialių įgūdžių. Šis mūsų knygos skyrius suteiks jums pagrindinių žinių, kaip išgyventi kalnų regionuose ir pasiekti saugia vietą.

Kalnai paprastai driekiasi vienas paskui kitą. Tokia kalnų grupė vadinama kalnagūbriu. Pažemėjimas tarp dviejų kalnagūbrių vadinamas kalnų slėniu. Iškilusios kalnų dalys vadinamos viršūnėmis, o smailios viršūnės — smailėmis. Susiję kalnagūbriai sudaro kalnų sistemą, o kelios sistemos — kalnų grandinę. Kalnagūbrių, kalnų sistemos ir grandinių junginys vadinamas juosta.

KLIMATAS

Kylant aukštyn kas 100 m temperatūra nukrenta 0,5–1°C. Be to, kalnų klimatui turi įtakos reljefas, vietiniai vėjai. Nuo šlaitų padėties priklauso kritulių kiekis: priešvėjiniuose šlaituose jo daugiau, pavėjiniuose — mažiau.

Dykumų regionų kalnuose mažai lyja, todėl oras ten labai sausas. Pusiaurjo kalnuose, nors aukštai temperatūra yra žema, nėra nei žiemos, nei vasaros. Ten temperatūra keičiasi nuo -2°C iki 8°C.

Vidutinių platumų kalnų papėdėse žemiausiai auga lapuočiai medžiai, aukščiau — visžaliai spygliuočiai, dar aukščiau, virš miškų augimo ribos, kur fotosintezės nebepakanka augti medžiams, — ten plyti alpinės pievos — i

KALNŲ REGIONAI



tundrą panašios vietos su žemaūgiais krūmokšniais ir žolėmis. Dar aukščiau gali visai nebūti augmenijos.

APRANGA IR DAIKTAI

Priklausomai nuo aukščio kalnuose jums bus arba šalta, arba labai šalta. Svarbu turėti atitinkamus drabužius.

Drabužių sluoksniai

Idėja tokia: drabužių galite apsivilkti daugiau arba mažiau. Seniau kopėjai į kalnus tenkinosi vilna bei tvidu, dabar yra begalės sintetinių audinių. Daug jų galite pasirinkti vietinėse parduotuvėse.

Pagrindinis sluoksnis

Idėja tokia: plonas, dažniausiai sintetinės medžiagos sluoksnis garina drėgmę nuo kūno, bet, būdamas per plonas, neabsorbuoja drėgmės iš lauko pusės. Rezultatas: visada būsite sausi nepriklausomai nuo fizinio krūvio ar oro sąlygų.

Izoliuojantis sluoksnis

Efektyviausia izoliuojanti yra vilnė medžiaga. Dabar jos yra visokių pavidalų. Rinkdamiesi drabužį, atsižvelkite ir į kitus veiksnius — ventiliacinius užtrauktukus, raištelius.

SVARBIAUSIOS PASAULIO VIRŠUKALNĖS

	PĖDOS	METRAI
AZIJA		
Everestas (Kinija–Nepalas)	29,028	8848
Čogoris (K 2) (Kašmyras–Sinkiangas)	28,250	8611
Nanda Devi (Indija)	25,643	7816
Araratas (Turkija)	16,808	5123
Džaja (Indonezija)	16,503	5030
Kinabalu (Malaizija)	13,431	4094
Fudzijama (Japonija)	12,388	3776
ŠIAURĖS IR CENTRINĖ AMERIKA		
Makinlis (JAV)	20,320	6194
Loganas (Kanada)	19,551	5959
Kitlaltepetlis (Meksika)	14,688	4477
PIETŲ AMERIKA		
Akonkagva (Argentina)	22,834	6960
Huaskaranas (Peru)	22,205	6768
Sachama (Bolivija)	21,463	6542
Čimborasas (Ekvadoras)	20,702	6310
EUROPA		
Elbrusas (Rusijos Federacija)	18,510	5642
Monblanas (Prancūzija–Italija)	15,744	4808
Materhornas (Italija–Šveicarija)	14,688	4477
Etna (Sicilija)	10,902	3323
AFRIKA		
Kilimandžaras (Tanzanija)	19,340	5895
Kirinjava (Kenija)	17,057	5199
Stenlis (Zayras)	16,763	5110
Tubkalis (Marokas)	13,664	4165
AUSTRALIJA		
Kukas (Naujoji Zelandija)	12,316	3754
ANTARKTIDA		
Vinsonas	16,066	4897
Erebus	12,447	3794

Kaip ir daugeliu kitų atvejų rasite plonos medžiagos kelnės, nes su jomis lengva judėti, be to, jos greitai išdžiūsta. Dideliame šaltyje reikėtų mūvėti šiltomis kelnėmis.

Viršutinis sluoksnis

Geriausia, kad jis būtų iš orą praleidžiančios medžiagos. Kalnams rekomenduojamas trigubo pluošto sluoksnis. Jei keliaujate į kalnus, norėsite, kad perkami drabužiai nevaržytų judesių. Jums reikėtų ir kitokių aprangos elementų, pavyzdžiui, šalmo. Viršutinės kelnės turėtų būti specialiai pasiūtos (pavyzdžiui, su išryškintais keliais), kad leistų laisvai judėti.

Vieno sluoksnio sistema

Tai pigesnis pasirinkimas galbūt nenorintiems skirti per daug laiko ir pinigų specialiai aprangai. Svarbu, kad drabužiai būtų iš orą praleidžiančios medžiagos ir garintų kūno drėgmę.

BATAI

Rinka siūlo gausybę įvairių batų, ir dauguma jų yra tikrai geri. Tačiau prisiminkite, kad batai

turi būti pritaikyti prie aplinkos sąlygų, todėl juos rinkitės labai kruopščiai. Pirkite gerą reputaciją turinčioje sporto prekių parduotuvėje, pasiklauskite eksperto patarimo (turėkite omenyje, kad pardavėjui svarbiausia — jums ka nors įsiūlyti).

Skirtingų batų reikia vaikščioti po kalnus vasarą, žiemą, kopti snieguotu ir apledėjusiu paviršiumi. Lankstūs batai tinka vaikščioti po kalnus, o kopti snieguotu ar apledėjusiu paviršiumi geriau kieti. Jei ketinate pabūti alpinistu, rinkitės kietapadžius batus su stipriu viršumi. Jums gali prireikti alpinisto kabliu, taigi prie tokių batų jie bus efektyvesni.

Ledo kirtiklis

Labai svarbus atributas einant sniegu bei ledu. Juo galima pasiremti, kopti, kasti, zonduoti. Jį sudaro galvutė (skaptas ir kirstuvas), kotas ir smailgalys.

Slidžių lazda

Su ja lengviau eiti per sniegą. Gali tėti į kuprinę įsidėti sudedamą slidžių lazda.

PAVOJAI KALNUOSE

Sniego griūtis

Ji gali ištikti visur, kur yra sniego, bet priklauso nuo tam tikrų sąlygų. Jei sniegas vienodo kietumo, griūtės rizika mažesnė. Jei sniego sluoksniai nevienodo kietumo, grėsmė didėja.

Sniego griūtės tikimybę galite patikrinti prakasdami sniegą pasirinktoje vietoje, kad išmėgintumėte jo kietumą. Jei besdami į sniegą ledo kirtiklio koto, pastebėsite skirtingą pasipriešinimą, toje

vietovėje gresia sniego griūtis. Galite patikrinti ir kruopščiau: kasti iki žemės ir įvertinti sniego sluoksnių kietumą, drėgmės kiekį ir kristalų didumą įvairiuose sniego sluoksniuose.

Vanduo yra savotiškas tepalas sniegui, todėl jeigu sniegas labai drėgnas, jis gali slysti. Sniego drėgnumą patikrinkite suspaudę gniūžtę. Jei ji sulimpa, sniegas drėgnas. Jei jūsų pirštinės sušlampa, sniegas jau šlapias.

Žemė

Jei ji kieta ir lygi, sniegas gali nuslysti. Aukšta žolė irgi sudaro slidų paviršių sniegui.

Šlaitas

Jei šlaitas įdubęs, mažiau tikėtina, kad gali prasidėti sniego griūtis. Jei jis išgaubtas, tikimybė didesnė. Žinoma, šlaito nuolaidumo kampas — irgi reikšmingas dalykas. Kuo šlaitas statnesnis, tuo realiau, kad sniegas gali imti slysti. Šlaituose, kurių nuolydžio kampas 20°–50°, yra rimta sniego griūtės tikimybė.

Vėjo supustyto sniego griūtis

Tai dažniausiai pasitaikanti sniego griūtis. Ją sukelia vėjo poveikis krentančiam ar iškritusiam sniegui. Sniegas iš pažiūros panašus į kreidą, puikios struktūros ir girdžia po kojomis.

Birus sniegas

Gali kilti griūtis, nes birus sniegas kaupiasi net ir be vėjo ar esant labai silpnam vėjui. Storesnis kaip 40 cm šviežiai prisnigto sniego sluoksnis yra rodiklis, kad gali kilti tokio sniego griūtis.

Ledas

Ledo sukeltos sniego griūtys pasitaiso šiltu oru, kai ledas ima tirpti. Labiausiai tikėtina rytą ar vakare, priklausomai nuo besikeičiančios temperatūros.

Šlapias sniegas

Staigus temperatūros kilimas ar vėta, atvira tiesioginiams saulės spinduliams, sukelia šlapio sniego griūtės riziką. Jei žemyn ritasi sniego gniūžtės, tai jau rodo, kad reikia tikėtis sniego griūtės.

Ką daryti sniego griūtės rizikos vietovėje?

- Pereikite pavojingą zoną vienu metu ir susirišę virve.
- Šlaitą pereikite kiek galite aukščiau.
- Pasinaudokite bet kokia galima priedanga, sakykime, uolų atodanga.
- Jei jus užklupo sniego griūtis, pasistenkite likti toje pačioje vietoje. Čia pat įbeskite sniego kirtiklį ir laikykitės. Gal sniegas praslinks. Jei patekote į griūtį, stenkitės risti į šoną. Darykite plaukimo judesius, kad liktumėte arti paviršiaus. Jei jūs vis dar griutyje, kai ji liovėsi, sukaupkite visą energiją "išplaukti" į paviršių.
- Jei jus užgriuvo, pabandykite pasidaryti vietos kvėpavimui bent prieš veidą.
- Tausokite deguonį nešaukdami, nes vargu ar kas jus išgirs.

Gelbėjimas

Jei pamatėte, kad ką nors ištiko griūtis:

- Pažymėkite vietą, iš kur matėte jį ar ją prieš griūtį, paskui vietą, kur griūtis parvertė asmenį. Išveskite liniją per tuos du taškus ir tęskite žemyn iki numatomos "palaidojimo" vietos.

- Šaukite ką nors į pagalbą, bet nepalikite vietos, jei nesitikite, kad po 15 minučių kelio rasite pagalbininką.
- Dairykites kokių nors asmeninių daiktų, kad aptiktumėte palaidojimo vietą.
- Sistemingai tikrinkite vietą, įbesdami ledo kirtiklio kotą ar kitą priemonę.
- Radę nukentėjusįjį, atkaskite jo burną ir kvėpavimo takus, pašalinkite sniego svorį nuo krūtinės. Jei asmuo nekvėpuoja, tučtuojau darykite dirbtinį kvėpavimą, netgi neištraukę iš po sniego viso kūno.

Pakibę sniego luitai

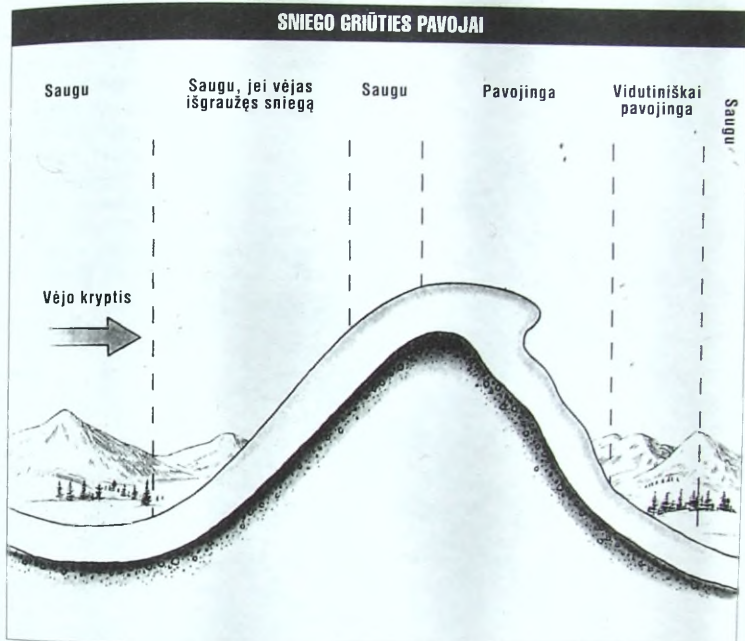
Jie paprastai susiformuoja ant kalvagūbrio ar plokščiakalnio krašto, bet gali būti visur, kur staigiai keičiasi kampas. Paprastai pakibęs sniego luitas susiformuoja esant 17° ir didesniai kampui.

Kadangi pakibęs sniego luitas gali nukristi, laikykitės nuo jo atokiau. Kai einate per kalvagūbrį su pakibusiu sniego gūbriu, patartina visiems susirišti virve.

Ledynas

Tai susidariusi ledo masė nuolatinio sniego vietovėse. Nuo savo svorio sniegas virsta ledu, kuris pamažu slėgio veikiamas slenka žemyn. Slinkdamas tirpsta ir nustoja slinkti, kai ištiręs kiekis prilįgsta susikaupusiam sniegui ledyno paviršiuje. Ledyno paviršius yra trapus. Jis lūžta ledynui slenkant ir susformuoja plyšius; atitrukę ledo luitai gali kristi ir kelti pavojų esantiems kalnuose.

Ledyno pasiglemžti rieduliai, gruntas ir uolienų nuolaužos vadinami morena. Morena, susiformavusi ledyno liežuviu kraštuose, vadinama kraštine morena, jo



priekinėje dalyje — galinė, o nusėdusi ištirpus ledynui — dugninė. Jos gali būti klampios, todėl yra pavojingos keliaujantiems po kalnus.

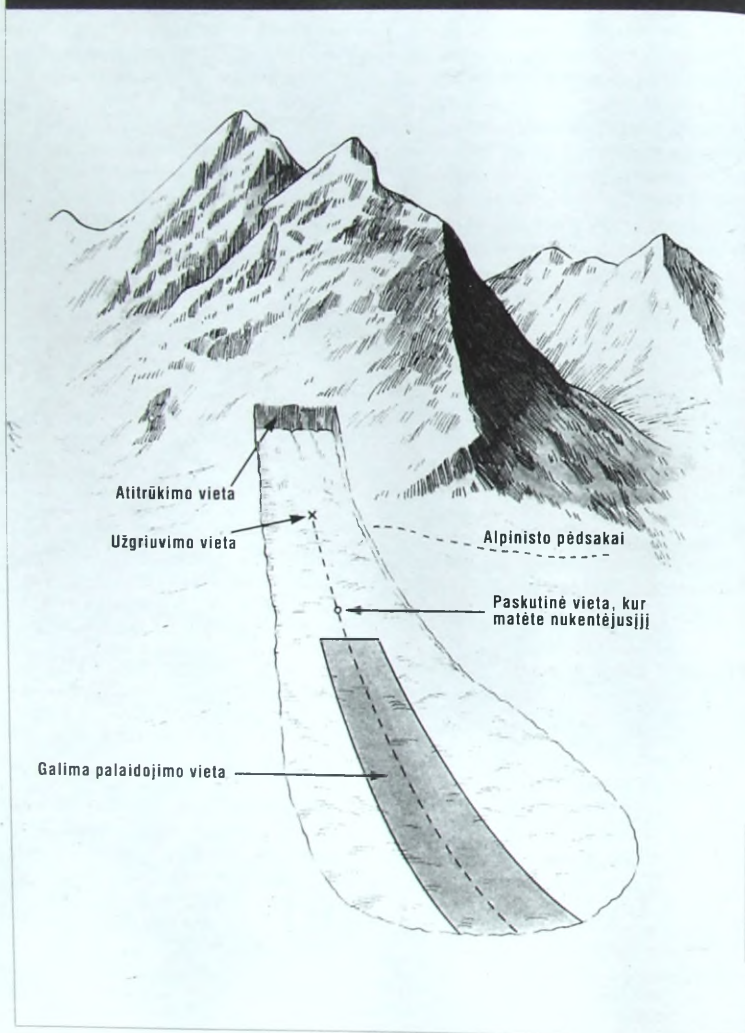
Ėjimas ledynų

- Būkite ypač atsargūs ten, kur ledynas statėja ar kur daro posūkį.
- Būkite atsargūs eidami sniego tiltais per plyšius: jie bet kurią akimirką gali neišlaikyti.
- Ledyną bandykite pereiti ankstų rytą, kol dar šalta ir ledas netirpsta.
- Jei ledynas šviežiai apsnigtas, sunku pastebėti plyšius, todėl keliautojai privalo susirišti virvę.

- Dieną ant ledyno gali susidaryti aukšta temperatūra, bet nereikėtų nusirengti per daug drabužių, nes jei iškrisite į kokią plyšį, temperatūra ten bus toli gražu ne tokia.

Kai rišatės virvę, geriau riškites ne dviese, o trise ir daugiau žmonių. Virvę apsuokite apie kūną per dešinį petį ir po kaire pažastimi. Tarp žmonių palikite apie 15 m atstumą. Užveržkite mazgą tarp pagrindinės virvės ir likusio jos ritinio. Palaido ritinio niekada nesineškite. Virvė tarp alpinistų turi būti ištempta. Jei pirmasis žmogus įkrenta į plyšį, komandos nariai turi

GELBĖJIMO PAIEŠKA



tuoj kulnais įsiremti į sniegą, kad sustabdytų kritimą.

Artinkitės prie plyšio tinkamu kampu. Jei ketinate jį peršokti, atminkite, kad kitame krašte sniegas gali būti laisvas. Peršokę kriskite į priekį, įsikabinkite ledo kirtikliu į sniegą. Pastebėkite visus galimus "nenormalumus" sniego paviršiuje — tamsius lopus ar nuolaidumus — ten gali būti plyšys.

ĖJIMAS KALNŲ SNIEGU AR LEDU

Eidami sniegu, galite remtis kojomis, bet ledui įveikti prireiks alpinisto kablių (prie tinkamos rūšies kietų batų).

Tiesus kopimas

Laikykite ledo kirtiklį smaigaliu atgal. Naudokite jį pasiremti. Ištraukite tik tada, kai tvirtai stovite abiem kojom. Darykite laiptelį sniege, truputį kampu pasvirusį žemyn. Laiptelis turi būti pakankamai platus, kad tilptų bent pusė pėdos, nors labai kietame pagrinde tai gali būti neįmanoma.

ĮSTRIŽAS KOPIMAS



Įstrižas kopimas

Laipteliai turi būti horizontalūs, daromi bato šonu ir nedideliu kampu į kalną. Kirtiklį laikykite rankoje, kuri yra arčiau kalno. Įbeskite jį į kalną, kad galėtumėte pasilaikyti ir jaustis tvirtai bei saugiai.

Nusileidimas

Šiuo atveju laiptelius darykite bato kulnu beveik tiesia koja.

Jei paslydote

Jei paslydote, bet turite ledo kirtiklį, tučtuojau įkirskite jį vertikaliai į šlaitą ir viena ranka laikykite jį prie pagrindo. Abiem kojom išsipirkite į sniegą. Kai kur prireikia ir įsmeigti kirtiklio smaigalį, kad galėtumėte išsilaikyti.

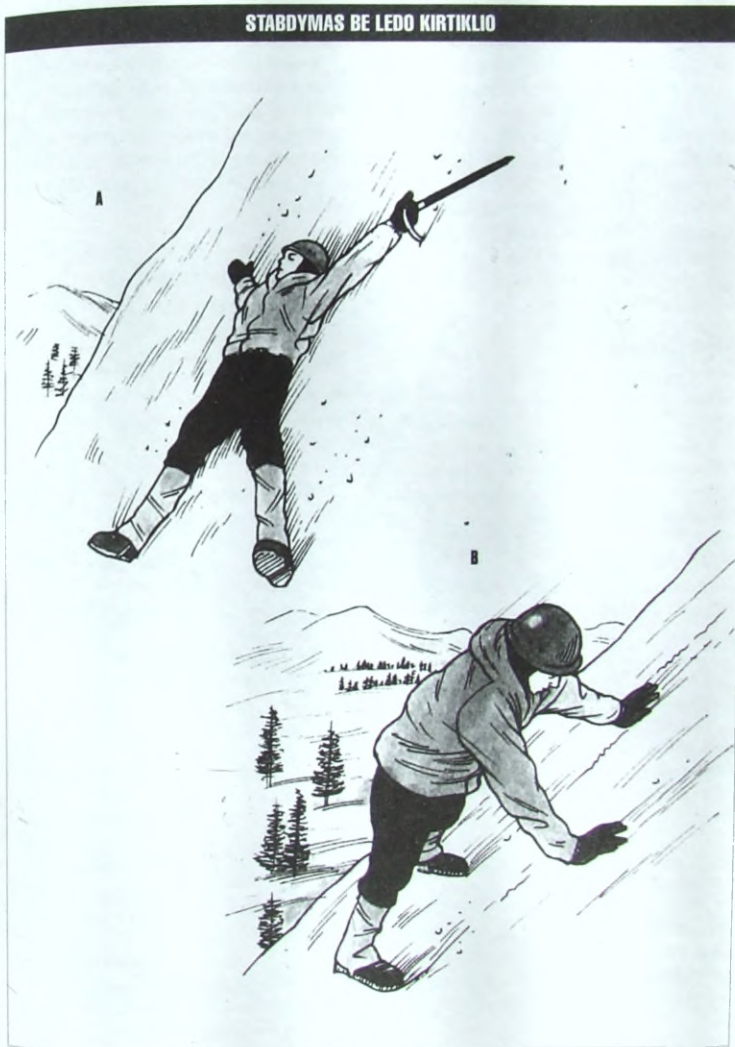
Stabdymo padėtis

Viena ranka turi būti ant ledo kirtiklio kaplio, o kita — ant koto. Jei ant ledo kirtiklio kaplio guli kairė ranka, jos ka-

STABDymo PADĖTYS



STABDYMAS BE LEDO KIRTIKLIO



plys turi būti po kairiu petimi, o dešinė laikykite kirtiklio kotą prie šono. Smaigalį į šlaitą įbeskite stumdami kirtiklį dešine ranka ir petimi. Kirtiklio kaplys turi remtis į duobutę po raktikauliu. Spauskite, kniūpti remdamiesi keliais į sniegą, o kojas pakelę. Tai bazinė padėtis.

Bet kai krisite, tikriausiai neužimsite idealios bazinės padėties. Svarbu veikti instinktyviai ir kiek galima greičiau. Išstudijavę gerą alpinizmo vadovėlį, žymiai patobulėsite.

Stabdymas be ledo kirtiklio

Jei neturite kirtiklio ar pametėte jį krisdami, naudokitės savo rankomis ir kojomis. Vienas būdų — apsisiversti kniūptiams, įsikibti į šlaitą rankomis ir kojomis. Svorį sutelkite į kojų pirštus. Tai turėtų padėti sustoti.

Nučiuožimas

Jei ketinate nučiuožti, privalote mokėti stabdyti ledo kirtiklį. Čiuožkite tik tada, kai apsižiūrėjote, kur sustosite.

Nučiuožimas stačiomis

Čiuoždami atsipalaiduokite — truputį sulenkite kelius ir išskėskite kojas. Ištieskite rankas pusiausvyrai palaikyti. Pasisukite kūnu ir sustokite pasukę koją.

Nučiuožimas pasilenkus

Pasilenkite žemyn ir suspauskite ledo kirtiklį. Vieną ranką laikykite ant kaplio, kitą ant koto. Palaikydami pusiausvyrą vilkite smaigalį sniegu. Stabdydami visu svoriu užsigulkite ant kirtiklio koto.

Nučiuožimas atsisėdus

Atsisėskite ant sniego ir čiuožkite žemyn laikydami ledo kirtiklį taip pat, kaip ir čiuoždami pasilenkę. Jei atsigulsite ant nugaros ir pakelsite kojas, čiuošite greičiau. Kad sustotumėte, nuleiskite kojas ir griebkitės ledo kirtiklio.

NUSILEIDIMAS NUO KALNO AR KALVOS

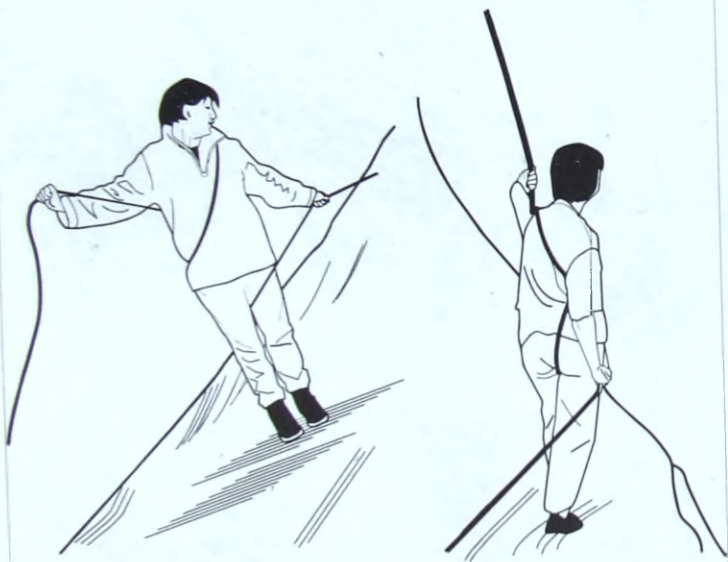
Ant kalno šalta ir pučia vėjas. Jei norite pailsėti ir rasti laikiną prieglobstį, leiskitės į užuovėjinę kalno pusę.

- Dairykitės apleistų takelių ar kitokių ženklų, rodančių, kad tuo maršrutu vaikščiota žmonių. Nusileisti bus daug lengviau.
- Jei matomumas blogas, būkite itin atsargūs. Rasti kelią per rūką sunkiai geba netgi patyrę alpinistai su kompasu.
- Jei šliaužiate žemyn, šliaužkite atsi-
grežę veidu į kalną.
- Venkite lomų: ten didesnė tikimybė, kad gali užkristi akmenys. Jei esate su grupe, stenkitės, kad esančių žemiau neužgautų akmenys, išjudinti esančių aukščiau.
- Neaukštuose kalnuose virvė nereikalinga, tačiau visada išmintinga ją turėti nenumatytiems atvejams.
- Įveikdami ledyną su grupe, būkite visi susirišę. Jei yra, eikite jau pramintais takeliais, bet žinokite, kad juos gali būti palikę ir nepatyrę alpinistai.
- Venkite padengtų skalda šlaitų, nes galite prieiti statų skardį, kurio iš apačios nematyti.

LEIDIMASIS VIRVE 1



LEIDIMASIS VIRVE 2



Nusileidimas virve

Galite leistis, jei tik turite virvę. Tai nėra taip jau paprasta, todėl net labiau patyrę alpinistai privalo elgtis atsargiai. Civilių, nusileidžiančių virve nuo pastatų, nuotraukos, gali sudaryti klaidiną išpūdį: jie leidžiasi griežtai prižiūrimi aptarnaujančio darbuotojo. Leiskites virve tik tuomet, kai neturite kito

pasirinkimo arba kai jūs ar jūsų partneris esate gerai išsiteniravę.

Kaip leistis

Pirmiausia suraskite, prie ko tvirtai pririšite virvę. Paskui specialų inkarą panaudokite kaip ramstį. Inkaras turi būti tiksliai virš iškyšos, ant kurios stovite. Pasistenkite, kad įtemta virvė ne-

KOPIMAS NAUDOJANTIS VIRVĘ



judėtų. Žiūrėkite, kad ji neturėtų įtrūkimų. Taip pat stebėkite, kad ji būtų toliau nuo aštrių briaunų, kurios gali ją įpjauti.

Jei rengiatės atlikti ilgą nusileidimą, suriškite dvi virves. Šiuo atveju suriškite dvigubą žvejo mazgą. Leidimosi vietoje venkite palaidų akmenų ir aštrių briaunų. Žiūrėkite, kad laisvi

drabužiai ir ilgi plaukai neįsipainiotų į virvę.

Vieną nusileidimo virvės galą prižiūrėkite prie specialaus inkaro, įkalto į kalną. Kad nenuslystumėte, užmegzkite mazgą kitame (apatiniam) virvės gale. Meskite virvę žemyn. Būtinai užsitikrinkite, kad kas nors apačioje žinotų, ką jūs darote ir kad virvę pasieks

atbraila, ant kurios bandote nusileisti.

Apisiųskite virvę iš priekio į užpakalį tarp kojų, aplink viršutinę šlaunies dalį, įstrižai per krūtinę, per dešinį petį, po pažastimi — ir į kairę ranką. Lėtai nueikite iki atbrailos krašto, žemai susigūžkite, jei yra pavojus, kad virvė gali nuslysti nuo inkaro. Apačioje esančia ranka kontroliuokite leidimąsi. Niekada nebandykite jo kontroliuoti pakeltąja ranka. Taip galėsite sukinėti kūną, jausitės saugiau, aiškiau matysite, kas dedasi žemai.

Stenkitės leistis kiek galite lygiau, kad išvengtumėte švytuoklės efekto, dėl ko galite atsitrenkti į aštrią atbrailą. Nusileidę įsitikinkite, ar neišjudinote kokio akmens, kol leidotės.

Kėlimasis virvę

Visų pirma suraskite, prie ko pririšite virvę. Tai gali būti uolos smaigalys, medis ar giliai įsmigęs akmuo. Užriškite kilpą ir uždėkite ją ant uolos smaigalio. Kilpą geriausia užrišti aštuoniukės mazgu. Neblogai būtų, jei nusižiūrėtumėte dar vieną smaigalį (papildomam saugumui).

Nuleiskite virvę per galvą (taip, kad ji būtų virš virvių, pririštų prie uolos smaigalio) žemyn (aukščiau klubų, bet žemiau minkštesnės liemens dalies), apsukite ją aplink tą ranką, kuri arčiau kalno. Nieką nedarykite plikomis rankomis: apsimaukite pirštines, kad nesusižeistumėte delnu.

Atsisėskite. Patikrinkite, ar virvė tarp jūsų ir smaigalio įtempta. Ir jūs, ir smaigalys privalo būti vienoje jėgos veikimo kryptyje. Rankos, esančios arčiau smaigalio, neatitraukite nuo virvės, kai ją reguliuosite. Tą darykite ranka, esančia arčiau kito alpinisto.

MAZGAI

Nuodugniau apie mazgus rašoma XIII skyriuje: "Virvės ir mazgai", bet žemiau pateikiame kelis alpinizmui praverčiančių mazgų pavyzdžius.

Paprastasis mazgas

Tikrai paprasčiausias iš visų mazgų.

Dvigubas paprastasis mazgas

Principas toks pat, kaip ir paprastojo, bet virvės galas dukart apskamas apie virvę prieš užmezgant.

Aštuonetukas

Populiarus alpinistų mazgas. Jį lengva užmegzti ir atmegzti. Nepalikite trumpo galiuko. Jei jis vis dėlto lieka, užriškite ant jo mazgą, kad virvė neatsimegzėtų.

Saugos kilpa

Šiuo mazgu suformuojama kilpa virvės gale. Šią kilpą labai paprasta atrišti.

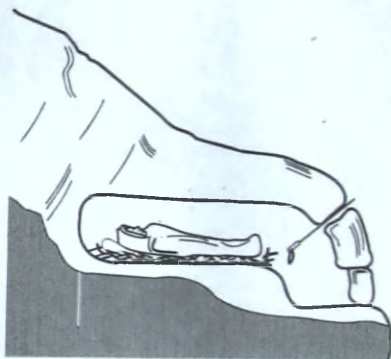
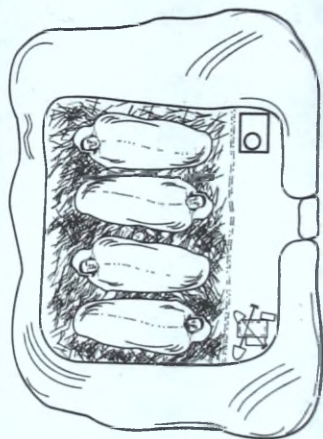
Žvejo mazgas

Paprasčiausias būdas sujungti dvi virves. Jį sudaro du paprastieji mazgai, užrišti ant kitos virvės ir tvirtai užtraukti.

Dvigubas žvejo mazgas

Saugesnis dviejų virvių sujungimo metodas. Jį sudaro du dvigubi paprastieji ant kitos virvės užrišti mazgai ir tvirtai užtraukti.

SNIEGO URVAS



KALNŲ BŪSTAS

Visada išmintingiau laiką ir energiją skirti nusileidimui nuo kalno, negu kastis urvą sniege. Bet gali būti, kad atsisiras sužeistasis (ar bus kitokių priežasčių), todėl negalėsite nusileisti žemyn. Tokiu atveju paieškokite tinkamos pusnės užuovėjos ir išsirauskite sniego urvą.

Sniego urvas

Kaskitės tiesiai į pusnį, o paskui į abu šonus po pusnimi, kur bus pagrindinė patalpa. Greičiau būtų išpjauti sniego blokus, negu gremžti sniegą mažu ledkirčiu. Prieškambarį iškaskite žemiau negu pagrindinę patalpą. Nepamirškite ventiliacijos angos ir pagrindinėje patalpoje, ir prieškambaryje.

KAIP IŠGYVENTI PER STICHINES NELAIMES

Geriausias būdas įveikti stichines nelaimes — žinoti apie jas. Jūs privalote žinoti ir apie regiono, kuriame būnate, galimus pavojus, ir apie tinkamus veiksmus stichinės nelaimės atveju.

Kuo geriau būsite pasirengę, tuo lengviau įveiksite tai, ką jums gali iškrėsti gamta, taigi tuo didesnė bus išgyvenimo tikimybė. Būdami geriau pasirengę, galėsite geriau padėti ir kitiems. Kilus pavojui, žmonės ima panikuoti ir praranda gebėjimą greitai mąstyti bei planuoti. Jei būsite viską susiplanavę iš anksto, žinosite, kur jūsų pagrindinė įranga, reikiamu momentu nereikės blaškytis.

Klausykites meteorologinių prognozių. Tam tikslui nešiokites baterinį radijo imtuvėlį. Visada po ranka turėkite skubiam atvejui reikalingų dalykų. Tai galėtų būti:

- Maistas ir vanduo.
- Pirmosios pagalbos rinkinėlis.
- Kišeninis peiliukas, atidariklis, valgymo indai ir t.t.
- Žemėlapis.
- Žibintuvėlis.
- Atitinkami drabužiai.
- Geras apavas.

ŽEMĖS DREBĖJIMAS

Žemės drebėjimus sunku prognozuoti iš anksto, be to, jie yra skirtingų rūšių: tektoniniai, vulkaniniai, dirbtiniai sukelti. Jokia vieta Žemėje neapsaugota nuo žemės drebėjimų.

Daugiausia žemės drebėjimų būna tektoninių plokščių pakraščiuose. Žemės plutoje ir viršutinėje mantijoje dėl tektoninių jėgų sukulto tempimo sutrūkinėja ir pasislenka uolienų sluoksniai, steigiai atspalaidavusios energijos smūgiai priverčia pasislinkti ir virpeti žemės plutą. Šios slinkties skirstomos į horizontaliąsias ir vertikaliasias pagal sluoksnių pasislinkimo kryptį.

MIESTAI, KURIOUSE GRESIA ŽEMĖS DREBĖJIMAS

Aleksandrija	Lima
Alžyras	Lisabona
Ankara	Los Andželas
Atėnai	Managva
Bankokas	Manila
Pekinas	Mechikas
Bogota	Milanas
Bukareštas	Nankinas
Kairas	Nepalas
Kalkuta	Osaka
Kantonas	Rangūnas
Karakasas	Roma
Kasablanka	San Franciskas
Čungcingas	Santjagas
Davao	Seulas
Daka	Šanchajus
Gvatemala	Šenjangas
Charbinas	Sijanas
Havana	Singapūras
Honkongas	Surabaja
Stambulas	Taibėjus
Džakarta	Taškentas
Kabulas	Teheranas
Kanpūras	Tiendžinas
Kobė	Tokijas
Kuala Lumpuras	Tripolis
Kunmingas	Turinas
Lahoras	Uchanas
Landžou	Jokohama

Kaip išgyventi per stichines nelaimes

ŽEMĖS DREBĖJIMO FIKSAVIMAS

RICHTERIO SKALĖ

ŽEMĖS DREBĖJIMO STIPRUMAS	SKALĖ
Nejuntamas, bet užfiksuojamas seismografu	2,6
Juntamas	3,5
Vietinio pobūdžio	4,5
Mažo stiprumo	6,0
Didelio stiprumo	7,0
Labai didelio stiprumo	8,0

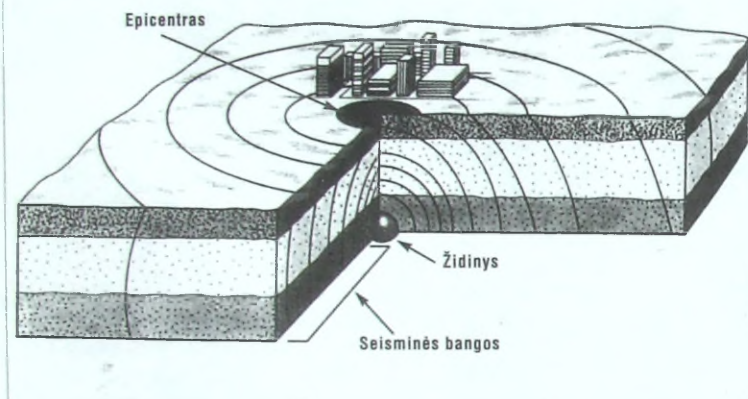
MERSELIO (MERCALLI) SKALĖ

- I. Beveik niekas nejaučia.
- II. Jaučia labai nedaug žmonių.
- III. Jaučiamas virpėjimas, kurį sunku pavadinti žemės drebėjimu.
- IV. Lauke jaučia daugelis žmonių.
- V. Jaučia beveik visi. Siūbuoja medžiai ir stulpai.
- VI. Jaučia visi. Jūda baldai. Žala labai nedidelė.
- VII. Visi bėga laukan. Pažeidžiami silpnos struktūros statiniai.
- VIII. Pažeidžiami specialiai suprojektuoti pastatai. Kai kurie sugriūna.
- IX. Visi pastatai pažeisti. Plyšiai žemėje.
- X. Daug pastatų sugriuvę. Žemė stipriai suaižėjusi.
- XI. Beveik visi pastatai sugriuvę. Tiltai suardyti. Platūs plyšiai žemėje.
- XII. Visiškai viskas sugriauta. Žemė "stovi" bangomis.

Pavojai

Dažniausias pavojus gresia žmogaus rankomis sukurtoms struktūroms. Pavojų kelia ir tokie dalykai kaip žemių nuošliaužos ir potvynio bangos (cunamiai).

ŽEMĖS DREBĖJIMAS IR SEISMINĖS BANGOS



Žemė

Žemės drebėjimo poveikis didesnis minkštai žemei, linkusiai stiprinti drebėjimo bangas, — tai smėlio ar molio dirvos. Tinka ir vandens semiamiems, žemai esantiems regionams. Statūs skardžiai gali kelti nuošliaužų pavojų.

Pasirengimas

Sudėkite drauge pagrindines atsargas — vandenį, maisto konservus, baterinį radijo imtuvą ir žibintuvėlį.

Veiksmai Patalpoje

- Jei esate pastato viduje, lįskite po tvirtu stalu ar kitokia priedanga ir išbūkite per visą drebėjimą.
- Jei patalpoje nėra tokios priedangos, glauskitės prie vidinės sienos.
- Laikykitės atokiau nuo sunkių objektų, pavyzdžiui, knygų spintų.

SAFIRO–SIMPSONO AUDROS INTENSIVUMO SKALĖ

AUDROS KATEGORIJA	VĖJO GREITIS (MYLIOMIS PER VALANDĄ)
Atogrąžų audros	31–73
Uraganas 1 laipsnio (silpnas)	74–95
2 laipsnio (vidutinis)	96–110
3 laipsnio (stiprus)	111–130
4 laipsnio (labai stiprus)	131–155
5 laipsnio (niokojantis)	156–

- Nebėkite iš pastato, kai dreba žemė, nes galite nukentėti nuo krentančių ar lekiančių daiktų.

- Laikykitės atokiau nuo bet kokio stiklo: langų, galinčių sudūžti veidrodžių ir pan.

Lauke

- Nebandykite pabėgti nuo žemės drebjimo: tai tolygu lėkti į pavoju.
- Laikykitės toliau nuo medžių, pastatų ir kitų objektų, galinčių užgriūti.
- Laikykitės atokiai nuo elektros laidų, kabelių, stulpų. Niekada nebandykite paliesti nukritusio elektros laido.

Automobilyje

- Sumažinkite greitį ir važiuokite prie

plysnės vietos toliau nuo pastatų, elektros stulpų, medžių.

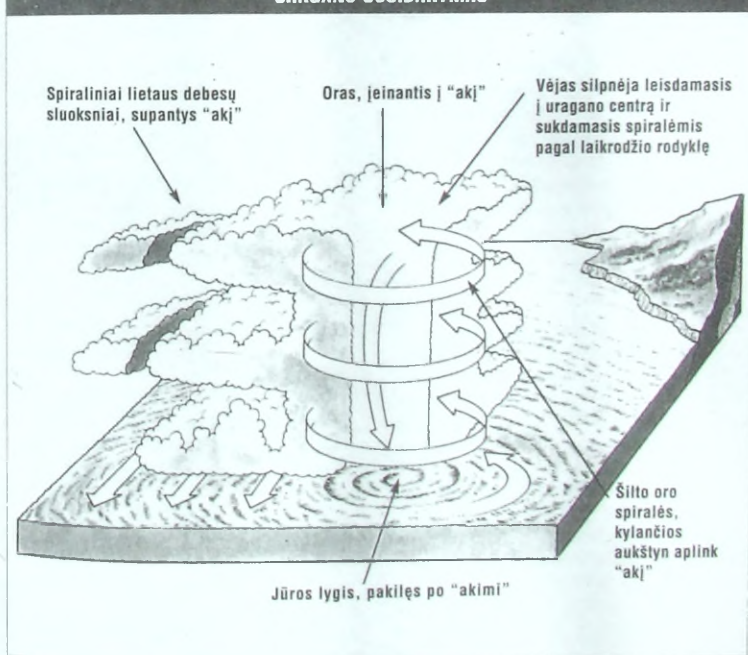
- Pasilikite automobilyje, kol nustos drebėti žemė.

URAGANAS

Uraganas — tai audra su vėjo gūsiams nuo 120–320 km/val.

Uraganų ištakos — Pusiaujo vandenys, ypač Karibų jūra ir Meksikos įlanka. Ramiojo vandenyno vakaruose jie vadinami taifūnais, o Indijos vandenyne ir aplink Australiją — atogrąžų ciklonais.

URAGANO SUSIDARYMAS



FUDZITO–PIRSONO (FUJITA–PEARSON) TORNADO SKALĖ

(64–115 km/h)	Virsta kaminai, lūžta medžių šakos.
(116–179 km/h)	Verčiami mobilūs namai.
(180–251 km/h)	Mobilūs namai nušluojami, medžiai verčiami iš šaknų.
(252–328 km/h)	Nuplėšiami stogai, išverčiamos tvoros, apverčiami tramvajai, nubloškiami automobiliai.
(329–416 km/h)	Neišlaiko net stiprios statybos sienos.
(417–509 km/h)	Namai nukeliami nuo pamatų ir nunešami per gerą atstumą, automobiliai nuskrieja per 100 m.

Pavojai

Griaunanti uragano galia gali būti labai skirtinga: vėjo gūsiai, tornados, liūtis, štormo banga.

Pavojingiausias uragano aspektas — štormo banga, nuo kurios žūsta 90 procentų gyventojų. Ją sukelia atmosferos slėgio pasikeitimas uragano, kylancio iš jūros, viduje. Uraganiniai vėjai taip pat užpila vandeniu pakrantes. Vandens siena gali siekti 12 m aukštį. Toliau nuo kranto ji žemėja, kol išnyksta.

Numatymas (prognozė)

Uraganą numatyti sunku. Netgi klesčių šalių meteorologinės tarnybos gali nenuspėti uragano su visais jo niokojančiais padariniais.

Uraganai Atlanto regione labiau linkę kilti rugpjūtį ir rugsėjį. Uragano šaltinį sudaro šiltas vanduo, veikiamas vandens apykaitos. Vandenyne temperatūra turi būti mažiausiai 26°C. Uraganai kyla už 4–5° nuo Pusiaujo ir ne arčiau.

Kai kyla uragano, susiformuosiančio per artimiausias 24–36 valandas, grėsmė, JAV sudaroma uragano stebėjimo tarnyba. Jei uragano laukiama greičiau nei po 24 valandų, ima dirbti uragano perspėjimo tarnyba. Klausykitės prane-

šimų per savo baterinį radijo imtuvą ir imkitės pasirengimo darbų.

Pasirengimas

- Užkalkite pastato langus.
- Užkljuoti langus lipnia juosta beprasmiška.
- Nupjaukite visas silpnas medžių šakas prie namų.
- Suneškite į vidų daiktus, kuriuos gali pakelti vėjas: sodo suolelius, šiukšliadėžes ir t. t.

Veiksmai Viduje

- Prisiglauskite rūsyje ar kur nors toliau nuo langų ir stogo. Uraganas gali nuplėsti stogą.
- Nepraraskite budrumo, kai audra rimsta. Netrukus jus gali pasiekti kitas audros sparnas su vėjais, lekiančiais priešinga kryptimi.

Lauke

- Slėpkites oloje, griovyje, pakrausėje ir pan.
- Būkite pasirengę pakeisti poziciją, kai praeis audros epicentras.
- Kilus uraganui niekur nevažiuokite automobiliu.

- Būkite atsargūs ant tiltų: juos gali nu-nešti uraganas.

TORNADAS

Uraganai gali sukelti tornadus. Pastarieji dar labiau nenuspėjami. Tornado kelias nepastovus, todėl jis dar pavojingesnis už uraganą. Jis neduos jums laiko galvoti ir planuoti. Būkite pasirengę veikti greitai.

Tornadas atrodo kaip pilka spiralė, vamzdis ar dramblio straublys, vėjo greitis gali siekti nuo 480 iki 560 km/val. Jį galima matyti dėl vėjo sukeltų dulkių ir kondensuotų vandens lašelių. Tornado lietimosi prie žemės plotas paprastai yra vos keli šimtai pėdų skersmens, o aukščiau jis gali siekti 1 km. Nuo tornado namai subyra, nes slėgimas namo viduje pasidaro aukštesnis negu lauke.

Pasirengimas

Suraskite rūšį ar šiaip gerą priedangą dar prieš tornadą. Prisiminkite: nors tornadas artėja ne jūsų kryptimi, bet staiga gali ją pakeisti.

Veiksmai Viduje

- Prisiglauskite rūsyje ar apatiniamename aukšte.
- Būkite kambario centre, toliau nuo kampų ir langų.
- Palįskite po, tarkime, labai sunkiu stalu ir ten lindėkite.
- Galvą ir sprandą užsidenkite rankomis, jei esate mobiliame name ar vagonėlyje (treileryje).

Lauke

- Nevaikščiokite lauke, nes jus gali parblokti vėjas ar vėjo nešamas sunkus objektas.

- Nesėdėkite automobilyje, o išlipkite ir susiraskite patikimesnį prieglobstį.
- Jei reikia, slėpkitės griovyje ar po tvirta uola.

ŽAIBAS

Žaibas yra matoma elektros iškrova tarp debesų arba tarp debesies ir žemės. Išsivysčiusiose šalyse nuo žaibo žūsta daugiau žmonių negu nuo kitų gamtos reiškinių. Tačiau apsaugoti nuo žaibo yra lengviau negu nuo žemės drebėjimo ar uragano.

Numatymas

Nors kartais žaibas trenkia ir iš giedro dangaus, bet didžiausias jo pranašas yra juodi audros debesys. Jei jie artėja, imkitės atsargumo priemonių.

Žaibą lydi griaustinis. Kadangi šviestas sklinda greičiau už garsą, suskaičiuokite sekundes tarp žaibo nušvitimo ir griaustinio driokstelėjimo, galite numatyti atstumą kilometrais nuo savęs iki audros su perkūnija. Gautą skaičių padalykite iš penkių. Net jeigu audra toli, vis tiek nesate apsaugoti nuo pavojaus.

Apsisaugojimas

Pastatus nuo žaibo galite apsaugoti iškėlę žaibolaidį (metalinį strypą) aukščiausioje stogo vietoje ir jį įžeminti.

Veiksmai Viduje

- Laikykitės toliau nuo telefono, elektros prietaisų, kompiuterių, o ypač televizorių.
- Nesukiokite kranų kriauklėse ar voniose, nes metaliniai vamzdžiai ir vanduo praleidžia elektros srovę.

Lauke

- Nesisislėpinkite po vienišu medžiu: į jį gali trenkti žaibas.
- Gulkite ir prisiplokite prie žemės, jei audra su perkūnija jus užklupo atviroje vietoje.
- Suraskite griovį ar įlomę, kur galėtumėte atsigulti.
- Jei būnant atviroje vietoje įsielektrino jūsų plaukai, palinkite į priekį, rankas susidėkite ant kelių. Žemai pasilenkite suglaustomis kojomis ir užsiimkite rankomis ausis, kad susilpnintumėte griausmo šoką.
- Nusimeskite visus metalinius daiktus.
- Jei jums tenka glaustis urve ar oloje, lįskite kuo giliau. Nestovėkite prie pat angos.
- Venkite vandens.
- Venkite aukštesnių vietų.
- Venkite atviros vietos.

POTVYNIS

Potvynis yra įprasta, bet pavojinga gamtos nelaimė ypač tai daliai gyventojų, kurie gyvena pajūryje, upių deltose ar prie plačių upių žiočių.

Po lietaus vandenį sugeria dirva, absorbuoja augalai, jis taip pat garuoja. Perteklius, arba vadinamieji lietaus upeliukai, subėga į upelius bei upes. Kai lietaus perteklius didelis, upeliai ir upės nenuplukdo jo ir patvinsta. Gausus lietus nedidelėje vietovėje sukelia potvynį.

Pasirengimas

Sužinokite apie galimą potvynio vandens lygį toje vietoje, kur esate. Pripilkite vonias, kriauklės, kibirus švaraus geriamo vandens tam atvejui, jei būtumėte atkirsti nuo geriamo vandens šaltinio. Per baterinį radijo imtuvą nuolat klausykite pranešimų apie vandens lygį.

Veiksmai Viduje

- Surinkite visas gyvybiškai svarbias atsargas ir lipkite į aukščiausią namo vietą. Ruoškitės, jeigu prireiks, užsipopšti ir ant stogo. Turėkite šiltų drabužių.
- Pasiimkite ant stogo virvę, kad galėtumėte prisirišti ir prišti kitus prie tvirto pagrindo, pavyzdžiui, kamino.

Lauke

- Eikite kur aukščiau.
- Nevaikščiokite po potvynio vandenį. Jei labai reikia, elkitės kaip aprašyta XII skyriuje: "Plaustai ir kėlimasis per upę".
- Jei sėdite transporto priemonėje, kuo greičiau lipkite iš jos ir eikite kur aukščiau.

CUNAMIAI

Potvynio bangas, vadinamas cunamiais, sukelia vertikalų judėjimą žemės drebjimais, išjudinantys iš vietos vandenį.

Numatymas

Pagal bangų judėjimą sunku numatyti cunamį, nes jo bangos ilgai būna ne aukštesnės kaip 1 m, todėl laivai gali ju net nepastebėti. Tačiau kai pasiekia žemę, jau pakyla net iki 15 metrų. Aukščiausias Japonijos cunamiais siekė 24 m aukštį.

Cunamius fiksuoja žemės drebjimus nustatančios tarnybos. Nors ši sistema gali veikti gerai ir vietoje, nutolusiose nuo žemės drebjimo, dažnai nutinka, kad cunamiai atlekia greičiau už pranešimą apie juos.

Nuolat klausykitės pranešimų apie žemės drebjimą ir imkitės reikiamų priemonių.

SAUSRŲ TIPAI

METEOROLOGINĖ SAUSRA	Nebūdingas tai vietai per tam tikrą laiką iškrentąs mažas kritulių kiekis.
ŽEMĖS ŪKIO SAUSRA	Nepakankamas dirvos drėgnumas augti būdingoms tam regionui žemės ūkio kultūroms.
HIDROLOGINĖ SAUSRA	Ilgas laikotarpis be kritulių. Paprastai sumažėja vandens tokiuose šaltiniuose kaip ežerai, upės, kanalai ir kt.
SOCIOEKONOMINĖ SAUSRA	Vandens šaltinių labai mažai. Visuomenė pradeda jausti jo trūkumą.

Pasirengimas

Planuokite kaip nors nusigauti į sausumą, esančią aukščiau galimos cunamio bangos. Pasiimkite paketą su maistu ir pirmosios pagalbos rinkinį.

Veiksmai

- Neikite į paplūdimį pasižiūrėti artėjančios cunamio bangos. Kai ją išvysite, bus per vėlų pabėgti.
- Atminkite, kad vieną bangą gali lydėti dar kelios, todėl negrįžkite į pavojingą vietą, kol visiškai nepraeis pajojus.

SAUSRA

Vidutiniškai žmogus, norėdamas išgyventi, turi išgerti per parą 1 litrą vandens. Per metus vieno asmens būtiesiems maisto produktams užauginti reikia apie 304 m³ vandens.

JAV sausra laikoma tada, kai per 48 valandas iškrenta mažiau nei 2,5 mm lietaus. Didžiojoje Britanijoje absoliuti sausra skelbiama, kai per 15 dienų iškrenta mažiau nei 0,25 mm lietaus kasdieną. Indijoje sausra skelbiama, kai lietaus iškrenta mažiau nei 75 procentai vidurkio.

GAISRŲ TIPAI

ŽEMĖS GAISRAS

Dega po kokiu nors organinių medžiagų sluoksniu, pvz., durpėmis. Paprastai smilksta: nematyti liepsnos, negausu dūmų. Sunku užgesinti.

PAVIRŠIAUS GAISRAS

Dega žolė, taip pat miško paklotė. Gali užsidegti ir žemesnės medžių šakos.

VIRŠŪNIŲ GAISRAS

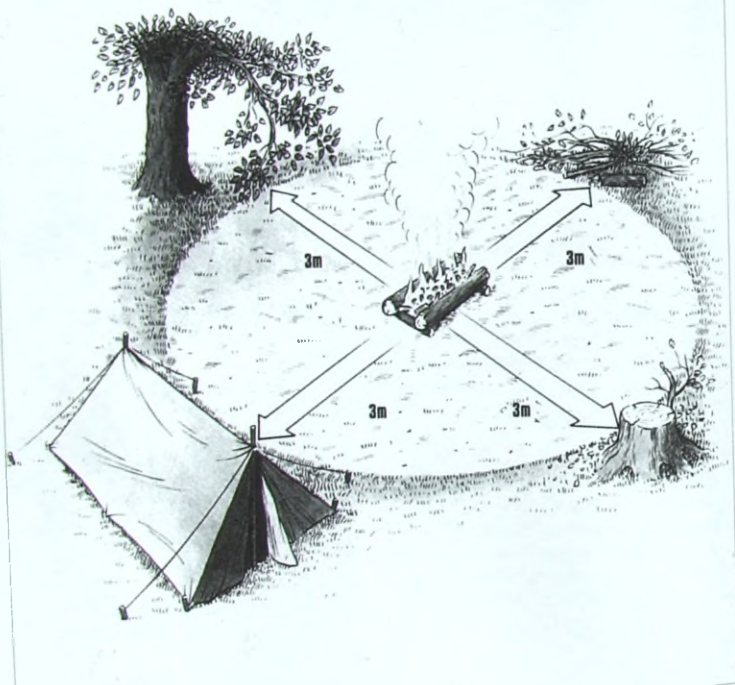
Dega medžių viršūnės. Toks gaisras nenuspėjamas. Gali prasidėti anksčiau už paviršiaus gaisrą.

ANTRINIS GAISRAS

Sukelia kibirkštys (deganti žievė, lapai), nublokštos toliau nuo gaisro židinio. Kartais kitą gaisrą sukelia už daugelio kilometrų.

Didelės sausros pasitaiko 15°–20° platumose, vietovėse, besiribojančiose su sausomis pasaulio vietomis. Dėl nenuspėjamo lietaus Afrika yra palankiausias žemynas sausroms. Sezoniniai lietūs ten itin varijuoja ir labiau linkę iš-

REKOMENDUOJAMA SAUGI ZONA APLINK LAUŽĄ MIŠKE



kristi per trumpą, bet stiprią audrą. Lie-tus gali būti labai susietas su tam tikra žemės sritimi.

Pasirengimas

Jums reikės vandens atsargų. Pasirū-pinkite, kad jų dar turėtumėte, kol pasi-baigs sausra. Prieš gerdami vandenį, jį būtina virinkite. (Apie tai, kaip rasti van-dens sausringose regionuose, skaitykite II skyriuje: "Kaip išgyventi dykumoje").

GAISRAS

Nuo sausros gali kilti miškų gaisrai. Ypač tai tinka Australijai, kur auga eu-kaliptai. Jie labai degūs, todėl gaisrai sparčiai plinta. Taip pat Australijos miš-kuose ant žemės gausu besimėtančių iš-džiūvusių medžių žievėių bei kitų pra-kurų gaisrui. Miško paklotės storis ir laikas, praėjęs po paskutinio gaisro, lei-džia spėti, kokio intensyvumo gaisras gali vėl kilti.

Apsisaugojimas

- Būkite atidūs kurdami laužus, ypač sausoje vietoje, o jei tokios nėra, iškaskite bent 30 cm gylio tranšėja laužui.
- Išvalykite degias šiukšles iš ploto aplink laužą mažiausiai 3 m spinduliu.
- Nėkurkite laužo, kai oras karštas bei vėjuoja ir kai labai sausi miškai.
- Jei pamatėte, kad ugnis plinta toliau nuo laužo, griebkite medžio šaką su žaliais lapais ir uždusinkite ją. Arba užplakite kartimis, kurių miške turėtų būti. Niešblaškykite ugnies kibirkščių aplinkui, nemėtykite degančių degtukų. Prisiminkite, kad gaisrai greičiau plinta į kalvų šlaitus, o degėsiui gali rintis šlaitu žemyn.

Veiksmai

Jei jus užklupo gaisras:

- Bandykite lipti į kūdra, ežerą, upę.
- Dairytės prieglobsčio tuštesnėje vietoje ar tarp akmenų.
- Atsigulkite ir užsidenkite drėgnu drabužiu arba žemėmis.
- Kvėpuokite oru, esančiu palei pat žemę, kad neįkvėptumėte dūmų ar nudegtumėte plaučius.
- Blogiausiai atveju, jei matote prosykną ir ugnis nėra labai aukšta, o jūs pajėgsite prasiskverbti pro liepsnas, braukitės į jau gaisro apleistą vietą. Turite būti tikri, kad pajėgsite iki ten nueiti. Jei liepsnos aukščiau galvos, geriau nesistenkite prasiskverbti.
- Jei ryžotės brautis pro ugnį, visą kūną ir plaukus apsidenkite drabužiais. Sušlapinkite juos, jei turite vandens.
- Jei liepsnos pagavo jūsų drabužius, nestovėkite net ir išbėgę iš ugnies, o raičiokitės ant žemės.
- Nebėkite nuo gaisro aukštyn į kalvą (nebent kitaip neįmanoma).

UGNIKALNIO IŠSIVERŽIMAS

Ugnikalniai išmeta lavą ir kitas medžiagų dalelytes. Pasaulyje yra daug veikiančių ugnikalnių. Yra ir užgesusių, pvz., Vezuvijus.

Pavojai

Kai ugnikalnis suaktyvėja, iš žemės gelmių išsiveržia lava, susimaišiusi su garais ir dujomis. Sudaro nepermatomą debesį. Dalis lavos išmetama į orą, o kita nuteka kraterio šlaitais žemyn. Kai kada lava gali veržtis ir pro antrinės angas vulkano šone.

Dažniausiai lava teka lėtai, nors ne visada.

Masyvinė — tai lygi lava, suformuojanti raukšlėtą paviršių. Banguota — tai aštri ir "susukta" lava, tekanti greičiau. Masyvinė slenka 1 m per minutę greičiu, tačiau jeigu šlaitas status, o lavos išsiveržimas stiprus, jos greitis padidėja iki 400 m/min ir gali aplenkti žmogų. Banguota linkusi slinkti bangomis.

Be lavos ugnikalnis išmeta ir kitų medžiagų, pradedant pelenais ir baigiant 8 tonų svorio "bombomis". Šios medžiagos gali nukeliauti apie tris kilometrus. Šis skriejantis ugnikalnio elementas yra pats pavojingiausias, nes lavos, išgirdus perspėjimą apie ugnikalnio išsiveržimą, galima išvengti be didelių sunkumų.

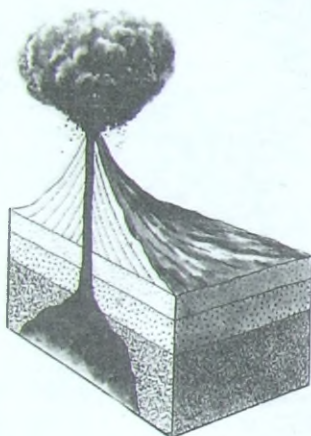
Dar vienas destruktivus kai kurių ugnikalnių elementas yra vadinamasis karštasis debesis. Tokie debesis iš išsilydžiusių lavos dalelių dideliu greičiu leidžiasi nuo ugnikalnio ir apgaubia žemę.

Antrinis poveikis

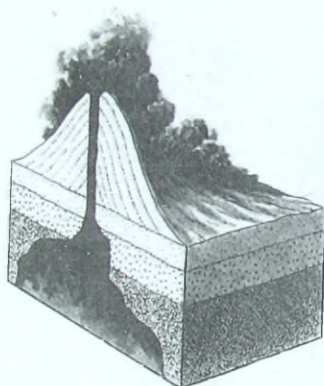
Ugnikalnio išsiveržimas gali turėti ir antrinį efektą: ji lydi potvynis, žemės nuošliaužos, audros su perkūnijomis, cunami. Prieš išsiveržimą gali įvykti žemės drebėjimas.

UGNIKALNIO IŠSIVERŽIMAS 1

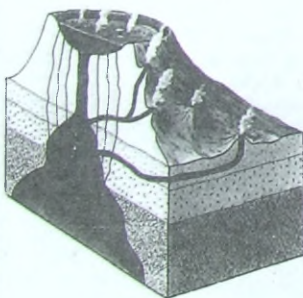
Kupoliškasis vulkanas



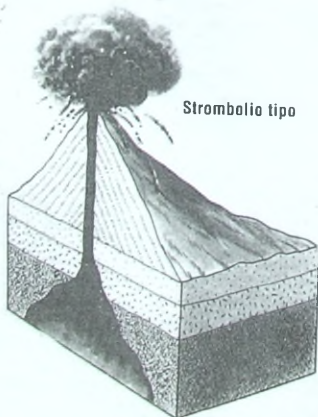
Mon Pelēs tipo



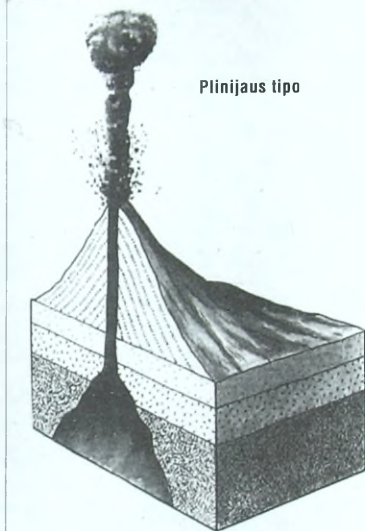
Havajiškasis vulkanas



Strombolio tipo



UGNIKALNIO IŠSIVERŽIMAS 2



Plinijaus tipo



Išlandiškasis

1985 m. Kolumbijoje ugnikalnio išsiveržimas sukėlė purvo ir akmenų nuosliaužą, palaidojusią miestą ir jo gyventojus. Kadangi ugnikalnio papėdėje žemės labai derlingos, dauguma žmonių rizikuoja ten gyventi. Tai, kad ugnikalnio papėdėje gyvena žmonės, nereiškia, kad jie jaučiasi saugūs.

Numatymas

Tikslų ugnikalnio išsiveržimą numatyti sunku, kaip sunku išpranašauti ir žemės drebėjimą. Paprastai žinoma, kas kiek laiko pabunda ugnikalnis. Tęs žinios leidžia numatyti išsiveržimą. Žemės drebėjimas beveik visada sukelia išsiveržimą, nors pagal laiką jis dar neturėtų išsiveržti.

Pasirengimas

Išitinkinkite, ar veikia perspėjimo sistema vietovėje, kurioje esate. Prisiminkite, kad vienoje šalyje ji geresnė nei kitose, todėl patys pasirinkite, kuo labiau tikėti. Visada geriau būti atsargesniems, nes ir labai patyrę vulkanologai yra žuvę nuo išsiveržusio ugnikalnio.

Turėkite evakuacijos planą. Taip pat pasirinkite atsarginį.

Veiksmai

- Užsidėkite akinius ir kokią nors respiratorių. Jei tokio neturite, laikykite prie veido šlapia skudurą — jis padės kvėpuoti.
- Venkite žemų vietų, nes gali kilti pavojus būti lavos užlietiams.

- Jei artėja purvo srautas, nesistenkite pereiti tiltu ar bėgti į žemumą: purvo tekėmė greitesnė už jus.

Padariniai

- Neįkvėpkite pelenų. Būkite su respiratoriumi ar drėgnu skuduru ant veido.
- Nenusiimkite akinių ir vėliau.
- Prisiminkite apie sunkių pelenų pavojų: jie gali įlaužti stogą ir t. t.

ŽEMĖS ĮGRIUVOS IR PURVO NUOŠLIAUŽOS

Numatymas

Paprastai apie žemių ar purvo nuošliaužas nespėjama perspėti. Vis dėlto kai kurie ženklai gali pranašauti šias stichines nelaimes.

Viduje

- Atsiranda įplyšimų tinke, plytelėse, plytose ir t. t.

Lauke

- Žemėje ir šaligatvių bei gatvių grindinyje atsiranda plyšiai. Vanduo sunkiasi iš žemės tose vietose, kur jo paprastai nesimato, juda tvoros ir medžiai. Girdėti griaudžiantis garsas:

Veiksmai *Viduje*

- Palįskite po tvirtu objektu, pvz., stalu, ir ten būkite.

Lauke

- Pasitraukite iš tos vietos, kur įdumba žemė ar kur šliaužia nuošliauža (prisiminkite, kad jos neaplenksite).
- Skubekite į kokią aukštesnę vietą, kuriai negresia tiesioginis pavojus.
- Jei jau jus pavijo nuošliauža, susirieskite į kamuoliuką ir užsidenkite galvą.

ŽINOKITE

Ir be anksčiau išvardytų stichinių nelaimių, jūsų gali laukti daugybė pavojų. Pavyzdžiui:

- Nukritę elektros laidai. Jei juos paliesite, jus gali nutrenkti elektros srovė. Ir pastatų viduje gali būti pažeista elektros sistema.
- Sprogusios dujos.
- Degūs ir toksiški skysčiai bei medžiagos.
- Susproge vandentiekio vamzdžiai.
- Trūkę kanalizacijos vamzdžiai.
- Silpni, vos besilaikantys pastatai.
- Gyvūnai, net ir prijaukinti. Todėl su visais gyvūnais elkitės atsargiai.

Visada ir visur vadovaukitės sveiku protu ir atsargiai elkitės. Nepamirškite suteikti pagalbą ir kitiems, ypač vaikams, seniems žmonėms.

TRANSPORTO PRIEMONĖS PARENGIMAS IR EKSPLOATACIJA

Jei tolimose vietovėse jus užklups stichinė nelaimė, sumažinsite kilusį pavojų, jei jūsų transporto priemonė techniškai tvarkinga ir jai nieko netrūksta. Visada verta pasitreniruoti važiuoti be kelių ar bent perskaityti apie tokį važinėjimą.

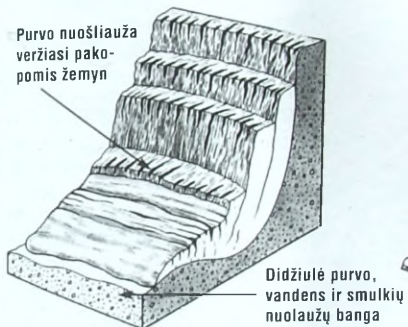
Patikrinkite

- Variklio tepalų kiekį.
- Aušinamojo skysčio kiekį radiatoriuje.
- Ar yra vandens valytuvų bakeliuose.
- Variklio įpurškimą.
- Valytuvų veikimą.
- Šviesas.
- Ar pakankamai pripūstos padangos, kokia jų būklė.

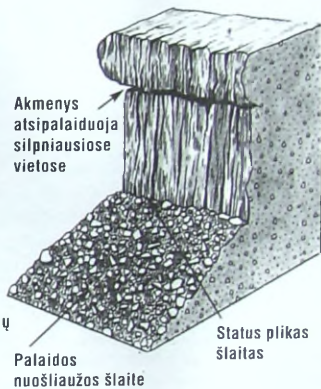
Jei leidžiatės į ilgą kelionę ar eks-

ŽEMĖS ĮGRIUVOS IR PURVO NUOŠLIAUŽOS

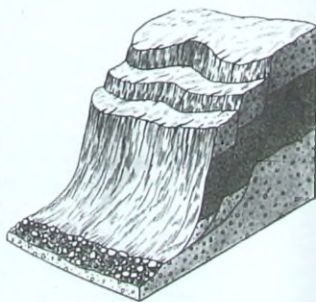
Purvo nuošliaužas



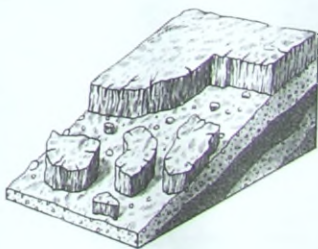
Akmenų kruša



Staigus kritimas



Žemės įgriuvos



pedicija, turite būti tikri, kad be priekaištų veiks ir kitos sistemos.

Elektros dalis

Šviesos, uždegimo sistema: paskirstymo dangtelis ir skriejikas, žvakių laidai, žvakės, starteris, generatorius, aukštos įtampos ritė.

Kėbulas ir važiuoklė

Spyruoklės, amortizatoriai, vairo trauklės, termostatas, vandens siurblys, sankaba, pavarų dėžė, reduktorius, stabdžių trinkelės, stabdžių cilindrai, stabdžių žarnelės ir t. t.

Taip pat pasverkite, ar galėsite šį ta patys suremontuoti lauko sąlygomis. Jei ne, lankykite transporto priemonės priežiūros kursus.

Skysti tepalai ir filtrai

Tepalo filtras, kuro filtras, oro filtras, salono filtras, variklio tepalas, stabdžių skystis, pavarų dėžės skystis, reduktoriaus tepalas, vairo stiprintuvo tepalas ir t. t.

Kitos detalės

Naujos ir atsarginės padangos (priekytos aplinkai), lemputės, akumuliatorius, bagažinės ir durelių spynelės, papildoma benzino talpa.

Įrankiai

Veržlėrakčiai, plaktukas, monometras, tepalų švirškatas, pompa, sandarinimo apkabos, ratų raktas, padangų remonto rinkinys, terkšlių rinkinys, keltuvas, montiruotė, ventiliai ir ventilių gaubteliai, taisymams skirta guma.

Atsarginė įranga

Jums gali tekti įvertinti, kokių atsarginių dalių reikia regionui, į kurį važiuosite. Pasitikrinkite prekybos tin-

kle. Tipiškos atsarginės dalys yra šios: indikatoriaus lemputės, elektroninės lemputės, prožektorius, radiatoriaus aušinimo skystis, vairo skystis, variklio tepalas, termostatas, vairo atrama, tarpikliai, šoninis veidrodėlis, stabdžių trinkelės, vandens žarnelės.

Jei jūsų transporto priemonė įstrigtų purve, sniege ar smėlyje, jums gali prireikti šių daiktų:

keltuvo, buksyvo (lyno), aukšto pakėlimo domkrato su pagrindu, kastuvo, tiltelio po ratais.

Transporto priemonės apsauga

Priklausomai nuo paviršiaus, kuriuo važiuosite, jums gali prireikti ko nors iš šių daiktų:

lempų gaubtų, karterio dugno apsaugos, armuotų stabdžių žarnelių, kardaninio veleno apsaugos, paties kėbulo apsaugos.

VAŽIAVIMAS BE KELIŲ

Jums svarbiausia, kad automobilis važiuotų be sutrikimų ir maksimaliai "trauktų". Vis dėlto be kelių nevažinėkite per greitai. Nesustokite ten, kur minkštas paviršius, sakykite, smėlis ar purvas, nes galite užklimpti.

Jei užklimpote

Jei ratai sukasi, o mašina nėra iš vietos, tučtuojau nukelkite koją nuo akceleratoriaus ir galvokite, ką darysite toliau. Jei ir toliau leisite suktis ratams, automobilis dar labiau klimps. Pirmiausia pamėginkite lėtai išvažiuoti atbuli. Jei nepadeda, bandykite švelniai pasisūpuoti pirmyn bei atgal. Jei ir tai nepadeda, lipkite iš automobilio ir pasižiūrėkite, kur geriau po ratais pakloti šakų ir kitos medienos ar primesti akmenų. O gal jus gali ištraukti kita transporto prie-

monė? Gal panaudokite tiltelį, vieną jo galą pakišę po automobilio priekiu, o kita atremę prie tvirto objekto, pavyzdžiui, medžio.

Geriau, kad arti nebūtų žiūrovų, kai trauksite su buksyru, nes gali trūkti lynas.

Išvažiavimas tilteliu

- Laikykite žiūrovus atokiau.
- Jei sėdite transporto priemonėje, saugumo sumetimais nenuleiskite jos stogo.
- Mūvėkite pirštines dirbdami su lynu (buksyru).
- Avėkite batais, kurie neslidinėtų ir jūs patys nepaslystumėte.
- Tiltelį, kuriuo važiuosite, į medį ar akmenį atremkite žemai.

Šaknys

Važiuokite per šaknis įstrižai, kad visi ratai siektų žemę, o automobilis veiktų maksimaliu pajėgumu. Jei šaknys negiliai, važiuokite per jas kaip per traukinio bėgius. Nesukinėkite stipriai vairo ir nesistenkite įveikti šaknų augimo krypties. Jei jos didžiulės, viena ratų puse važiuokite šaknimis, o kita ratų puse pagal jas. Žiūrėkite, kad nenuslystumėte nuo tos "kelio dangos".

Smėlis

Kuo smėlis sausesnis, tuo sunkiau jo važiuoti. Kad įveiktumėte smėlio ruožą, privalote gerai pripūsti padan-

gas, bet nepamirškite ir paviršiaus, kuriuo važiuojate, švarumo.

Jei važiuojate per minkštą smėlį; važiuokite labai lygiai. Vairą laikykite kiek galite tiesiai.

Vanduo

Prieš važiuodami per vandenį, patikrinkite, ar jo nepateks į tokias sistemas kaip elektros dalis ir išmetimo vamzdžiai. Atidžiai ištirkite vandens gylį, srovės stiprumą, galimas slaptas kliūtis. Pasiženkite, kad ir transporto priemonės viduje, ir ant jos stogo esantys daiktai būtų saugiai prišti.

Persikeliant per vandenį patartina važiuoti nedideliu ir vienodu greičiu. Prisiminkite, kad kai išvažiuosite iš vandens, kurį laiką jausite, jog ne visa jėga veikia stabdžiai.

Nedideli kalneliai

Keturratė transporto priemonė paprastai yra aukšta, todėl reliatyviai nesunkiai galinti apsiversti. Taigi važiuodami tiesiai į kalną ar nuo kalno, įjunkite tinkamą pavarą priklausomai nuo šlaito statumo. Kildami į kalną, važiuokite žemesne pavarą. Jei nepajėgiate užvažiuoti į kalną, įjunkite atbulinę pavarą ir kuo mažiau sukinėdami vairą leiskitės atbuli. Neišjunkite variklio. Leisdami nuo kalno, stenkitės kuo mažiau naudoti stabdžius. Stabdykite varikliu, kad transporto priemonė nesislystų į šalį.

PIRMOJI PAGALBA

Žinodami pirmosios pagalbos pagrindus, galite išgelbėti kito žmogaus gyvybę. Žinių galite pasirinkti ir iš knygų, bet geriausia būtų lankyti praktinio mokymo centrą.

Pirmosios pagalbos teikimo seka yra tokia:

1. Ar tai saugu?
2. Skubus įvertinimas: ABC (kvėpavimo takai, kvėpavimas, kraujo apytaka).
3. Jei reikia, imkitės daryti dirbtinį kvėpavimą.
4. Gaivinimo padėtis.
5. Visapusiška apžiūra: ligonio apžiūrėjimo būdai.
6. Stabilizuokite padėtį ir suteikite reikalingą pagalbą.

AR TAI SAUGU?

Prieje prie nukentėjusiojo, pirmiausia šito turite paklausti savęs. Ar tai saugu? Tai reiškia, ar jūs rizikuosite savo gyvybę puldami gelbėti nelaimėlį, tarkime, išbėgdami į važiuojamąją kelio dalį.

Kai jau įvertinate riziką, patraukite

nukentėjusįjį į saugią vietą, pavyzdžiui, nutempkite į kelkraštį ar toliau nuo automenų krušos. Kartais gali prireikti pašalinti kokią nors pavojingą objektą iš nukentėjusiojo. Vėl įvertinkite riziką sau.

SKUBUS ĮVERTINIMAS: ABC

Jį sudaro kvėpavimo takų, paties kvėpavimo ir kraujo apytakos patikrinimas. Visa tai reikia patikrinti nuosekliai nuo A iki C ir įvertinti nukentėjusiojo būklę.

Kvėpavimo takai

Patikrinkite, ar kvėpavimo takai neužkimšti (nėra kraujo, vėmalų, iškritusio danties ir t. t.). Pažiūrėkite, ar liežuvius neužkrius ant gerklės. Jei reikia, panaudokite specialų siurbtuvėlį išsiurbti medžiagoms, užkimšusioms kvėpavimo takus.

GAIVINIMAS KVĖPUOJANT IŠ BURNOS Į BURNĄ



Kvėpavimas

Pažiūrėkite, ar kilnojasi krūtinė. Paklauskite kvėpavimo. Palaike ranką prieš nosį ir burną, pajuskite iškvepiamą orą.

Kraujo apytaka

Patikrinkite pulsą. Ar jis stiprus ir reguliarus? Pažiūrėkite, ar nukentėjusysis neteko daug kraujo. Jei reikia, darykite netiesioginį širdies masažą.

DIRBTINIS KVĖPAVIMAS

Išvalę kvėpavimo takus ir paguldę nukentėjusį ant tvirto pagrindo (A), atloškite galva atgal, uždėkite ranką ant kaktos, kad smakras būtų pakeltas. Rankos, gulinės ant kaktos, nykščiu ir smiliumi užspauskite nukentėjusiojo nosį (B). Giliai

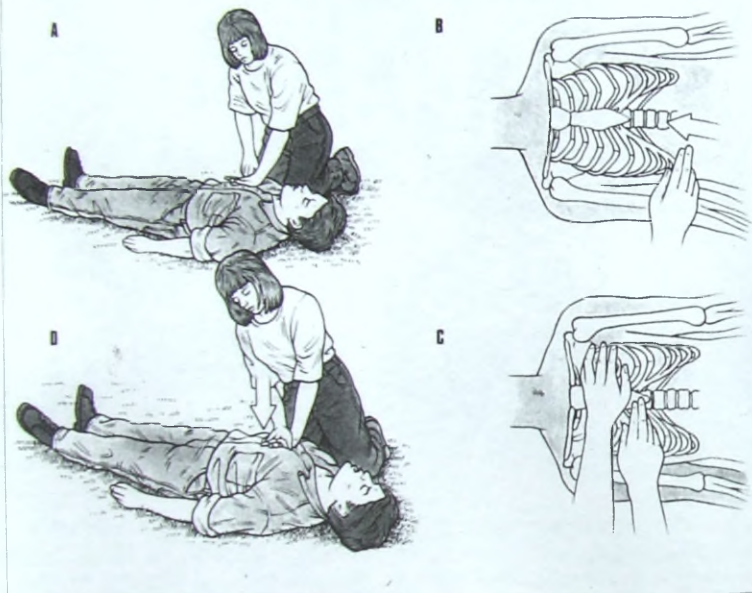
įkvėpkite, glaudžiai priglauskite burną prie nukentėjusiojo burnos ir pūskite orą į jo burną (C). Nustokite pūsti, kai nukentėjusiojo krūtinė išsipučia (D).

Atitraukite ranką nuo nukentėjusiojo, stebėkite, kada subliūks krūtinė. Vėl giliai įkvėpkite ir procedūrą pakartokite. Pūskite orą į nukentėjusiojo plaučius

ODOS SPALVA

SPALVA	GALIMAS PAŽEIDIMAS
Rausva	Apsinuodijimas
Geltona	Geltligė
Melsva	Cianozė (deguonies trūkumas)
Žalsva	Pykinimas
Juoda	Stiprus sumušimas
Balta	Užblokuota kraujotaka į periferinį organą

NETIESIOGINIS ŠIRDIES MASAŽAS



12 kartų per minutę dažnumu, kol nukentėjusysis pats ims kvėpuoti. Tada galite nustoti pūsti orą.

APŽIŪRĖJIMO BŪDAI

Kai nėra akivaizdžių požymių, apžiūrėkite tokia seka — apžiūrėkite, pačiupinėkite, paklausykite.

Jei apžiūrėte galūnę, tai — apžiūrėkite, pačiupinėkite, pajudinkite.

Atsivėlkite į nukentėjusiojo būklę, fizinę struktūrą, odos spalvą, psichologinę būklę.

Nukentėjusįjį paguldykite, atsistoje iš dešinės apžiūrėkite tokia seka (seki-

te, kad nukentėjusysis nebūtų praradęs sąmonės):

Rankos. Apžiūrėkite nagus ir delnus, ar nėra anemijos.

Pulsas. Patikrinkite dažnumą, ritmą, stiprumą.

Kraujo spaudimas. Esant hipertonijai, aukštas, o hipotonijai — žemas.

Galva. Akys, ausys, lūpos, burna.

Kaklas. Patikrinkite, ar nesulaužytas, ar nėra mėlynių.

Krūtinė. Plaučiai ir širdis.

Pilvas. Kepenys, blužnis, inkstai.

Galūnės. Apžiūrėkite, pačiupinėkite, pajudinkite.

NETIESIOGINIS ŠIRDIES MASAŽAS

Šis metodas taikomas, kai nukentėjusysis nebekvėpuoja ir nėra pulso. Jo imtis gali tik mokantysis. Niekada netaikykite jo, jei apčiuopiate nors menkiausią pulsą.

Jei po dirbtinio kvėpavimo nukentėjusiojo širdis vis tiek neplaka, sudėkite rankas vieną ant kitos ant apatinio nukentėjusiojo krūtinkaulio (A). Kai spūstelėsite, būkite atidūs, kad nesusilaužytumėte šonkaulį (B). Spauskite nukentėjusiojo krūtinės ląstą 80 kartų per minutę. Kas 15 kartų atlikite nukentėjusiajam du įpūtimus iš burnos į burną (C ir D).

Jei prie nukentėjusiojo yra daugiau žmonių, vienas gali atlikti krūtinės ląstos kompresiją, o kitas — kvėpuoti iš burnos į burną. Tuomet kas penki paspaudimai daromas vienas įpūtimas. Per minutę krūtinės ląstą spaudžiama 60 kartų, darant 1–1,5 s pauzę po kiekvieno penkto paspaudimo.

Vaikai ir kūdikiai

Gaivindami vaikus, susilpninkite krūtinės ląstos spaudimą, o padidinkite spaudimų skaičių iki 100 kartų per minutę. Nespauskite krūtinės ląstos giliau kaip per 2,5 cm. Kūdikiams iki 10 mėn. krūtinės ląstą spauskite viena ranka (delno "pagalvėlėmis") 90–100 kartų per minutę dažnumu. Spauskite tik 3,5 cm krūtinės ląstos. Po kiekvieno penkto paspaudimo įpūskite oro į plaučius.

Užspringimas

Užspringstama, kai užkemšami kvėpavimo takai, dažniausiai maistu. Užspringęs asmuo laikosi už gerklės, negali atsikosėti, girdėti šnypščiantis garsas, oda melsva (jei nukentėjusysis be sąmonės), nesikilnoja krūtine (jei nukentėjusysis be sąmonės).

Jei užspringusysis sąmoningas

Palenkite nukentėjusiojo galvą (A). Stiprokai suduokite per nugarą, bet nesužalokite stuburo. Jei tai nepadeda, atsisistokite užspringusiajam už nugaros ir vieną kumštį laikykite tiesiai po krūtinės ląsta (B). Prilaikykite kumštį kita ranka ir atlikite staigų bei stiprų stūmimo judesį gilyn ir aukštyn (C). Jei esate vienas ir užspringote, tokius judesius pilvo srityje patys atlikite abiem rankom, ar tą sritį spauskite į koki nors būką daiktą, pavyzdžiui, medžio kamieną, jei esate lauke, ar į kėdės atkalnę, jei esate kambaryje.

Jei užspringusysis be sąmonės

Prispauskite vieną ranką prie užspringusiojo pilvo vidurio, truputėlį aukščiau bambos. Ant šios rankos uždėkite kitą ir staigiai paspauskite stumdami aukštyn. Jei patekęs daiktas ar kasinis neatšoko, pabandykite ištraukti jį pirštu arba pincetu. Jei reikia, pasišvieskite žibintuvėliu. Jei nukentėjusysis ir toliau guli be sąmonės, kvieskite greitąją pagalbą. Jei nekvėpuoja, darykite dirbtinį kvėpavimą.

Jei užspringo kūdikis

Permeskite kūdikį per ranką taip, kad galvutė būtų žemiau už visą kūną. Galvutę prilaikykite paėmę už žandikaulio. Tvirtokai padaužykite tarp menčių, tik nesužalokite stuburo ir nepaliki-
kite melynų.

UŽSPRINGIMAS



GAIVINIMO PADĖTIS

Jei įtariate, kad yra pažeistas stuburas, ypač sprandas, prieš judindami nukentėjusįjį visų pirma jį patogiai paguldykite. Jei tokio įtarimo nėra, taikykite gaivinimo padėtį, neleidžiančią užspringti.

Pasukite nukentėjusiojo galvą į save, truputį atloškite, kad atsivertų kvėpavimo takai. Nukentėjusiojo ranką, esančią arčiau jūsų, pakiškite po jo sedmenimis, kitą ranką sulenkite prie krūtinės.

Paskui nukentėjusiojo koją, esančią toliau nuo jūsų, uždekite per kulkšnį ant tos, kuri yra arčiau jūsų. Nukentėjusįjį vieną ranką švelniai patraukite prie sa-

vės, suėmę už drabužio ties šlaunimi, o kita ranka prilaikykite jo galvą. Paguldykite nukentėjusįjį sau ant kelių. Sulenkite ant viršaus padėtą jo koją taip, kad kūnas nenusiristų. Galvą laikykite atlošę atgal, kad galėtumėte išvalyti kvėpavimo takus.

SKENDUOLIS

Jo požymiai yra tokie:

- Blyški ir šalta oda.
- Nekvėpuoja.
- Melsvos lūpos (cianozė).
- Silpnas pulsas arba jo nėra.
- Dingusi sąmonė.

GAIVINIMO PADĖTIS



Gydymas

ABC — kvėpavimo takų išvalymo, kvėpavimo, kraujotakos atstatymas.

Netiesioginis širdies masažas.

Gydymas nuo hipotermijos.

Gydymas nuo šoko.

Labai svarbu, kad galvą laikytumėte žemiau už visą kūną: vanduo natūraliai ištėkės iš plaučių.

Jei nukentėjęsysis kosti ir spjaudosi, paverskite ant šono. Jei be sąmonės, taikykite gaivinimo padėtį. Paskui kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

KRAUJAVIMAS

Kai netenkama daug kraujo, gali ištikti mirtis. Kraujavimas gali būti arterinis, veninis ir kapiliarinis (išvardyta pradedant pavojingiausiu).

Arterinis

Kraujo, tekančio arterijomis, spūdis yra aukštas, todėl, kai pažeidžiama arterija, iškyla lemtingo nukraujavimo pavojus ir nukentėjęsysis gali numirti per minutę. Arterinį kraujavimą galima pažinti iš šviesiai raudonos kraujo spalvos ir iš to, kad jis srūva čiurkšle dėl širdies pumpavimo.

Veninis

Tamsiai raudonos spalvos kraujas. Veninį kraujavimą sustabdyti daug lengviau negu arterinį.

Kapiliarinis

Nuo nedidelių įpjovimų ar įdreskimų kraujuoja iš kraujagyslių.

Gilios žaizdos

Visų pirma užspauskite žaizdą, kad

sustabdytumėte kraujavimą. Pačiai žaizdai užsitraukti prireiks laiko. Apriškite žaizdą steriliu tvarščiu tvirtai paspausdami. Jei kraujavimas nesustoja, nenuimkite pirmojo tvarščio, bet ant šio uždėkite dar kitą tvarstį. Jei kraujuoja neišnirusi ir nesulaužyta galūnė, pakelkite ją ir palaikykite.

Dar vienas kraujavimo sustabdymo būdas — arterijos, esančios aukščiau žaizdos užveržimas. Užveržti reikia truputį aukščiau sužeistos vietos: plaštakai — riešą, pedai — kulksnį.

Įpjovimai ir įdrėskimai

Jei įpjauta negiliai, nuplaukite žaizdą švari vandeniu, kad neliktų purvo ar kitų nešvarumų. Švelniai nusauskite sterilia marle ir užklijuokite pleistru ar apriškite tvarščiu.

Vidinis kraujavimas

Vidinį kraujavimą gali rodyti putojantis šviesiai raudonas kraujas, kurį iškosėja nukentėjusysis, kai kraujuojama iš plaučių, arba raudonas kraujas vėmaluose, kai kraujuojama iš skrandžio. Vidinį kraujavimą pastebėti sunkiau negu išorinį. Jį galima nustatyti pagal tai, koks nelaimingas atsitikimas ištiko nukentėjusį, arba pagal tai, kokiose vietose yra mėlynės ir skauda.

Vidinį kraujavimą gali rodyti ir šie požymiai:

- Blyški, šalta ir drėgna oda.
- Greitas ir silpnas pulsas.
- Skausmas pilve.
- Bet koks skausmas ar nepatogumas.
- Pykinimas arba vėmimas.
- Šokas.

Jei įtariate vidinį kraujavimą, paguldysite nukentėjusį, kojas pakelkite, per kelius sulenkite. Prisiminkite, kad kraujas gali būti susikaupęs kūno ertmėse. Kvieskite greitąją medicininę pagalbą.

ŽAIZDOS

Necivilizuotomis sąlygomis atviras žaizdas reikia labai kruopščiai prižiūrėti, nes dėl sunkumo palaikyti švarą gali prasidėti užkrėtimas. Nuo žaizdos ir aplinkui pašalinkite drabužius, jei reikia — išpjaukite ar iškirpkite juos toje vietoje. Nuvalykite odą aplink žaizdą, nusauskinkite žaizdą, kad pašalintumėte nuo jos nešvarumus. Apriškite žaizdą švari tvarščiu. Tvarstį keiskite kas dieną. Žiūrėkite, ar neprasidėjo infekcija.

Jei infekcija vis dėlto prasidėjo, pridėkite šiltą drėgną kompresą ir palaikykite 30 minučių. Paskui vėl uždėkite tvarstį. Jei žaizdoje įsiveisė lervų, jos nepavojingos, kol minta negyvais audiniais. Skausmas ir paraudimas parodo, kad jos ėmė maitintis gyvais audiniais. Būtinai išplaukite jas iš žaizdos steriliu vandeniu ar šlapimu.

Pagrindinės tvarstymo taisyklės

- Tvarstomoji medžiaga (tamponas) turi gerai uždengti ne tik žaizdą, bet ir jos kraštus.
- Dėkite tvarstį (tamponą) tiesiai ant žaizdos. Netaisykite nuslydusio.
- Jei kraujas persisunkė per tvarstomąją medžiagą (tamponą), nenuimkite jos. Ant šios dėkite kita.
- Jei turite tik vieną sterilią tvarstomąją medžiagą, dėkite ją ant žaizdos, o ant šios galite dėti kitokią medžiagą.

Sterilios tvarstomos medžiagos panaudojimas

- Nuplėškite ipakavimą. Išvyniokite darį tvarščio. Neišmeskite viso ritinėlio ir nelieskite rankomis tampono.
- Laikykite tamponą už kraščiukų. Uždėkite tiesiai ant žaizdos.
- Trumpesniu tvarščio galu vieną kartą apvyniokite galūnė ir tamponą. Jei liko jo dalis, palikite laisvai kaboti.

- Kitu tvarsčio galu apvyniokite galūnę, uždengdami visą tamponą.
- Suriškite abu tvarsčio galus, kad tamponas tvirtai prispaustų prie žaizdos.
- Patikrinkite, ar sužeista galūnė cirkuliuoja kraują. Jei reikia, atlaisvinkite tvarstį.

Sukabinantis tvarstymas

Jei žaizda žiojėja, galite jos kraštus suglausti panaudoję lipnią juostelę. Žaizda turi būti ne tik švari, bet ir sterili. Jei pasitikite savimi ir mokate, galite žaizdą susiūti.

Žaizdos susiuvimas

Pažiūrėkite, ar po oda nera kraujo, oro, ar medžiagos, kurias naudosite, yra švarios. Ant siūlo galo užmegzkite mazgelį. Smeikite adatą per odą į vieną žaizdos kraštą per visą jos gyli, paskui smeikite į kitą kraštą, ištraukite siūlą. Kiekvieną dygsnį iš abiejų odos pusių sutvirtinkite kvadratinio mazgu. Abiejose žaizdos pusėse imkite po lygiai odos, kad randas neliktų kreivas.

Mazgas rišamas taip: ant adatos storą galo daroma kilputė, pro kurią pralįstų adatos galiukas. Perkiše galiuka,

traukite siūlą. Sukabinkite žaizdos kraštus kuo tvirtiau.

Susiuve palikite siūlus žaizdoje dešimt dienų. Traukite pincetu suėmę už mazgelio. Trūkteleti reikia stipriai.

VOTYS

Dekite šiltus kompresus, kol atsiras voties akutė. Tuomet galite votį perpjausti steriliu peiliu ar kitu aštriu instrumentu (sterilizuoti galite palaike virš liepsnos), kad išeitų pūliai. Pūlius kruopščiai nuplaukite nuo žaizdos vandeniu ir muilu. Užriškite žaizdą. Periodiškai tikrinkite, kol užgis.

IŠBĖRIMAI

Išbėrimų priežastys gali būti labai įvairios. Pagrindinė taisyklė tokia: laikykite juos sausus, jei jie drėgni, ir drėgnus, jei jie sausi. Su išbėrimais reikia elgtis kaip su atviromis žaizdomis.

Nudegimai

- Vėsinkite nudegusią vietą vandeniu 10–20 minučių arba panaudokite specialią želė nudegimams.

NUDEGIMAI

LAIPSNIS Pirmasis

PAŽEIDIMAS

Nudegęs viršutinis odos sluoksnis, pvz., nuo saulės. Oda parausta, paskui lupasi.

GYDYMAS

Drėkinamieji kremai. Tabletės nuo skausmo ar karšties. Regullariai duoti šalto vandens.

Antrasis

Gilesnis odos sužalojimas, sukelęs pūsles. Šokas.

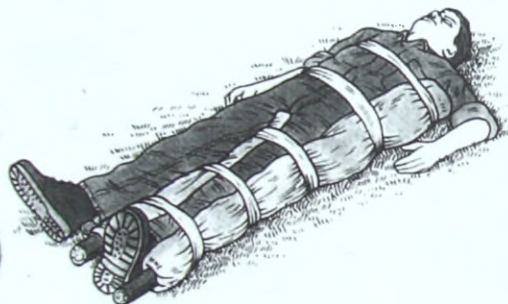
Panaudokite antiseptinį tvarstį ar palikite žaizdą netvarstytą, bet skrupulingai švarią. Gydykite nuo šoko.

Trečiasis

Pažeisti visi odos sluoksniai. Šokas.

Reikia profesionalaus gydymo.

ĮTVARAI



- Nukentėjusįjį įtaisykite kuo patogiau. Pasirūpinkite, kad žaizda būtų švari.
- Nejudinkite nieko, kas įstrigę į nudegimo vietą.
- Nenaudokite jokių losjonų, kremo, sviesto ar taukų nudegimui patepti.
- Pagirdykite nukentėjusįjį.
- Kuo greičiau kvieskite profesionalią pagalbą.

ŠOKAS

Pavojingas gyvybei simptomų kompleksas — progresuojantis visų organizmo fiziologinių sistemų veiklos sutrikimas: smegenų, širdies, kepenų, inkstų. Jei jis kilo dėl nudegimų, reiškia, kad gyvybiniai organai neteko plazmos. Nuo vemimo ar viduriavimo jie netenka van-

dens. Šoko efektą dar padidina skausmas ir susirūpinimas.

Svarbiausi šoko požymiai:

- Pulsas — greitas ir beveik neapčiuopiamas.
- Blyškumas — oda blyški, šalta, drėgna; žmogus prakaituoja, dreba.
- Akių vyzdžiai išsiplėte.

Gydymas nuo šoko

- ABC (kvėpavimo takai, kvėpavimas, kraujo apytaka).
- Paguldykite nukentėjusįjį, pakelkite jo kojas.
- Sušildykite.
- Atlaisvinkite veržiančius drabužius.
- Apžiūrėkite.
- Sustabdykite kraujavimą.

LAIKINA PERPETĖ



- Sulašinkite skysčių į veną. Neduokite gerti ir valgyti.
- Jei turite, duokite nuskausminamųjų.
- Kvieskite greitąją medicinos pagalbą arba patys vežkite paguldę nukentėjusį ant neštuvų.

LŪŽIMAI

Paprastai kaulai lūžta, kai žmogus griūva ar nuo ko nors krenta. Kai kaulo lūžis uždaras, abu jo galai lieka po oda, o kai atviras, išlenda pro oda.

Požymiai

Pabrinkimas, pakitusi galūnės forma, neįprastas jautrumas lūžio vietoje, lūžgalių traškejimas trinantis vienas į kitą, didžiulis skausmas, dar padidėjęs pajudinus.

Gydymas

- Nesistenkite sustatyti kaulų į vietą.
- Atvirds žaizdas apriškite švarių tvarsčiu.
- Įtvirtinkite sulaužytą vietą tiksliai tokioje padėtyje, kokioje radote.
- Vežkite nukentėjusį į ligoninę arba kvieskite profesionalią medicinos pagalbą.
- Jei lūžusi ranka, idėkite ją į įtvarą. Jei ranka lankstosi, pariškite prie krūtinės.
- Jei įtariate stuburo lūžimą, visiškai nejudinkite nukentėjusiojo.

Įtvarai

Įtvarui galite panaudoti pagaliukus, lazdas, lenteles, šakas ar netgi kietai suvyniotą laikraštį. Įtvaras turi būti pakankamai ilgas, kad užfiksuotų galūnę aukščiau ir žemiau lūžio. Užtikrinkite, kad galūnė ir įtvaras būtų surišti keturiuose taškuose: dviejuose aukščiau lūžio ir dviejuose žemiau jo. Įtvarą pririškite neatsimezgančiu mazgu. Įtvaras turi būti iš išorinės pusės.

Po įtvaru padėkite minkštą paklotą, kad būtų patogiau nukentėjusiajam. Sužeistą koją galite pririšti prie sveikosios, sužeistą ranką — prie krūtinės. Įtvaras dėkite iš abiejų galūnės pusių. Rišdami įtvarą, žiūrėkite, kad tvarstis gultų glaudžiai ir įtvaras neslidinėtų, bet ne per stipriai, kad netrukdytų kraujo cirkulacijai.

Kraujo apytaka

Prieš dėdami įtvarą, patikrinkite kraujo apytaką žemiau lūžio vietas. Jei

LAIKINAS KAKLO LŪŽIO ĮTVARAS



per sužeistą vietą ilgą laiką netekęs kraujas, galūnė gali tapti amputuota.

Jeigu oda blyški ar melsva, atspalvio, tikriausiai pažeista arterija. Galite patikrinti kraujo cirkuliavimą ir taip: išpauskite nagais odą ir žiūrėkite, po kiek laiko atgauna spalvą. Padarykite tą patį su sveika galūne ir palyginkite su sužeistąja. Taip pat palyginkite sveikosios ir sužeistosios galūnių temperatūrą. Patikrinkite cirkuliavimą ir kai uždedate įtvarą. Pažeistas arterijas turi skubiai apžiūrėti medikai.

Perpetė

Ji daroma iš nesitampančios medžiagos ar diržo. Kai parišate ranką ant krūtinės perpetės, plaštaka turi būti pakelta truputėlį aukščiau už alkūnę.

Kaklo lūžis

Kaklą reikia įtvirtinti kaklo įtvaru. Jei to negalite padaryti, tai pakiškite po nukentėjusiojo sprandą susuktą rankšluostį ar drabužį, galvą iš abiejų pusių paremkite dviem sunkiais objektais, kad ji nejudėtų, kol atvyks greitoji pagalba.

Sulaužyti šonkauliai

Sulaužyti šonkauliai sukelia didelį skausmą, kuris dar labiau padidėja nuo gilaus kvėpavimo. Retai kada galima aprišti, nes dėl kvėpavimo sunku tą raištį išlaikyti reikiamoje vietoje. Nukentėjusysis turi laikytis už šono, kai giliai įkvėpia ar iškvėpia. Visada yra pavojus, kad sulaužytas šonkaulis gali perdurti plautį. Tą rodo šie požymiai: sunku kvėpuoti, melsva spalva (cianoze) ir šokas. Skubiai suteikite profesionalią medicinos pagalbą.

Kaukolės lūžis

Kaukolės lūžiai yra uždari. Nuo sunkaus lūžio kaulo skeveldros gali prakiurdyti membranas, dengiančios smegenis.

kraujagysles. Kraujas gali pradėti spausti smegenų audinį.

Jeigu iš ausų ar iš nosies teka šiaudų spalvos skystis, tai gali būti membranos kraujagyslių prakiurimo dėl kaukolės lūžio požymis. Paguldykite nukentėjusįjį gaivinio padėtyje. Leiskite skysčiui tekėti. Kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

IŠNIRIMAS

Tai visiškas ar dalinis sąnario kaulo galų išėjimas iš sąnario ribų, plyšus sąnario kapsulei. Kartu gali būti ir lūžis. Simptomai: didžiulis skausmas ir patrinkimas aplink sąnarį. Nesistenkite atstatyti sąnario kaulo galų į vietą, jei to nemokate. Geriau padarykite įtvarą arba, jeigu išnarintas petys, perpetę ir kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

Jeigu mokate teikti pirmąją pagalbą, veikite greitai, kol nesustingo raumenys aplink sąnarį. Trūtelėkite ar timtelėkite. Patikrinkite nervinį impulsą. Jei jis ribotas, procedūrą pakartokite. Dekite šaltus kompresus, kad sumažėtų tinimas.

SAUSGYSLIŲ PATEMPIMAS

Sausgysles patempiname ar net nutraukiame, kai staiga jas įtempiname. Dažniausiai patempiname kulkšnies sausgysles, kai kryptelėjus kojai, kūno svoris tenka jos daliai. Paprastai jaučiame skausmą ir raumenų tempimą arba spazmą apie sąnarį.

Uždėkite ledo kompresą (ar pūsle, pripildytą šalto vandens). Sutvarstykite tampriu tvarsčiu ir pakelkite aukščiau. Gerkite vaistų nuo skausmo.

Jeigu dėl kokios nors priežasties nukentėjusysis turi eiti, nekeiskite avalynės. Ji gali praversti kaip savotiškas įtvaras, nes nusiavus bus sunku vėl apsiauti.

DILBIO PARIŠIMAS



PERPETĖS IR TVARSČIAI

Rankos (dilbio) parišimas

Riešas turi būti truputį aukščiau už alkūnę. Tarp rankos ir kūno padėkite trikampį tvarstį (skarelę), vienu kampu nukreiptą į alkūnę. Uždekite arčiau kūno esantį kampa per nesužeistą kūno pusę ant kaklo. Pakelkite iki ten kitą kampa, sulankstykite ir susekite žiogeliu.

Alkūnės parišimas

Alkūnę laikykite šalia kūno, o plaštaką pridėkite prie nesužeisto (kito) peties.

Trikampį tvarstį dėkite po dilbiu ir plaštaka galu į alkūnę.

Ištieskite viršutinį kampa iki sveiką peties, apatinį pakiškite po alkūnę, per nugarą iki viršutinio kampo. Suriškite mazgu. Sulankstykite nereikalingą

ALKŪNĖS PARIŠIMAS



medžiaga, prisekite žiogeliu. Patikrinkite, ar ranka tvirtai laikosi.

Apykaklė ir rankogaliai

Atsargiai priglauskite alkūnę prie šono, o ranką ištieskite link sužeistosios pusės peties. Riškite dvi kilpas: vieną link savęs, kitą nuo savęs. Sudėkite jas drauge ir užtraukite. Paskui riškite kilpą tiesiai ant riešo. Patraukite jį aukštyn,

kad garantuotumėte riešo saugumą. Ištieskite tvarstomosios medžiagos galus abipus kaklo ir tvirtai suriškite rifiniu mazgu.

Kojos tvarstymas

Trikampio tvarščio (skarelės) centą uždėkite ant tampono, dengiančio žaizdą. Apsukite apie koją vieną ir kitą galą, kad tvarščio vijos truputį užėitų vie-

na ant kitos. Suriškite galus neslystančiu mazgu.

Pėdos tvarstymas

Pastatykite pėdą trikampio tvarščio viduryje pirštais į vieną kampą. Pirštus atskirkite vieną nuo kito absorbuojančia medžiaga, kad nešustų tarpupirščiai. Užlenkite trikampio priekinį kampą ant pėdos. Sukryžiuotus kitus galus apsukite aplink kulkšnį ir kulkšnies priekyje suriškite mazgu.

Plaštakos tvarstymas

Padėkite plaštaką ant trikampio tvarščio pirštais į kampą. Tarp pirštų įdėkite minkštos medžiagos. Užlenkite kampą ant pirštų. Kitus du galus sukryžiaue ir apsukę apie riešą suriškite.

NUODINGI ĮGĖLIMAI

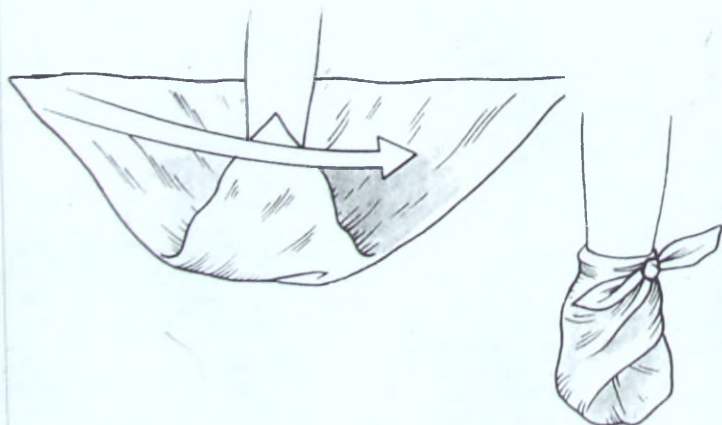
Gyvatės įkirtimas

Jei gyvatė įkirtė į ranką ar koją, užveržkite galūnę aukščiau įkirtos vietos. Užveržkite pakankamai stipriai, kad kraujas netekėtų po pažeistos vietos oda, bet ne per stipriai, kad nebūtų sutrikdyta kraujo apytaka. Jei yra galimybė, ant įkirtos vietos uždėkite ledo paketą. Nesisistenkite iščiulpti nuodų. Netepkite įkirtimo vietos tepalais ar kremais. Nukentėjusiojo nevalgydinkite, neduokite kavos, arbatos, tabako, vaistų.

Vabzdžių įgėlimai

Išimkite geluonį. Nesuspauskite "kapšelio", esančio prie geluonies. Nuplaukite įgeltą vietą vandeniu su muilu. Jei yra galimybė, pridėkite ledo pa-

PLAŠTAKOS TVARSTYMAS



keta: jis sulėtins nuodų plitimą. Jei žmogus rimtai reaguoja į igėlimą, elkitės kaip gyvatei įkirtus.

Žuvų spyglių, jūros ešerių, moliuskų įdūrimai

Mirkykite žaizdą karštame vandenyje 30–60 minučių. Tai deaktyvuos toksinus, jautrius karščiui.

Gyvūnų įkandimai

Nuplaukite žaizdą vandeniu. Apriškite steriliu tvarsčiu. Jei stipriai sužeista ranka ar koja, imobilizuokite jas. Kuo greičiau kvieskite profesionalią medicinos pagalbą. Suteikite kuo išsamesnę informaciją apie įkandusį gyvūną, kad būtų galima tinkamai gydyti.

Apsinuodijimas nuodingomis uogomis ar tabletėmis

Jei esate tikri, kad apsinuodijote nuodingomis uogomis ar tabletėmis, pasistenkite vėmti. Jei nukentėjo kitas, paverskite jį ant šono ir sukiškite du pirštus į gerklę.

Kirmėlės

Norėdami išvengti kirmelių ir kitų žarnyno parazitų, turite nevaikščioti basomis, nevalgyti žalios mėsos ir žalių daržovių, galėjusių augti žmonių išmatomis tręštoje dirvoje, laikykites asmens higienos taisyklių.

Jei neturite vaistų nuo kirmelių, išbandykite šias priemones:

Sūdytas vanduo

Ištirpinkite keturis valgomuosius šaukštus druskos 1 litre vandens. Šia priemone panaudokite vieną kartą.

Tabakas

Suvalgykite pusantros cigaretės. Mažiausiai 24 valandas nekartokite gydymo.

Žibalas

Išgerkite du valgomuosius šaukštus (neįkvėpkite garų). Mažiausiai 24 valandas nekartokite gydymo.

Kartieji pipirai

Suvalgykite. Kaip kasdieninės jūsų dietos dalis jie sėkmingai saugos nuo parazitų.

PERKAITIMAS

Norėdami išvengti perkaitimo, gerkite daug vandens, išrenkite būstą ir tinkamai pasirinkite aprangą. (Žr. II skyrių: "Kaip išgyventi dykumoje").

Tarp prakaitavimo (vėšina kūną) ir išgeriamo vandens turi būti balansas. Dirbdami sunkų darbą, gerkite daugiau vandens. Be dehidracijos, yra ir daugiau veiksnių, greitinančių perkaitimą: kūno svoris, sveikatos būklė, fizinis užsigrūdinimas, maistas, alkoholis.

Traukuliai nuo karščio

Jie gali prasidėti, kai organizmas netenka daug druskų, pavyzdžiui, prakaituojant, vemiant, viduriuojant. Tada mėslungis traukia rankas, kojas, pilvą, prakaituojama, jaučiamas troškulys. Nukentėjusįjį nuveskite į pavėsį, atlaisvinkite drabužius, duokite gerti vandens. Jei padėtis negerėja, kvieskite medicinos pagalbą.

Išsekimas nuo karščio

Išsekimą sukelia pusiausvyros tarp išgeriamo vandens ir prakaitavimo nebuvimas. Požymiai: žmogus smarkiai prakaituoja, jo blyški drėgna oda, skauda galvą, svaigulys.

Nuveskite nukentėjusįjį į pavėsį, atlaisvinkite drabužius, duokite gerti vandens. Nukentėjusysis tą dieną neturi nieko fiziškai daryti. Jei simptomai nepranyksta, kvieskite medicinos pagalbą.

Šiluminis smūgis

Per ilgai pabuvus saulėje ar karštyje, nustoja veikti organizmą vėsinantis mechanizmas. Dėl prakaito trūkumo oda pasidaro raudona ir sausa. Nukentėjusiojo pulsas gali būti greitas ir silpnas, prasidėti galvos skausmai, svaigimas ir pykinimas.

Kuo skubiau nukentėjusįjį nuveskite į pavėsingą vietą. Duokite lėtai gerti vandens (jei yra sąmoningas) ir vėsinkite vandeniu iš išorės. Masažuokite nukentėjusiojo galūnes, kad geriau cirkuliuotų kraujas. Aukščiau pakelkite kojas. Tučtuojau kvieskite medicinos pagalbą.

NUŠALIMAI

Nušalimo riziką sustiprina vėjas, vanduo, dehidracija, maisto stoka, fizinė būklė, psichologiniai veiksniai — depresija, susirūpinimas, bloga nuotaika, poilsio stoka.

Norėdami išvengti nušalimų, vilkite kelių sluoksnių drabužius, kuriuos galėtumėte kaitalioti priklausomai nuo oro temperatūros ir fizinės įtampos. Nesirenkite per šiltai, kad neprakaituotumėte. Tada ne tik sušlaps drabužiai, bet ir gali prasidėti dehidracija. Turėkite šiltų drabužių, pvz., vilnonį megztinį, ir vilkites juos, kai sustosite poilsio.

Nušalimą iš karto sunku pastebėti, ypač pačiam nukentėjusiajam. Jį rodyti gali blyški oda, dilgsėjimas.

Nedidelį nušalimą galite gydyti sušildydami, pvz.: šaltas kojas laikyti sausai ir šiltai, kad pagerėtų kraujo cirkuliacija. Nešildykite nušalusios vietos tiesioginiais šilumos šaltiniais, nemasažuokite.

Didelius nušalimus reikia skubiai gydyti. Kvieskite medicinos pagalbą.

Nužvarbimas

Jį sukelia ilgai atvira oda veikianti žema temperatūra. Tokiais atvejais susitraukia odos paviršiuje esančios kraujagyslės. Nužvarbusią vietą niežti, ji parausta. Sužvarbimas praeina, kai tą vietą sušildysite, pavyzdžiui, užsimausite šiltas pirštines.

Nušalusios kojos

Jei ilgą laiką jūsų kojos bus drėgnos ar šlapios, jos tikrai nušals. Iš pradžių pasidaro blyškios. Pulsas jose vos apčiuopiamas; vėliau parausta, patinsta, jaučiamas skausmas, stipriai tvinkčioja. Kol kojos dar blyškios, sušildykite jas, bet ne prie atviros ugnies, nes galite sukelti gangreną (audinių apmirimą).

Kai kojos raudonos ir patinusios, palengva jas vėsinkite, tik ne tiesiogiai veikdami šalčiu, pavyzdžiui, dėdami ledą. Nemasažuokite, nešildykite prieš tiesioginius šilumos šaltinius. Išgerkite vaistų nuo skausmo.

Kad nenušaltumėte kojų, kasdien keiskite sušalpusias kojines. Arba turėkite daug porų kojinių, arba sušalpusias išsidžiovinkite užantyje.

Nušalimas

Oda, ilgai būnanti vėjuje ir šaltyje, nušala, t. y. pažeidžiami jos audiniai. Iš pradžių jaučiamas dilgsėjimas, vėliau ta vieta pasidaro nejautri. Oda iš pradžių balta, šalta ir kieta, o vėliau parausta ir patinsta. Jei pažeidžiamos kraujagyslės, kyla gangrenos pavojus. Nukentėjusįjį nuveskite į šiltą patalpą ir nuo pažeistosios vietos pašalinkite drabužius. Uždėkite švarios sausos medžiagos gabalą ant pažeistos vietos ir laikykite ją šiltai, sakykime, plaštakas pažastyse. Ieškokite medicinos pagalbos.

Hipotermija

Hipotermija atsiranda tada, kai kūno temperatūra nukrenta žemiau 36,6°C. Požymiai: apsnūdimas, sulėtėjęs kvėpavimas ir širdies plakimas, nuo ko galima prarasti sąmonę ar netgi mirti. Šlapi drabužiai, šaltas vėjas yra hipotermijos rizikos veiksniai.

Reikia skubiai sušildyti visą kūną, bet švelniai ir palengva. Šlapius ar sušalusius drabužius pakeiskite švariais ir sausais. Gera priemonė — paguldyti į miegmaišį kartu su kitu asmeniu. Būkite pasirengę dirbtiniam kvėpavimui, jei nukentėjęs nustoja pats kvėpuoti. Tučiuojau kvieskite greitąją pagalbą.

PSICHOLOGINIAI VEIKSNIAI

Nerimas

Tai gresiančios nelaimės pojūtis. Ji gali sukelti sunkumai, trūkumai, negebėjimas rasti išgyvenimui būtinų dalykų. Simptomai: širdies plakimas, duriantis skausmas krūtineje, pasunkėjęs kvėpavimas, dūsavimai. Žmogus gali jausti raumenų įtampimą, skausmą nugaroje, pradeda per stipriai sugniaužti daiktus. Dar kiti simptomai: džiūstanti burna, viduriavimas, pykinimas, sunkus rijimas, raugėjimas. Išoriniai simptomai: blyškumas, prakaitavimas, žiovavimas.

Nerimas sumažina dažbingumą. Geriausias būdas pažaboti nerimą — pabandyti išsiaiškinti, ji sukėlusias problemas. Surašykite jas ir vieną po kitos įveikite. Susidoroję su šiomis problemomis, imsite labiau pasitikėti savimi, taigi sumažės ir nerimas.

Depresija

Tai prislėgtos psichikos būseną, kuri būdinga prasta nuotaika, mąstymo

ir judesių slopinimas. Su depresija gali būti susijęs nerimas. Ligonis būna nusiminęs, nejudrus, mąsto lėtai, linkęs save menkinti, kaltinti be kaltės. Jam atrodo, kad kitas ypatingomis aplinkybėmis pasielgtų už jį geriau, todėl linkęs pasiduoti kitų įtakai.

Depresija būdinga daugeliui žmonių. Į ją reikia žiūrėti kaip į praeinantį dalyką. Prisiminkime, kad netgi tokia didi asmenybė kaip Vinstonas Čerčilis kentėjo nuo depresijos, bet jis neleisdavo depresijai per ilgai savęs užvaldyti. Pameginkite žiūrėti į savo depresiją šaltai ir neleiskite jai išsiskynyti. Tegul ji praeina...

Stresas

Natūralu, kad necivilizuotoje aplinkoje, ypač ten, kur įvyksta nelaimingų atsitikimų, galite patirti stresą. Stresas — natūralus organizmo būdas įveikti problemas, reikalaujančias skubios reakcijos; palankiomis aplinkybėmis jis padidina darbingumą. Tačiau jei stresas veikia ilgą laiką, organizmo reakcijos, atvirkščiai, sumažina individo galimybes įveikti neigiamus veiksnius. Stresinės situacijos gali sukelti nerimo ir depresijos simptomus — širdies plakimą, virškinimo sutrikimą, raumenų skausmus.

Geriausias būdas įveikti stresą — jį kontroliuoti. Jūsų gebėjimas kontroliuoti jį didės kas kartą, kai sukaupsite valią, nors iš pradžių kils stiprus noras pasiduoti organizmo reakcijoms ir prarasti šaltakraujiškumą. Kai aplinkybės leidžia, sutramdykite savo skubančią mintį ir fizinius judesius (žinoma, ne per gaisrą, kai reikia galvoti ir veikti greitai). Išsiaiškinkite problemas, keliančias jums stresą, ir imkitės jas vieną po kitos įveikti.

UGNIES ĮKŪRIMAS, ĮRANKIAI IR GINKLAI

*Išgyvenimo esmė — kuo geriau pasinaudoti
prieinamais ištekliais taip, kad tai, ko trūksta,
išeitų į gera, o tai, ko yra, būtų panaudota
efektyviausiu būdu.*

Ugnis ilgą laiką buvo vienas tų žmogaus laimėjimų, išskyrusių jį iš gyvulių ir suteikusių daugybę galimybių pakeisti savo aplinką. Nuo neolito laikų žmogus išmoko užkurti laužą, sukeldamas ugnį trindamas, greždamas ir įskeldamas kibirkštį akmenimis, — titnagu.

Ugnies įkūrimas

Kad ir kur jūs būtumėte, — ar dyku-

moje, ar atogrąžose, ar poliariniuose regionuose, — be ugnies neapsieisite. Ji teiks šilumą, išdžiovins drabužius, ant jos išsivirsite karšto gėrimo ir valgi, ji per atstumą laikys laukinius gyvūnus ir saugos nuo vabzdžių. Ugnis teikia šviesa, ją galima naudoti kaip signalizavimo priemonę; galų gale ugnis pakelia dvasią, kas irgi svarbu.

Norint sėkmingai įkurti laužą, reikėtų turėti tinkamų medžiagų ir subalansuo-

tų laužui degti reikalingų elementų: oro, karščio ir kuro.

Medžiagos Pintis

Ji padeda pagauti pirmąją kibirkštį. Pintį gali pakeisti medžio drožlės, žievės nuoplaišos, pjuvenos, medvilnės pūkai, išdžiūvusios paukščių išmatos, sausą žolę ar sausi pušų spygliai.

Prakuros

Tai medžiaga, naudojama įdegti ugniai, į kurią vėliau galima dėti stambesnę kurą. Tai gali būti šakelės, medžio žievė, sausos žolės kuokštai, benzine sumirkyti skudurai.

Kuras

Tai gali būti mediena — nudžiūvusios medžių šakos ar patys medžiai, anglis, durpės (pakankamai sausos), išdžiūvęs gyvūnų mėšlas, sausą žolę, standžiai susukta į tumulus.

Vieta laužui

Parinkite tokią vietą, kur laužo neužpūs stiprus vėjas, neužsnigs gausus sniegas. Pamąstykite, gal turėsite sukrauti aplink laužą akmenų, kurie sukauptų šilumą (tarkime, maistui gaminti), o gal teks pasistatyti šilumos reflektorių, kad apšildytumėte būstą.

Laužą kurti reikia ant tvirto pagrindo. Jis gali būti iš akmenų, žalių rąstų ar kietos žemės (tam gali prireikti nukasti dirvos paviršių). Jei pučia stiprus vėjas, laužą kurkite duobėje arba tarp uolų ar didelių akmenų.

LAUŽŲ RŪŠYS

Naktinis laužas

Jis skirtas degti per naktį mažai rizikuojant, kad gali anksčiau laiko užgesėti. Jam taip pat priklauso ir šilumos reflektorius, įrengtas už laužo. Tokiame lauže turi būti mažai oro tarpų, kad ugnis degtų žemai; ant viršaus užkrauti du rąstai, neleidžiantys ugniai priartėti prie jūsų būsto.

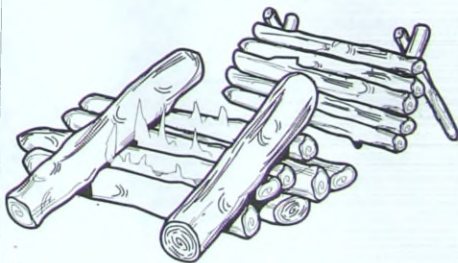
Ilgas laužas

Šis laužas kuriamas arba tranšėjoje, arba tarp dviejų žalių lygiagrečių rąstų. Rąstai turi būti stori, dedami ant dviejų pagalių, kad būtų oro trauka.

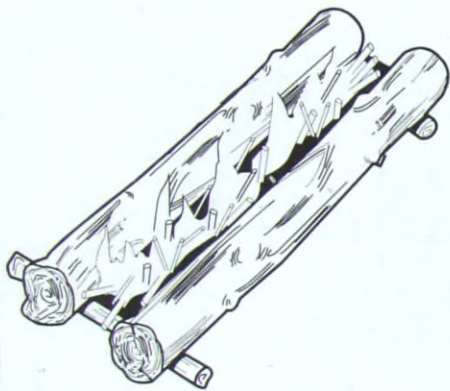
T formos laužas

Žemėje padaroma T raidės tranšėja. Tai idealus laužas gamintis valgiui. Pagrindinis laužas kuriamas viršutinėje T dalyje, o valgi gaminti galite ant karštų anglių ir žarijų, nusiritusių į kitą T dalį.

NAKTINIS LAUŽAS



ILGAS LAUŽAS



Piramidės formos laužas

Paguldykite lygiagrečiai du rąstus, skersai jų sudėkite mažesnius pagrindui suformuoti. Ant pagrindo kryžmai guldykite kitą sluoksnį trumpesnių rąstų, ant šio — dar vieną ir t.t., kol sukrausite piramidę. Įkurkite ugnį piramidės viršuje. Ji pamažu plėsis žemyn. Laužas bus kaitrus ir degs per visą naktį.

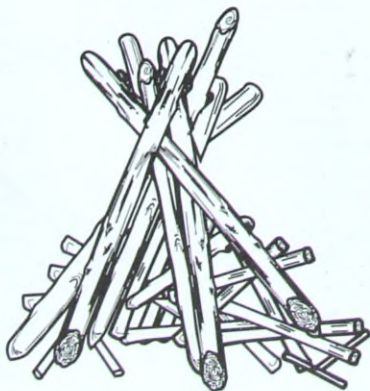
Vigvamo formos laužas

Jis tinka ir šilumai, ir virimui. Jį sudaro virš prakurų ismeigtas pagaly. Kiti pagaliai stačiai atremiami į pirmąjį, paliekant kiaurymę vėjui pūsti. Kai kuriate laužą, vėją užstokite.

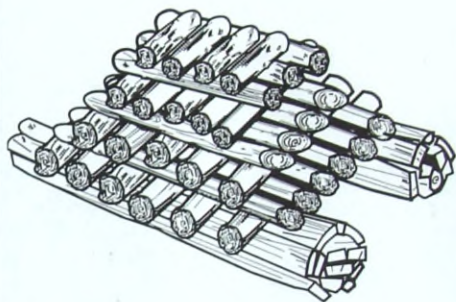
Žvaigždės formos laužas

Ekonomiškas laužas iš kieto medžio rąstų. Rąstai suguldomi kaip spinduliai ir degdami palengva stumiami į laužo vidų.

VIGVAMO FORMOS LAUŽAS



PIRAMIDĖS FORMOS LAUŽAS



Didinamasis stiklas

Jo pranašumas prieš degtukus toks: degtukai gali pasibaigti. Nukreipkite didinamąjį stiklą prieš saulę, padėkite po juo pinties ar ją atstojančios medžiagos. Laikykite, kol pintis ims rūkti ir paraudonuos. Švelniai įpūskite liepsną.

Skiltuvas

Jūsų įrankių rinkinyje turėtų būti nedidelis metalinis strypelis ir pjūklelis. Lengva įskelti kibirkštį pabrūžinus pjūkleliu per strypelį. Ar-

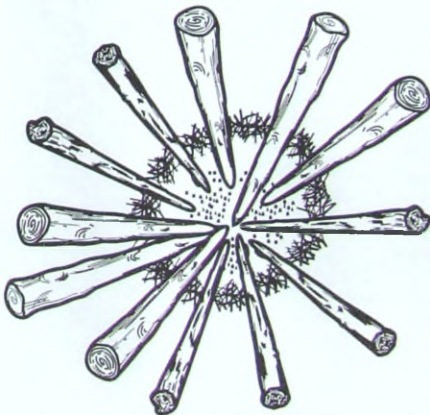
UGNIES ĮKŪRIMAS

Patikrinkite, ar turite visas reikalingas medžiagas.

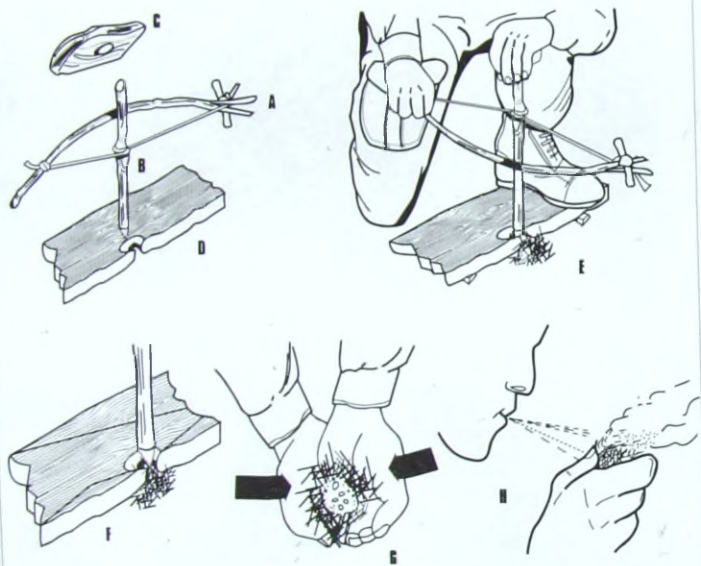
Degtukai

Lengviausias būdas užkurti ugnį yra vėjo neužpučiami degtukai. Turėkite jų savo krepšyje. Tačiau gali būti, kad laikote juos blogiausiam atvejui arba jie pasibaigė. Tokiu atveju įkurkite ugnį kitu būdu. Visada geriau degtukus patausoti tam atvejui, kai turėsite mažiau laiko ir norėsite greičiau užkurti ugnį.

ŽVAIGŽDĖS FORMOS LAUŽAS



LANKAS IR GRĄŽTAS



ba galite ją įskelti sudavę strypeliu į titnagą.

Akumulatorius (baterija)

Prie akumulatoriaus (baterijos) prijungtos vielutės iškelia kibirkštį, kai jas suglaudžiate.

Parakas

Atsargiai išpyle jį iš patrono, galite panaudoti ugniai įkurti.

Lankas ir grąžtas

Iš gluosnio šakelės ir virvutės pasidarykite lanką (A). Grąžtą gali atstoti medžio pagaliukas vienu nusmailintu galu (B). Nenusmailintas galas turi tilpti į skylutę, esančią kumščio dydžio medžio gabaliuke (C), kuris reikalingas rankoje vertikalčiai išlaikyti grąžtą. Grąžto smaigalį įstatykite į įrantą medžio gabale, po kuriuo yra pintis (ar ją atstoja medžiaga, D). Reguliariai

"OBLIAVIMAS"



traukykite lanką pirmyn ir atgal taip, kad virvutė suktų grąžtą (E). Didėjantis spaudimas ir greitis sukelia trintį. Apatinis pagalys ilgainiui įkaista, ima rūkti ir uždega pintį (F). Padėkite lanką ir grąžtelį. Paimkite žėruojančią pintį (G). Pūskite, kad labiau įsidegtų (H).

Medžio trynimasis į medį

Panašus į anksčiau aprašytąjį, ugnies įkūrimo būdas, tik be lanko. Trinkite tarp delnų du medžio gabaliukus. Efektas panašus.

"Obliavimas"

Išpjaukite griovelį minkšto medžio gabale ir "obliuokite" jį kieto medžio lazdele. Pabirs smulkutės medžio drožlės, kurias įkaitins trintis.

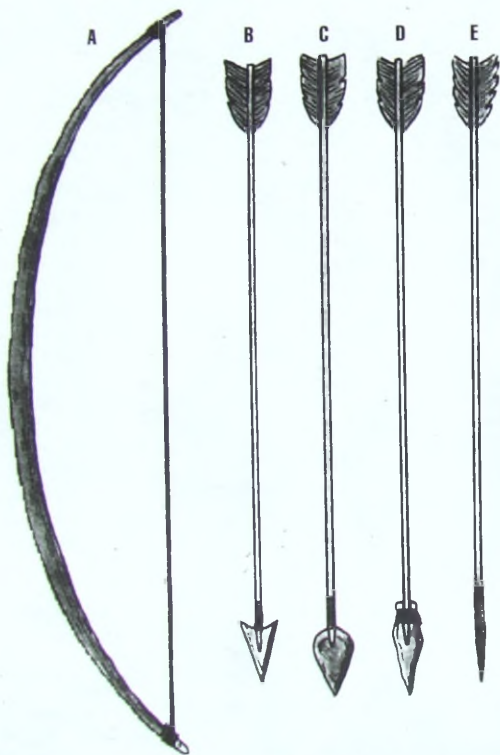
ĮRANKIAI IR GINKLAI

Vėždas

Tai naudingas įrankis, kuriuo galite pribaugti ir spąstus patekusį ar nudobti lėtai bėgantį gyvūną. Taip pat jis suteikia saugumo pojūtį.

Lengviausia jį pasidaryti iš vidutinio dydžio pliauskos, kurios vienas

LANKAS IR STRĖLĖS



- A. Kietmedžio lazdelė ir žaliaminės odos temple
- B. Strėlė su plieniniu antgaliu
- C. Strėlė su litnago antgaliu
- D. Strėlė su akmeniniu antgaliu
- E. Strėlė su deginto medžio antgaliu

galas storas, o kitą patogu suimti rankomis. Gali būti, kad rasite tokį vėzdą, padarytą gamtos, arba turėsite padirbėti peiliu patys.

Galite pasidaryti ir akmens amžiaus vėzdą. Paimkite lazda dvišaku galu, įsprauskite į jį siaurėjantį akmenį ir apraišioti. Galite ir patys įskelti lazdos galą ir praskėsti jį taip, kad tilptų akmuo. (Ji irgi būtinai apraišioti.) Tokiam vėzdui pasigaminti reikia igudimo.

Skriejanti lazda

Suraskite kietos medienos gabalą, išlenktą maždaug 45° ir primenantį bumerangą. Jei nerandate išlenktos lazdos, panaudokite tiesią. Ji turi būti apie 60 cm ilgio ir storėjanti į galą.

Ietis

Paprasčiausia ietis yra bambuko stiebas nusmailintu galu. Tai labai aštrus ir naudingas ginklas smulkiai medžioklei. Tokią ietį galima pasidaryti iš kietmedžio karties, nusmailinus vieną jos galą. Galite prie galo pritvirtinti aštraus metalo gabalą ar kaulą.

Tuo pat principu pasidarykite durklą žuviai perversi ir taip ją sužvejoti.

Lankas ir strėlės

Ši klasikinė medžioklės įrankis reikia gana rūpestingai pasidaryti. Turite žinoti, kad ne visi medžiai vienodai lankstūs. Pabandykite susirasti kietmedžio lazdelę ir lygiai ją išlenkite, stengdamiesi išnaudoti natūralų lenkimąsi. Abiejuose galuose lazdelę nuskusite, per vidurį — ne: taip patogiau rankai, laikančiai lanką. Abiejuose galuose padarykite

įpjovas templei, padarytai iš žaliaminės odos. Įtempkite pakankamai tampriai, bet ne per daug.

Mediena galite suminkštinti įtryne taukais ar aliejumi. Strėlės — nusmailintos kietmedžio lazdelės. Vienos ar su pritvirtintais akmens, kaulo, metalo ar stiklo antgaliais. Ideali strėlė turi būti plunksnuotos, kad geriau skrietų, bet nebūtinai. Strėlių galuose padarykite įrantas, kad geriau tikėtų į temple.

Svaidyklė

Jums reikės Y formos lazdos ir tamprios medžiagos, pavyzdžiui, padangos kameros gumos.

Laidyklė

Vienas gumos gabalas gali išlaikyti vieną ir daugiau akmenų. Įtempkite jį nusitaike į grobį ir paleiskite. Reikia pasitreniruoti, kol pasieksite taiklumo.

Bola

Tai sviedžiamasis Pietų Amerikos indėnų ginklas, kurį sudaro 1 m ilgio virvė su pririštais prie galo akmenimis. Trijų akmenų pakanka. Įsukite bolą virš galvos (saugodamiesi, kad akmenys neužgautų jūsų) ir paleiskite į grobį. Gerai išsitreniruokite, kad ginklas nekelėtų didesnio pavojaus jums, o ne jūsų grobiui.

Kabliukai žuviai

Kabliukų galite pasidaryti iš bet kurios medžiagos tokiu, kad juos su jauku prarytų žuvis. Galite išdrožti iš mažo kietmedžio gabaliuko. Padarykite jam įranta ir paaštrinkite abu galus.

SPĄSTŲ SPENDIMAS, ŽŪKLĖ IR AUGA- LINIS MAISTAS

Gamtos aruoduose pilna maisto, bet paimti jį iš ten reikia ir mokėjimo, ir sunkaus darbo. Taip pat turite žinoti apie vienų ar kitų gyvūnų bei augalų keliamus pavojus.

MEDŽIOKLĖ SPĄSTAIS

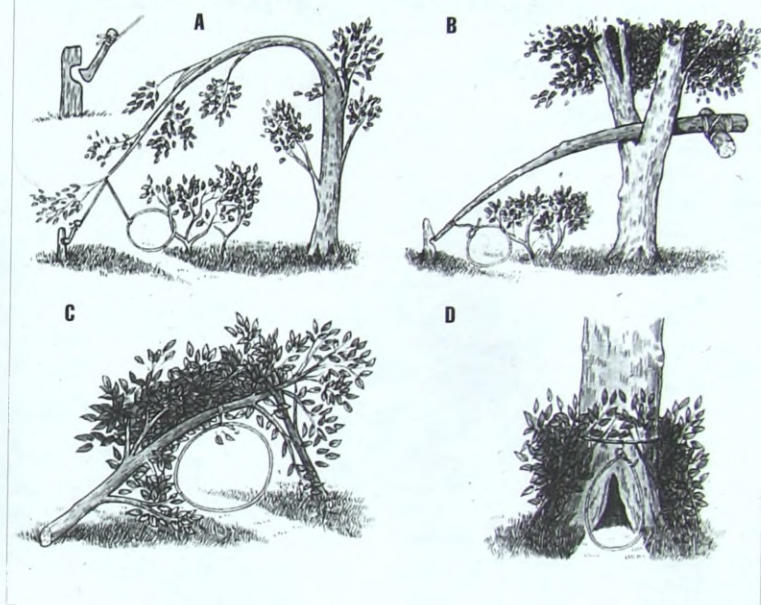
Turite žinoti norimo sugauti spąstais gyvūno dydį, taip pat jo takus. Ją galite nustatyti paieškoję išmatų, pėdsakų, olų, kailio liekanų, plaukų.

Reikia skirti, kur bendras daugelio gyvūnų takas, o kur tik vienos rūšies žvėrių takelis. Jūsų spąstai turi būti pritaikyti konkrečiam gyvūnui ir pastatyti ant jo vaikščiojimo tako.

Kilpos

Vielos ar virvės kilpos įtaisomos taip, kad gyvūnas būtų priverstas į jas įkišti galvą. Kilpa užsitraukia ir užsmaugia gyvūną, nors ne visada iš karto. Geriausiai pritaikytos yra pirktinės, bet ne prastesnės gali būti ir pačių pasigamintos kilpos. Kilpos neturi kvepėti žmogaus kvapu, todėl spėsdami jas rankas išsitemkite purvu, o pačią kilpą pabarstykite pelenais.

KILPŲ IŠDĖSTYMAS



Kilpų išdėstymas

Kilpą reikia parišti ant gyvūno vaikščiojimo tako taip, kad neišvengtų jos. Paspeskite ją tinkamame aukštyje nuo žemės. Lengviau įtaisyti vielos kilpas, nes jos išlaiko formą.

Tose vietose, kur pastebėjote gyvūnų takus ar kur jie ganosi, paspeskite ant kokio nors karkaso kilpas (A, B, C). Galite kilpą įtaisyti ten, kur yra dažnai lankomas gyvūno maisto atsargų "sandėliukas" (D). Neįtaisykite kilpų prie vandens: tokiose vietose gyvūnai yra labai budrūs. Prieš kilpą padarykite savotišką tunelį iš aplink augančių augalų, truputį platesnį už patį gyvūną. Aplinka tu-

ri atrodyti kuo natūraliau: jeigu tektu nukirsti ar nulaužti medį, įkirtimo vietą užtepkite purvu.

Kilpą pririškite prie tvirtai įkalto pagalio ar medžio šakos: jie turi išlaikyti patekusį į kilpą gyvūną. Reguliariai tikrinkite kilpas: per ilgą laiką gyvūnas gali pabėgti arba grobį paims kas nors anksčiau už jus. Gyvūnai paprastai pradeda vaikščioti temstant ir baigia brėkstant.

Pakeliamoji kilpa

Jos esmė tokia: nulenкта šaka pakyla, kai į kilpą patenka gyvūnas. Reikia dviejų šakotų pagalių. Vieną tvirtai įbeskite į žemę, o kitą pritvirtinkite prie nu-

lenko jauno medelio. Pagalius sukabin-
kite. Kilpa reikia įtaisyti taip, kad į ją lė-
kęs gyvūnas kliudytu pagalius. Šie išsi-
skirs, ir medelis atsities, pakeldamas
grobi.

Alternatyvus metodas — padaryti
įrantas dviejuose pagaliuose. Pririškite
vieną virvės galą prie medelio, o kitą galą
— prie skersinio, kuris turi būti įremtas į
įranta. Skersinį įtaisykite pakankamai
aukštai, kad nekliudytų gyvūnui bėgti.
Kilpa paspėskite žemiau jo.

Žabangos Spąstai

Ju esmė tokia: gyvūnas bėgdamas
užkliudo raizginį ar griebia jauką, ant jo
užkrinta sunkus rastas ar akmuo ir už-
muša.

Ketvertukas

Skačiaus 4 pagrindu padaryti spąs-
tai. Juos sudaro tiesus pagalis, atlaisvi-
nantis pagalis ir jauko pagalis. Tiesia-
me pagalyje padarykite įrantą atlaisvi-
nantiui pagaliui, o šiame — įrantą jau-
ko pagaliui. Pritaikykite taip, kad visi
pagaliai gerai laikytųsi. Ir atlaisvinan-
čio, ir jauko pagaliai galai turi būti nu-
smailinti.

Pastatykite ant medinio ar akmeni-
nio pagrindo, kad nesmigtų į žemę.

**P.S. Šie spąstai gali užmušti ir
žmogų. Visada prisiminkite, kur
paspendėte spąstus.**

Ietiniai spąstai

Ju esmė tokia: jaunas medelis ar ša-
ka stipriai sulenkiami, o prie jų pritvir-
tinama viena ar kelios ietys. Kai gyvū-
nas pajudina virvę, atsilaisvina nulen-
ktoji šaka ir suvaro ietį į gyvūną. Šiuos
spąstus reikia spėsti ir artintis prie jų la-
bai atsargiai.

**P.S. Visada artinkitės ne iš tos
pusės, kur nukreiptas ieties
smaigalys, nes šie spąstai gali ir
jus pačius užmušti.**

Paukščių kilpos

Paprasčiausiai priraizgykite visokių
kilpų tarp šakų, kur laikosi paukščiai.

GYVŪNŲ KELIAMI PAVOJAI

- Negaudykite spąstais tokių gyvūnų,
kaip meškos, vilkai, didelės kates,
krokodilai, nuodingos gyvatės. Ne-
bent negalite be jų apsieiti.
- Nestovėkite taip, kad užblokuotumė-
te pabėgimo kelią pavojingam gyvū-
nui.
- Būkite atsargūs su visais į spąstus pa-
kliuvusiais gyvūnais: jie kovos už sa-
vą gyvybę ir gali jus apkandžioti.
- Jei susidūrėte su pavojingu gyvūnu,
giliai įkvėpkite, kad nuramintumėte
nervus ir sukeltumėte gyvūno pasiti-
kėjimą. Kalbėkite ramiai ir lėtai, ra-
miai pasitraukite.
- Prieš artindamiesi prie didelio gyvū-
no, isitikinkite, kad jis negyvas. Pir-
miausia įsmeikite į jį ietį ar peilį, pri-
tvirtintą prie lazdos.

ŽŪKLĖ

Žuvis yra puikus baltymų šaltinis.
Jos gaudomos įvairiais būdais. Žuvis
linkusios laikytis pavėsingose upelio
vietose ir giliuose duburiuose.

Jaukas

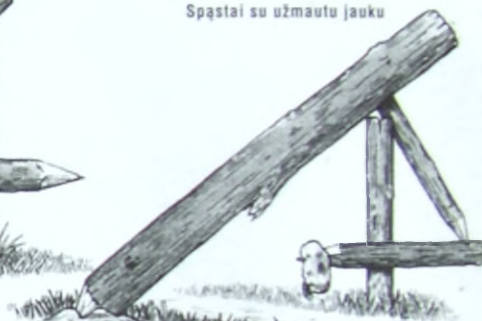
Jaukas turi būti kuo artimesnis tam
maistui, kuriuo žuvis minta konkrečio-
je vietoje: kirmėlės, vabzdžiai, smulkios
žuvelės, vikšrai, lervos.

SPĄSTAI

Greitai ir lengvai
padaromas
ketvertukas



Spąstai su užmautu jauku



Spąstai su
nukrentančiu
rąstu



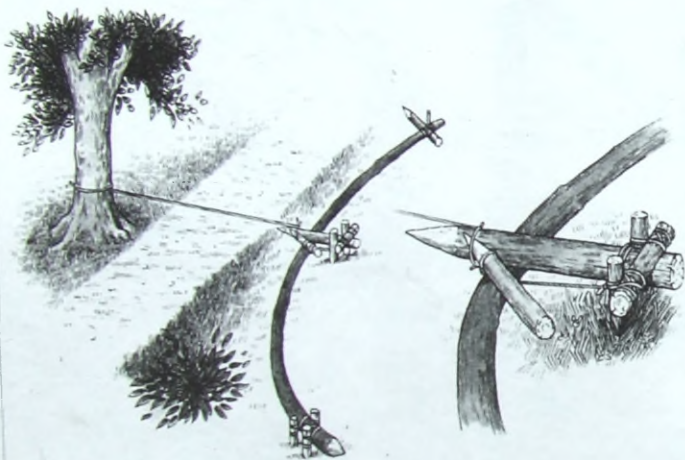
Spąstai su kilpa



Kilpinė
kombinacija



IETINIAI SPĄSTAI



Spąstai žuvims

Galite ir žuvims sukonstruoti spąstus — įvairius bučius; tai krepšiai iš vytelių, į kuriuos dedamas jaukas. Nupinkite juos taip, kad žuvis įplauktų, bet negalėtų išplaukti.

Galite panaudoti butelį, nudaužę jo dugną. Galite nupjauti plastikinio butelio viršų ir jo kaklelį įkišti į kito butelio kaklelį.

Gaudymas valu

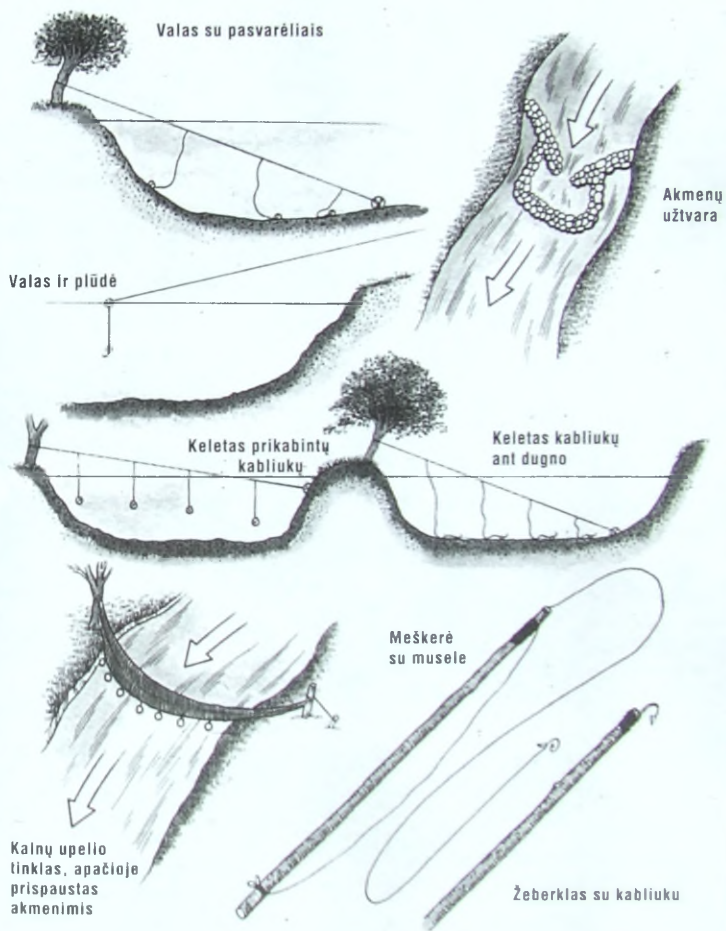
Galite ištiesti upeje valą su pririštu

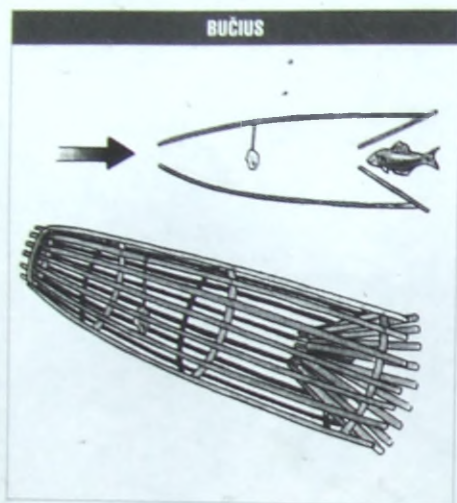
svoriu. Prie ilgo valo riškite trumpesnius: taip padidėja galimybė sugauti žuvų. Retkarčiais vis patikrinkite, ar ant kabliukų neužkibo žuvis.

Gaudymas musele

Galite padaryti meškere iš medžio vytelės, pritvirtinę prie jos valą ir musele. Užmeskite meškere ir leiskite muselei plaukti pasroviui. Žuvis kimba tik tada, kai yra daug musių ir kitų vabzdžių. Kaip jauką galite panaudoti koki vabalą ar žiogą. Laikykite šį jauką van-

ŽUVŲ GAUDYMAS





dens paviršiuje, kad patrauktumėte žuvų dėmesį.

Gaudymas tinklu

Galite susiaurinti upelio srovę akmenimis, kad žuvis plauktų į jūsų ištiestą tinklą. Tinklą įtvirtinkite stipriai, kad jo neišjudintų žuvis ar kitas koks srovės nešamas objektas. Tinklo apačia galite prispausti akmenimis.

Gaudymas žeberkle

Geriausia gaudyti netoli seklumų, kur žuvų daug ir jos didelės. Kaip žeberklą galite naudoti nusmailintą bambuko ar šiaip jauno medelio lazdele arba kartį su pririštu prie jos galo peiliu ar kitu aštriu daiktu.

Kiškite žeberklo galą po vandeniu ir lėtai artinkite prie žuvies, paskui staigiu judesiu smeikite. Jei pavyko, neneškite

pasmeigtos ant žeberklo žuvies į krantą, o geriau numaukite ją laisva ranka ir svieskite krantan.

SĖLINIMAS PRIE GROBIO

- Artindamiesi prie gyvūnų, žiūrėkite, kad nebūtumėte naudoję jokių kvapalų, kvėpiančio muilo ir panašiai. Nusiprauskite švariu vandeniu, kad nesijaustų jokie kvapo.
- Savo kvapa galite užmaskuoti pastoveje laužo dūmuose.
- Medžiodami eikite prieš vėją ir pradėkite medžioklę auštant.
- Neženkite dideliais

žingsniais, eikite atsargiai statydami koją nuo kulno ant pirštų, kad pajustumėte po koja lūžtančią šakelę ar ką kita, galintį sukelti triukšmą.

- Jei reikia, ropokite, kad jūsų nepamatytų ir nepabėgtų gyvūnai.
- Nustokite judėti, kai gyvūnas pažvelgia jūsų kryptimi. Pajudėkite vėl, kai jis ima toliau maitintis.
- Jei patekote į gyvūnų ganymosi zoną, taikykites į artimiausią.
- Nepulkite tučiuojau persekioti sužeisto ar pritrunkto gyvūno. Duokite jam laiko sustoti.

MAISTO RUOŠIMAS

Sugautam gyvūnui reikia išimti vidurius ir nulupti odą.

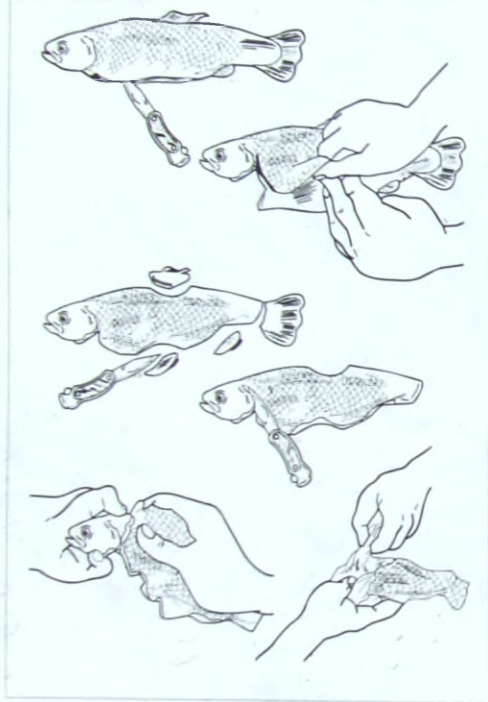
Vidurių išėmimas

Pirmiausia perpjove gerkle nuleiskite

GYVŪŲ SKRODIMAS



ŽUVIES IŠDARINĖJIMAS



te kraują, paskui apipjaukite apie išeinamąją angą ir perpjaukite odą paraleliai peniui, jei tai patinas (A). Įkiškite du pirštus tarp odos ir membranos, dengiančios vidurius. Laikykite peilio ašmenis tarp savo pirštų ir režkite link kaklo (B). Perpjaukite diafragmą prie krūtinės ląstos, paskui perpjaukite dubenį ir pašalinkite išeinamąją žarną (C). Praskėskite krūtinę ir išpjaukite kvėpuojamąją gerkle (D). Paverskite gyvūną ant šono ir ištraukite vidurius.

Jei gyvūnas didelis, turėsite jį pada-

lyti į dalis. Pjaukite per audinį tarp kojų, paskui išilgai ir išpjaukite papildvę. Išpjaukite kumpius, paskui atskirkite šonkaulius nuo nugarkaulio. Didelius mėsos gabalus galite kepti ant iešmo ar virti. Mažesnius troškinkite.

Odos lupimas

Lengviau nulupti ką tik nudobtą gyvūną. O ir vidurius lengviau išimti nulupus odą.

Perrėžkite odą nuo išeinamos angos iki kaklo, apipjaudami apie išeinamąją angą (A-B-C).

Išpjaukite vidinę kojų pusę iki kelio sąnario. Apipjaukite odą palei kelio sąnarius. Pradėję nuo užpakalinių kojų, nerkite odą, kol pasieksite nugarą, paskui nerkite žemyn iki galvos. Apipjaukite aplink kaklą ir nunerkite odą visai.

Išdirbimas

Nuplaukite odą, pašalindami kraują ir blusas iš kailio, paskui vidinę pusę išgremžkite akmeniu, iššveiksokite smėliu ar žemėmis. Išdžiovinkite.

Paukščių mėsinėjimas

Nupeškite plunksnas. Perpjaukite papildvę, ištraukite vidurius, išskyrus širdelę ir kepenėles. Nupjaukite kojas.

Žuvies išdarinėjimas

Perpjaukite žuvies pilvą nuo išeina-

mosios angos iki žiaunų ir išimkite vidurius. Nuplaukite, nupjaukite pelekus ir uodegą. Įpjaukite iki nugarkaulio, apipjaukite aplink žarnas. Prilaikydami rankomis, nuplėškite mėsą nuo nugarkaulio. Šonkauliai turėtų išsinerinti kartu su nugarkauliu.

Valgio gaminimo būdai

Virimas

Idealiausia virti metaliniame inde, pavyzdžiui, skardinėje, bet sėkmingai galite užvirinti vandenį bambuko stiebe, palenktame virš ugnies.

Kepimas ant iešmo

Užmautą ant iešmo mėsą sukinėkite virš žarijų. Žiūrėkite, kad keptų vienojai, tai yra paviršiuje, o viduje liktų žalia mėsa.

Kepimas

Galite kepti metaliniame inde arba pasidaryti krosnį, iškasę duobę po laužu.

Apkepinimas

Paklokite plokščią mėsos gabaliuką ant akmens ir dėkite į laužą.

Įvairių rūšių maistas

Vabzdžiai ir kirmėlės

Virkite arba džiovinkite, paskui su-trintus dėkite į sriubą ar troškinį.

Vėžliagyviai

Virkite gyvus, kol neišnyra iš kiauto.

Vėžliai

Virkite, kol nusiners šarvas. Tada galite įvairiai mėsą pjaustyti ir ruošti.

Ropliai

Kepkite su oda karštosė žarijose. Kai oda suskyla, nunerkite ją ir virkite. Prieš ruošdami valgiui gyvatę, nupjaukite ir išmeskite galvą. Varles nulupkite ir kepkite užmovę ant pagaliuko.

Paukščiai

Senus virkite. Jaunus kepkite.

Žuvys

Troškinkite ar, įsukę į lapus, iškepkite.

Žvėrių mėsa

Supjaustykite kubeliais ir virkite. Laukinės kiaulės gali būti užsikrėtusios kirmėlėmis ir kepenų siurbikėmis. Elniena irgi gali būti kirmėlėta.

AUGALINIS MAISTAS

Venkite:

- Visų pernokusių vaisių, taip pat ir šiek tiek papelijusių.
- Žolių, lapų, sėklų, turinčių migdolo kvapą, nes juose gali būti cianido.
- Visų grybų, nebent būtumėte absoliučiai tikri, kad jie valgomi.
- Augalų su trilapėmis ataugomis.
- Pupelių, gumbelių ar sėklų iš ankščių.
- Žalumynų, panašių į petražoles, mor-kas, pastarnokus ar krapus.
- Grūdų varpų su rožinės, raudonos ar juodos spalvos apnašomis.

Valgomi augalai

Atskiruose regionuose auga augalai, aptarti atitinkamuose skyriuose. Šiame skyriuje kalbame apie augalus, kurių negalima priskirti vien dykumų, atogrąžų ar poliariniams regionams.

UNIVERSALUS VALGOMŲ AUGALŲ NUSTATYMO TESTAS

Vienu metu tirkite vieną augalo dalį. Augalą suskirstykite į šias dalis: žiedą, pumpurą, lapą, stiebą, šaknį. Pauosykite augalą, ar nekvepia rūgštimi. Prieš ragaudami augalą, aštuonias valandas nieko nevalgyskite. Per tas aštuonias valandas atlikite kontakto su nuodais testą: patrinkite riešą ar alkūnę. Ragaudami, be minėto augalo ir vandens, į burną nieko neimkite.

Paimkite mažą augalo gabaliuką ir paruoškite jį taip, kaip norėtumėte valgyti. Pirmiausia prisilieskite prie jo lūpomis ir stebėkite, ar nedegina ir neniežti. Laukite tris minutes. Jei nėra jokios reakcijos, užsidėkite augalo gabaliuką ant liežuvio ir laikykite 15 minučių. Jei ir toliau jokios reakcijos, pakramtykite, bet nenurykite ir vėl palikite ant liežuvio 15 min. Jei nedegina, neniežti, netirpsta liežuvius, nurykite.

Laukite aštuonias valandas. Jei nors kiek pykina, sukeikite vėmimą (du pirštai į gerkle) ir gerkite daug vandens. Jei nieko tokio nepajutote, suvalgyskite kavos puodelyje paruošto augalo ketvirtadalį. Laukite kitas aštuonias valandas. Jei viskas gerai, augalas yra valgomas.

P.S. Gali būti, kad viena augalo dalis valgoma, o kita nevalgoma. Jei jis valgomas virtas, gal netinkamas valgyti žalias (testuokite žalią). Be to, ne visų individų reakcija į tą patį augalą yra vienoda.

Migdolas

Plačiai paplitęs atogrąžų, vidutinio klimato ir sausringuose regionuose. Panašus į persiką medis. Migdolas padengtas storu, rudu, sausu kevalu. Migdolai kaip ir riešutai labai maistingi.



Bermudinė
maranta

Bermudinė maranta

Auga drėgnose vidutinio klimato ir atogrąžų vietose. Augalo lapai strėlės formos. Šaknys verdamos kaip daržovės.

Smidras (šparagas)

Plačiai paplitęs vidutinio klimato juostos augalas. Pavasarį išleidžia į pirštą panašius žalius ūglius. Užaugęs puikuoja gražia lapija ir raudonomis uogytėmis. Jauni ūgliai prieš valgymą verdami mažiausiai 15 minučių.

Bukas

Medis šviesiai pilka žieve ir tamsiai žaliais lapais auga drėgnose vidutinio klimato juostos vietose. Buko riešutai valgomi išlukštenti iš plono kevalo.

Avietės ir gervuogės

Plačiai paplitę vidutinės klimato juostos augalai. Stiebas truputį dygliuotas. Uogos raudonos ir juodos. Iš lapų verdama arbata.

Varnalėša

Plačiai paplitęs vidutinės klimato



Varnalėša

juostos šiaurėje augalas. Ant spygliuoto kibus rutuliuko rožinės spalvos žiedai. Valgomi žali lapkočiai ir virtos šaknys.

Kajanas

Ankštinis augalas. Auga prie Viduržemio jūros, Viduriniųjų Rytų, Šiaurės Afrikos vietovėse. Jaunos ankštys valgomos žalios. Senesnės sutrinamos ir verdamos košė.

Kaštainis

Auga vidutinio klimato ir atogrąžų regionuose. Tradiciškai kaštainiai spraginami žarijose: lukštas sutrūkinėja, pasirodo maistingas ir skanus riešutas.

Cikoriija

Auga Afrikoje, Azijoje, Europoje ir Šiaurės Amerikoje. Lapai kaip kiaulpie-

nės, o stiebas aukštas, užauga iki 2 m. Žiedai melsvi. Valgomi lapai ir šaknys. Pastarosios verdamos.

Viksvuolė

Paplitusi visame pasaulyje, ypač dera drėgnose vietose. Lapai panašūs į žoles. Galima virti ar kepti augalo šaknis.

Kininis finikas

Augalas paplitęs atogrąžų, paatogrąžio, sausringuose ir vidutinio klimato regionuose. Vaisius galima džiovinti. Minkštimas vandeningas.

Laukinė obelis

Paplitusi Šiaurės pusrutulyje ir savanose. Užauga nuo 1 m iki 12 m, žydi gražiais baltais žiedais, kai kada rožiniais. Laukinis obuolius daug mažesnis už sukul-tūrintą, bet labai padeda išgyventi. Vaisiai valgomi žali, virti arba sudžiovinti.



Cikoriija

Spanguolė

Auga šaltesnėse Šiaurės pusrutulio vietose. Šliaužiantis pažeme augalas raudonomis uogomis. Verdamos su cukrumi, kad nesijaustų itin rūgštaus skonio.

Kiaulpienė

Auga atvirose vietose Šiaurės pusrutulyje. Mėgsta pažemę. Lapai karpyti, žiedai ryškiai geltoni. Visos augalo dalys valgomos. Šaknys verdamos ir valgomos kaip daržovės. Pakepintos jos kaip ir cikorijos gali būti kavos pakaitalas.



Kiaulpienė

Šeivamedis

Auga Europoje ir Šiaurės Amerikoje, dažniau drėgnose vietose. Lapai dygsta ne poromis, plunksniški. Žiedai smulkūs, balti arba gelsvi, susitelkę šluotelėmis. Vaisius — panašus į uoga kaulavaisis. Labiausiai paplitusios rū-

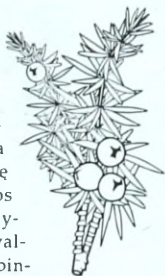
šys: juoduogis ir raudonuogis. Uogos valgomos. Su kitomis augalo dalimis reikia elgtis atsargiai — veikia kaip vidurius paleidžiantis vaistas.

Lazdynas

Auga atvirose Europos, Šiaurės Amerikos, Azijos vietose. Krūmas su lukštuose kybančiais riešutais. Jie labai skanūs rudenį.

Kadagys

Auga Europoje, Šiaurės Amerikoje, Azijoje ir Šiaurės Afrikoje. Visžalis medelis. Lapai primena spyglius. Subrendę kankorėžiai yra uogos pavidalo, tamsiai mėlyni arba juodi. Uogos valgomos žalios. Iš pakepintų sėklų galite virti kavos pakaitalą.



Lotosas

Šiaurės Amerikoje auga geltonžiedis, o Tolimuosiuose Rytuose ir daugelyje kitų pasaulio vietų — rausvažiedis lotosas. Augalas valgomas žalias ir virtas.



Dilgėlė

Visur augantis augalas, turintis dilginančių savybių. Nudilginimas jaučiamas kelias minutes. Labai maistinga. Ją reikia virti 15 min. Galite virti dilgelių arbatą. Pikčiausiai kanda Australijos dilgėlės.

Ažuolas

Auga Europoje, Šiaurės bei Centrinėje Amerikoje ir Azijoje. Yra metančių lapus ir visžalių rūšių. Ažuolo gilės karčios. Jas reikia keletą dienų mirkyti arba išvirti.

Juodmedis

Auga Tolimuosiuose Rytuose, Afrikoje, Šiaurės Amerikoje. Medis stačiakampiais lapais, kuriuos numeta. Uogos stambios, maždaug abrikoso dydžio. Žalios sutraukia burną, prinokusios yra saldžios ir skanios.

Pušis

Plačiai paplitęs Europos, Centrinės ir Pietų Amerikos, Šiaurės Afrikos, Viduriniųjų Rytų ir dalies Azijos spygliuotis medis, kurio sakai stingsta. Kankorėžių sėklos išlukštentos primena skanious balvus riešutėlius.

Nendrė

Auga vidutinėje klimato juostoje, dažniausiai drėgnose vietose. Aukšta, šiurkšti žolė. Valgoma žalia ar virta.



Nendrė.

Sasapras

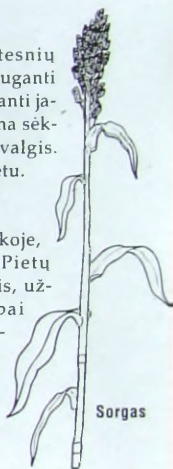
Auga vidutinio klimato juostos šiaurėje. Užauga iki 15m. Meta lapus. Mediena gelsva. Jaunos šakelės ir lapai valgomi.

Druskė

Dažniausiai aptinkama druskingose Viduržemio jūros regiono ir Šiaurės Afrikos vietose. Augalo lapeliai pilkos spalvos, žiedai susitelkę į siauras varputes. Valgomi lapai.

Sorgas

Plačiai paplitęs šiltesnių kraštų augalas. Žolė, užauganti iki 3 m aukščio ir primenanti javus. Šluotelėse subrandina sėklas. Jos yra maistingas valgis. Valgomos bet kuriuo metu.



Sorgas

Tamarindas

Plačiai paplitęs Afrikoje, Azijoje, Centrinėje ir Pietų Amerikoje. Didelis medis, užaugantis iki 24m. Lapai plunksniniai. Žiedai purpuriniai arba oranžiniai, susitelkę kekėmis. Vaisius — iki 15 cm ilgio sultinga ankštis. Vaisiai valgomi. Juos reikia virti. Išsunktų ankščių sultys tinka gaivai, tik reikia pasaldinti, pavyzdžiui, medumi.



Tamarindas

Laukinė rūgštyė



Laukinė rūgštyė

Plačiai paplitęs daugelio regionų augalas. Žolė arba puskrūmis. Stiebas stacias, šakotas. Lapai lygiakraščiai. Maži rausvi žiedeliai susitelkę menturiais arba šluotelės pavidalo žiedynais. Lapai valgomi žali ar virti.

Erškėtrožė

Plačiai paplitęs šiaurės pusrutulio augalas. Dygliuotas krūmas, žydintis raudonais, rausvais ar geltonais žiedais. Išaugina oranžines ar raudonas netikrąsias uogas, kai nukrenta žiedlapiai. Jos valgomos. Seklą nevalgykite.

NUODINGIEJI AUGALAI

Nuodingasis svogūnas

Mirtinai nuodingas. Auga JAV ir Ry-

tų Sibire. Išvaizda visai kaip svogūno, bet skiriasi nuo svogūno tuo, kad neturi šian būdingo kvapo.

Oleandras

Auga Viduržemio jūros, atogrąžų ir vidutinio klimato vietovėse. Visžalis krūmas ar nedidelis medis lancetiškais lapais. Gražūs rožiniai, raudoni, balti, geltoni ir tuščiaviduriai, ir pilnaviduriai žiedai. Sultys nuodingos. Jomis galima nuodyti žiurkes.

Žalčialunkis

Paplitęs Eurazijos augalas. Nelabai šakotas, iki 1,5 m aukščio krūmas. Žiedai rožiniai, rečiau balti, stipriai kvėpiantys, dažniausiai po tris pernykščių lapų pažastyse. Vaisiai — sultingi, blizgantys, ryškiai raudoni kaulavaisiai, apilę šakeles žemiau lapų. Visos augalo dalys yra labai nuodingos. Žievės sultys sukelia odos paraudimus.

Šunobelė

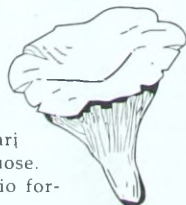
Paplitusi šiaurės pusrutulio vidutinio klimato juostoje. Krūmai ir nedideli medžiai. Šakos dygliuotos. Lapai kiaušinio formos arba elipsiški. Vaisiai — juodi, žvilgantys 6–8 mm skersmens rutuliukai su 3–4 kauliukais. Nuodingi.

GRYBAI

Laikykites taisyklės nevalgyti grybo, jei nesate absoliučiai tikri, kad jis valgomas.

Valgomieji grybai Valgomoji voveraitė

Auga vidurvasari pušynuose, eglėnuose. Kepurėlė piltuvėlio for-





**Tikrasis
baravykas**

mos, oranžinė arba geltona. Lakšteliai stori, siauri. Kotas suaugęs su kepurėle, žemyn smailėjantis, kepurėlės spalvos.

Didysis kukurdvelkis

Auga žolėje pavėsingose vietose nuo vėlyvos vasaros iki rudens pabaigos. Dideli, rutuliški vaisiakūniai be grybams būdingų kepurėlių su lakšteliais ar vamzdeliais. Jauni — grietinėlės baltumo, vėliau ruduoja ir darosi netinkami valgyti. Jei kukurdvelkis viduje raudonas ar rudas, jo nevalgykite.

Tikrasis baravykas

Auga vasarą ir rudenį įvairiuose miškuose. Priklausomai nuo augavietės kepurėlės spalva įvairuoja nuo baltai rusvos iki tamsiai rudos spalvos. Seno grybo apačia žaliai geltona.

Gluosninė kreivabudė

Auga ant medžių kelmų nuo vidurvasario iki vėlyvo rudens. Kepurėlė violetinio atspalvio. Senstančių grybų kepurėlės išblukusios.



**Didysis
kukurdvelkis**

Paprastasis kelmutis

Didelėmis grupėmis auga ant kelmų, stuobrių, šaknų, kamienu. Jaunų grybų kepurėlės varpelio, kūgio formos, senesnių paplokščia su gūbreliu, plaušuota, žvynuota, geltona, geltonai ruda, pilkai ruda. Būkite atsargūs ir nesusipainiokite su nevalgomais grybais.

Valgomasis briedžiukas

Auga pavasarį daugiausia lapuočių miškuose, parkuose. Kepurėlė kūgiška, tuščiaavidurė, išakytą lyg bičių korio akutėmis. Spalva nuo ochrinės iki juodai rudos. Primena-



**Valgomasis
briedžiukas**

me, kad yra į juos panašių nevalgomų bobausių.

Triufeliai

Auga po žeme Europoje. Jauni yra balti, vėliau tamsėja.

Nuodingieji grybai

Priskaičiuojama mažiausiai 200 nuodingųjų grybų rūšių, taigi visiems aptarti neužtektų šios knygos. Vadovaukitės taisykle: nepažįstate grybo — neimkite jo. Suvalgykite ką nors kita. Galimi nuodingo grybo požymiai yra žiedas aplink kotą ir išnara koto apačioje.

Musmirių šeima

Šie grybai turi organinių toksinų, veikiančių nervų sistemą, kepenis, inkstus, kraujagysles. Simptomai gali atsi-



Žalsvoji
musmirė

Smalliakepurė musmirė



rasti tik pavalgius grybų arba po 12 valandų. Po dviejų ar trijų dienų gali ištikti mirtis. Auga miškuose, parkuose, pievose, net pakelėse nuo vasaros pradžios iki vėlyvo rudens. Kepurėlė ryškiaspalvė, žvynuota. Dauguma ant kepurėlių turi baltų taškių. Jaunos kepurėlės apačią dengia plėvelė, kurios likučiai vėliau žiedu juosia kotą. Prie koto pamato yra išnara.

Žalsvoji musmirė

Mirtinai nuodinga. Auga nuo vasaros iki vėlyvo rudens. Kepurėlė žalia, gelsvai žalia, rusvai žalia, išblukusi gelsva, pilkšva ar net balkšva. Lakšteliai balti, tankūs, minkšti, laisvi. Kotas į pagrindą storėjantis, baltas, pilkšvo, gelsvai žalsvo atspalvio, su baltu lankeliu, apgaubtas skiautėta, nepriaugusiais kraštais išnara.

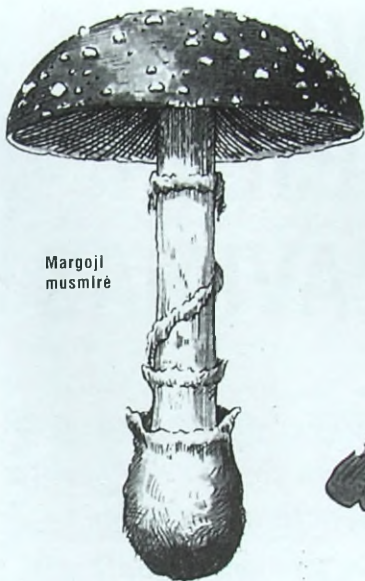
telio balti lankeliai, prie pagrindo yra gumbas. Nuodinga.

Margoji musmirė

Kepurėlė nuo pilkai rudos iki žalsvai rusvos spalvos, su taškučiais. Kotas prie pagrindo sustorėjęs, apgaubtas balta, tvirtai priaugusia išnara, virš kurios aukštyn nusidriekia 2–3 gležni, sutrūkinėję, plaušingi lankeliai.

Kelmabutė

Mirtinai nuodinga. Auga ant supuvusių medžių kelmų. Lakšteliai ryškiai geltoni.



Margoji
musmirė

Smailiakepurė musmirė

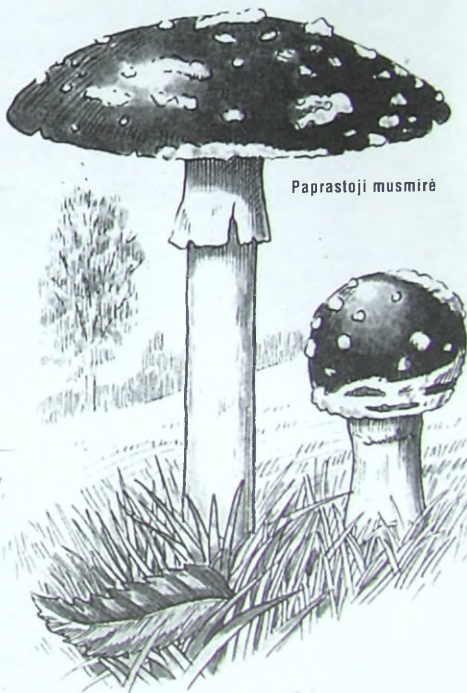
Panaši į žalsvąją. Jauni vaisiakūniai varpelio formos. Auga nuo vidurvasario iki rudens pabaigos daugiausia eglynuose. Mirtinai nuodinga.

Gelsvoji musmirė

Panaši į žalsvąją musmirę. Balta, minkšta, aštraus nemalonaus senų bulvių kvapo. Nuodinga.

Paprastoji musmirė

Dažna įvairiuose miškuose. Vaisiakūniai dideli. Kepurėlė ryškiai raudona su baltomis karputėmis. Lakšteliai balti minkšti, tankūs, laisvi. Ant ko-



Paprastoji musmirė

ORIENTAVIMASIS VIETOVĖJE IR SIGNALIZAVIMAS

*Gyvybiškai svarbus išgyvenimo elementas —
mokėjimas naudotis žemėlapiais ir kompasu
bei kitomis priemonėmis,
taip pat sugebėjimas teisingai signalizuoti.*

Šiaame skyriuje pateikiame pagrindinę informaciją, kaip naudotis žemėlapiais bei kompasais ir kaip keliauti be jų. Rekomenduojame prieš išvykstant į didelę kelionę ar ekspediciją išmokyti skaityti žemėlapi ir susipažinti su navigacijos technika. Skyrelyje apie signalizavimą rasite informacijos, kaip signalizuoti esant svarbiam reikalui.

Žemėlapiai

Žemėlapiuose naudojami simboliai ir linijos vaizduoja tam tikrą geografinę vietovę su visais jai būdingais bruo-

žais, kurie gali įvairuoti nuo kalnų ir iškasų žemėje iki pėsčiųjų takelių ir užtvartų.

Žemėlapių simboliai lengvai suprantami ir dažnai paaiškinami paraštėse. Bet ne visuose žemėlapiuose aiškinami jų simboliai, todėl prieš išsirengdami kelionėn ir potencialiai pavojingą vietovę, įsitikinkite, ar jums pažįstami įsidėto žemėlapiio simboliai. Be simbolių, dar vartojamos santrumpos, pvz.: Š. — šiaurė. Geriau pasiimkite gerai pažįstamą žemėlapi, negu tikėkitės nusipirkti naują su nesuprantamais simboliais krašte, kuria-
me lankysitės.

Mastelis

Žemėlapyje mastelis dažniausiai yra pateikiamas, pvz.: 1:50000. Tai reiškia, kad vienas žemėlapijo matavimo vienetą atitinka 50000 tų pačių vienetų vietovėje. Linijinis mastelis parodys ekvivalentiškus nuotolius kilometrais, myliomis ar jūrmylėmis.

Nuotolių matavimas žemėlapyje

Matavimai nuo nulio į dešinę vadinami pirminiu masteliu, o į kairę — antriniu. Antriniame mastelyje pirminis matavimo vienetas padalytas į dalis, pavyzdžiui, kilometras visada dalijamas į dalis po 10 metrų.

Jei norite žemėlapyje išmatuoti atstumą tarp dviejų taškų, pažymėkite taškus popieriuje. Pridėkite prie mastelio ir suskaičiuokite myliomis ar kilometrais atstumą žemėje.

Jei norite išmatuoti vingiuotą kelią, paimkite popieriaus juostelę ir dėkite ją krašteliai ant žemėlapijo kelio vingiuodami. Matuokite ištisę. Suskaičiuokite atstumą pagal mastelį.

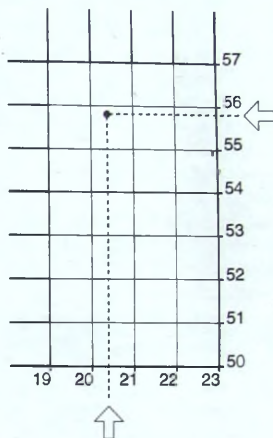
Tinklėlio sistema

Ji padeda tiksliau ir greičiau rasti norimą tašką žemėlapyje. Vertikalios linijos žemėlapyje yra dienovidiniai. Jos eina tarp ašigalių, o horizontalios — vadinamos lygiagretėmis. Jos lygiagrečios žemės rutulio pusiaujui. Pirmiausia skaitomas dienovidinis, o paskui lygiagretė.

Šešių skaitmenų taškas

Tarkime, tai 204559. Veskime tinkliniame žemėlapyje vertikalią liniją iš apačios ir viršų per atitinkamą tašką tarp 20 ir 21 dienovidinio ir iš dešinės į kairę tarp 55 ir 56 lygiagretės. Šitai surastas taškas išreiškiamas šešiaženkliais skaičiumi. (Žr. schemą.)

ŽEMĖLAPIJO TINKLĖLIS



Izohipsės (horizontalės), kontūrinės linijos

Izohipsės — tai žemėlapijo linijos, jungiančios vaizduojamojo paviršiaus vienodo aukščio vietas. Paprastai jos yra rudos ar oranžinės spalvos. Yra ir kitų būdų nurodyti aukštį, sakykime, kalnų atspalvis nuo šviesiai rudos iki tamsiai rudos, bet tas būdas ne toks tikslus.

Izohipsės rodo absoliutinį arba santykinį paviršiaus aukštį. Tame pat žemėlapyje jos visada turi tą patį vertikalinių žingsnį, pvz., 10 m.

Kontūrinės linijos žemėlapyje gali rodyti šlaito statumą. Vienodai toli viena nuo kitos išdėstytos (A) — nesikeičiantį nuolaidų šlaitą. Vienodai arti viena nuo kitos išdėstytos — nesikeičiantį statų šlaitą. Labai sutankintos (C) — vertikalų ar beveik vertikalų šlaitą.

Dar apie kontūrines linijas galima pasakyti štai ką:

- Jos būna mažosios V formos, kai kerta upe.
- Jos neparodys mažesnio aukščių pasikeitimo, negu izohipsių žingsnis.
- Kelias ar takelis, kuriuo eina kontūrinė linija, turėtų būti lygus.
- Upelis visada yra slėnyje, o ežeras ar tvenkinys duburyje.

Aukščio taškas

Žemėlapyje tai juodas taškutis su skaičiumi, rodančiu to taško aukštį virš jūros lygio.

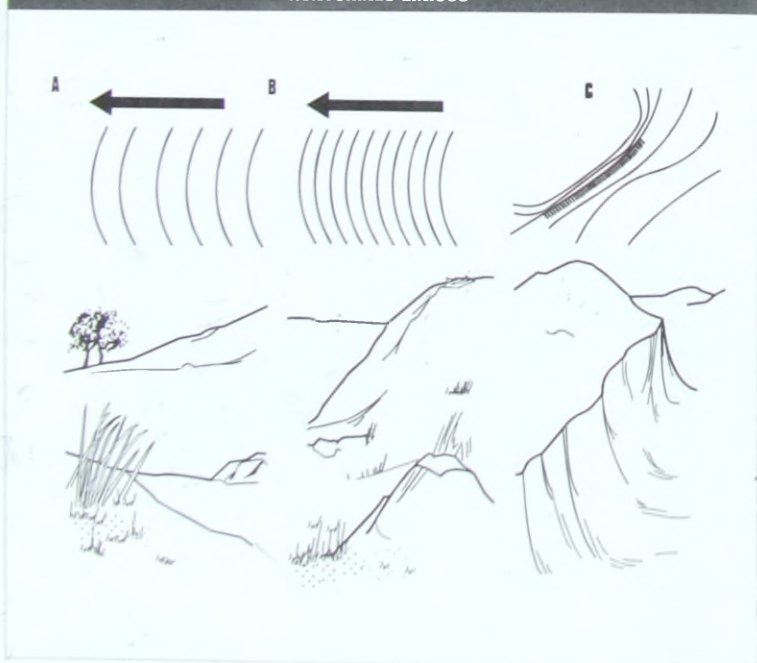
Nemasteliniai sutartiniai ženklai

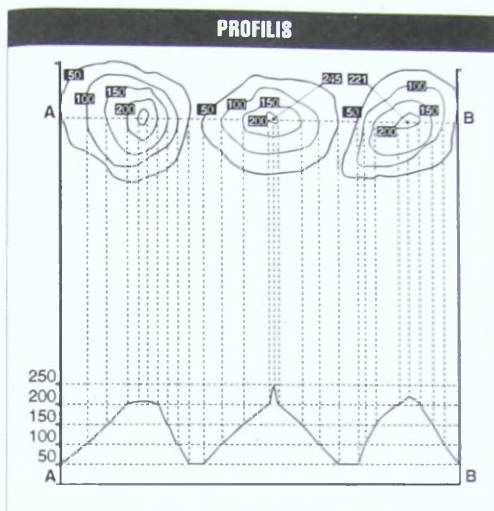
Jais vaizduojami Žemės paviršiaus objektai, kurių ilgis ir plotis per maži, kad būtų galima juos pavaizduoti žemėlapyje pagal mastelį.

Vietovės profilio tarp dviejų taškų braižymas

Nusibraižykite savo žemėlapyje vietovės, kurią norite matyti profiliu, liniją. Nubrėžkite kitą, horizontalią, liniją (tokio paties ilgio), rodančią žemės lygį (A–B). Virš jos brėžkite horizontalias punktyrines linijas, žyminčias aukštį,

KONTŪRINĖS LINIJOS





pvz., 50, 100, 150 ir t. t. Pažymėkite žemėlapyje kiekvieną tašką, kur linija kerta kontūrą, ir tuos duomenis perkeltkite ant dublikato linijos popieriuje. Iš kiekvieno taško išveskite statmeną punktyrinę liniją pažymėti atitinkamam aukščiui. Sujunkite taškus ir gausite vietovės profilį.

Padėties nustatymas naudojantis žemėlapiu ir kompasu

Dažnai, turėdami pakankamai detalų žemėlapi, negalite tiksliai nustatyti, kurioje žemėlapieto vietoje jūs esate. Norėdami nustatyti savo pačių geografinę padėtį, turite

pasirinkti du gerai vietovėje išsiskiriančius objektus, pažymėtus žemėlapyje, pavyzdžiui, kalnų bokštą, piramidę. Padėkite kompasą horizontaliai ant stambesnio kelmo, specialiai įkalto kuolo ar kitokios atramos. Orientuokite kompasą pasaulio šalių atžvilgiu. Tam tikslui sukite kompasą tol, kol kompasrodyklė sutapo su šiaurės atžyma (0° padėtimi skalėje).

Neleisdami kompasrodyklei nukrypti nuo nulines padėties skalėje, nukreipkite kompasą ieškiklį (vizavimo įrenginį) pirmojo pasirinkto objekto kryptimi. Atskaita kompasrodyklės ties ieškikliu, nukreiptu į objekta, bus lygi to objekto azimutui.

Kompasą padėkite ant žemėlapyje pažymėto objekto taip, kad jo adatelės (rodyklės) ašis sutaptų su objektu ir sukite kompasrodyklę, kol kompasrodyklė bus nukreipta į šiaurės atžymą bei sutaps su šiaurės-pietų linijomis žemėlapyje.

Žemėlapyje nubrėžkite liniją, jungiančią azimuto atžymą kompasrodyklės ašį.

KONTŪRINĖS LINIJOS IR KĄ JOS PARODO

LINIJOS (KONTŪRAI) ŠLAITO POBŪDIS

Lygiai išdėstytos Vienodas

Arti viena kitos Status

Toli viena kitos Nuolaidus

Įvairiai išdėstytos Besikeičiantis

Kalno papėdėje arti viena prie kitos, o viršuje toli viena nuo kitos Išgaubtas

Kalno papėdėje toli viena nuo kitos, o viršuje arti viena prie kitos Įgaubtas

Orientavimasis vietovėje ir signalizavimas

Tą patį pakartokite su kitu objektu. Kur linijos susikirs, ten ir bus jūsų padėties taškas.

Padėję kompasą ant jūsų padėties taško žemėlapyje, galite nustatyti bet kurio jums reikalingo, nors ir vietovėje nematomo, objekto azimutą. Šį azimutą atskaitysite kompasro skalėje ties linija, jungiančia kompasro rodyklės ašį su jums reikalingu objektu.

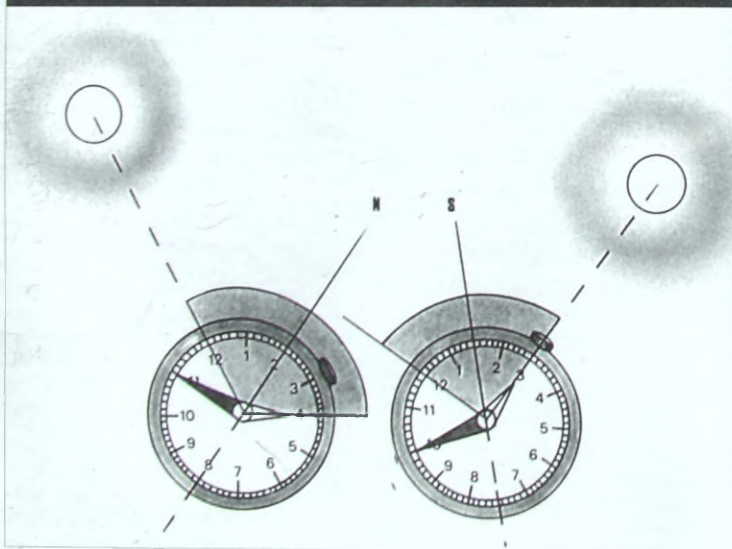
Judėjimas pagal azimutą

Naudodamiesi kompasu, galite nustatyti kompasro iešiklį kryptimi, kuria ketinate judėti. Orientuokite kompasą pasaulio šalių atžvilgiu, t.y. pasukite skalę taip, jog šiaurės atžyma būtų vienoje linijoje su kompasro rodykle. Jums reikalingą azimutą rodyš iešiklio žyma, nukreipta jūsų judėjimo kryptimi. Laiky-

dami kompasą prieš save ir išlaikydami kompasro orientaciją, judėkite iešiklio žymos kryptimi. Keliaujant pagal azimutą, žymiai patogiau parinkti bet koki išsiskiriantį objektą vietovėje, esantį jums reikalingo azimuto kryptimi ir judėti link jo. Tuomet nereikės pastoviai sekti kompasro orientacijos šiaurės atžvilgiu. Pasiekus pasirinktą objektą, toliau tokiu pat būdu ieškokite kito objekto.

Kartais, priklausomai nuo konstrukcijos, kompasas neturi vizavimo įrenginio (iešiklio) — sukamo žiedo, pritvirtinto prie kompasro korpuso su panašiais į taisyklės iškirpimais vertikaliuose plokštėse. Tokiu atveju azimuto nustatymui arba judėjimui pagal azimutą galima panaudoti ploną pagaliuką, kuris uždedamas ant kompasro taip, kad būtų vienoje linijoje su kompasro ašimi ir jums reikalingu objektu.

LAIKRODŽIO METODAS



ORIENTAVIMASIS VIETOVĖJE BE ŽEMĖLAPIO IR KOMPASO

Yra nemažai navigacijos būdų be žemėlapių ir kompasų. Vieni jų patikimesni, kiti apytikriai. Norėdami gauti kuo tikslesnę galutinę išvadą, naudokitės ne vienu, o keliais būdais.

Saulė

Saulė teka rytuose, o leidžiasi vakaruose. Vidurdienį Šiaurės pusrutulyje saulė yra pietuose, o Pietų pusrutulyje — šiaurėje.

Laikrodžiai

Šiaurės pusrutulyje laikykite laikrodžio valandinę rodyklę nukreiptą į Saulę. Išvaizduokite liniją, einančią per skaičių 12. Pietūs yra viduryje tarp 12 ir valandinės rodyklės.

Pietų pusrutulyje šitokiu būdu galite nustatyti, kur yra šiaurė. Išveskite liniją per 12 iki Saulės. Šiaurė — per vidurį tarp 12-tos valandos linijos ir jūsų laikrodžio valandų rodyklės.

Laikas ir kryptis pagal šešėlį

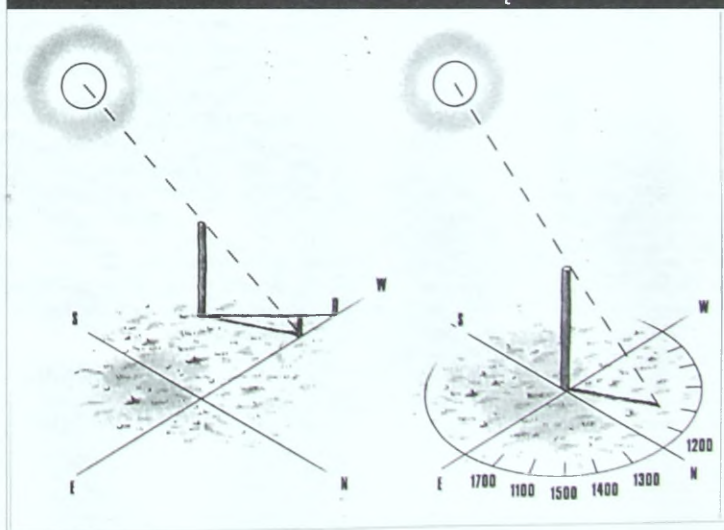
Išmeikite pagaliuką ten, kur susikerta rytų–vakarų ir šiaurės–pietų linijos. Nepriklausomai nuo to, kur esate, vakarinė rytų–vakarų linijos dalis rodo 0600 valandų, o rytinė — 1800 valandų. Šiaurės–pietų linija tampa vidurdienio linija, o pagaliuko šešėlis — jūsų valandinė rodyklė.

Pagalys ir šešėlis

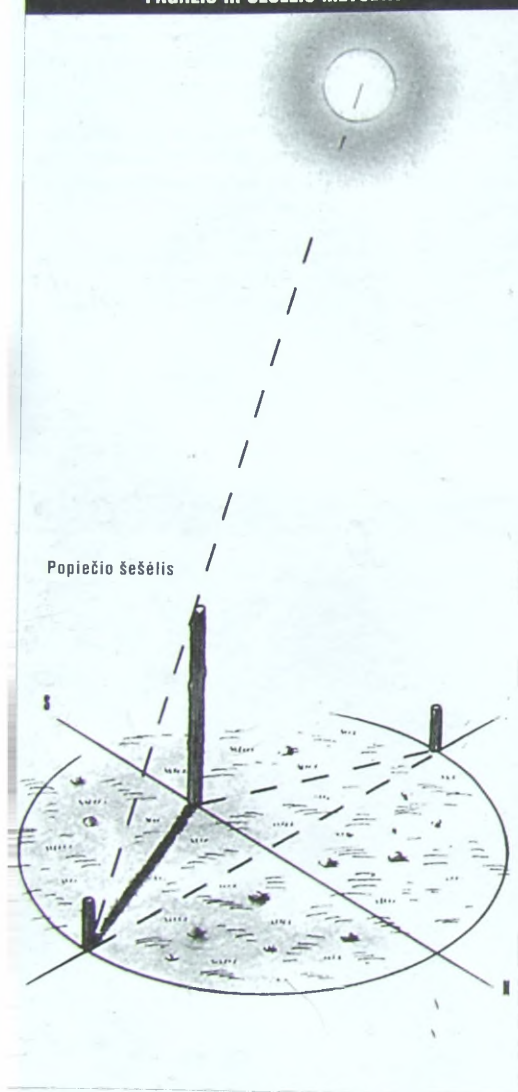
Rytų–vakarų linija

Išmeikite maždaug 1 m aukščio pagalią į švariai nuvalytą žemę. Šešėlio, kren-

LAIKAS IR KRYPTIS PAGAL ŠEŠĖLĮ



PAGALIO IR ŠEŠĖLIO METODAS



tančio nuo pagalio, kraštą paženklinkite akmenuku ar kitu pagaliu. Po dešimties minučių vėl paženklinkite. Tiesia linija tarp tų dviejų taškų yra rytų–vakarų linija.

Šiaurės–pietų linija

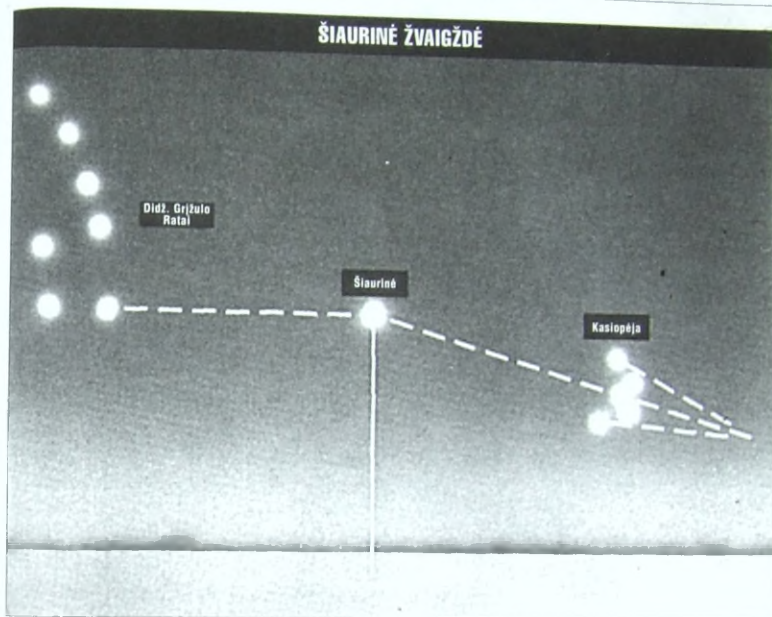
Išmeikite maždaug 0,5 m pagali į lygią žemę. Naudodamiesi virvute, pririšta prie pagalio, nubrėžkite apskritimo lanką, kurio spindulys prilygtų pagalio šešėlio ilgiui. Kai šešėlio kraštas vėl palies lanką, paženklinkite tą vietą akmenuku ar trumpu pagaliu. Kampą, susidariusį tarp išmeigto pagalio ir dviejų akmenukų, padalykite tiesia linija. Šiaurės pusrutulyje kampo viršūnė rodytų Pietus, o Pietų pusrutulyje — Šiaurę.

Žvaigždės Šiaurės pusrutulis

Šiaurinę žvaigždę rasiite sekdami Didžiuosius Grijūlo Ratus, Kasiopėjos ir Šienpjovių žvaigždynus.

Pietų pusrutulis

Padauginkite ilgiausia Pietų Kryžiaus ašį iš 4,5. Linija jus nuves į išivaizduojamą tašką virš horizonto. Ten po tuo tašku ir yra Pietūs.



Žvaigždžių judėjimas

Isidėmėkite du nejudančius objektus ant žemės tolumoje: jie padės jums stebėti žvaigždžių judėjimą. Pažvelkite į žvaigždes virš tų objektų. Jei po kurio laiko žvaigždės pakils aukščiau, jūs žiūrite apytikriai į Rytus. Jei žvaigždės nusileis žemiau, jūs žiūrite apytikriai į Vakarus. Jei žvaigždės pasislenka į dešinę, jūs žiūrite apytikriai į Pietus. Jei jos pasislenka į kairę, jūs žiūrite apytikriai į Šiaurę.

Augalai

Nustatyti kryptį pagal augalus reikia praktikos ir patyrimo. Visada nustatinėkite pagal didesnį augalų skaičių. Palyginkite su kitais ženklais. Nustatinėdami kryptį pagal augalus, vadovaukitės šiomis taisyklėmis:

- Gėlės linksta į saulę.
- Iš sauletos pusės augalų lapija vešlesnė.
- Samanos auga drėgnesnėje medžio pusėje, t. y. nugręžtoje nuo saulės, bet čia gali veikti ir kiti veiksniai.
- Šiaurės pusrutulyje medžių kelmų rievės iš pietų pusės dažniausiai būna platesnės. Žievė storesnė pietų pusėje.

Pasidarytas kompasas

Jūs galite imagnetinti adatą, braukydami per ją magnetą ar šilko skiautėlę. Kad adata liktų imagnetinta, procedūrą kartokite kas kelias valandas. Imagnetintą adatą laisvai pakabinkite ant siūlo. (Žiūrėkite, kad jos neveiktų siūlo sukimosi jėga.) [magnetintas adatos galas rodyš šiaurę.

**PER TAM TIKRĄ
LAIKĄ NUEITAS ATSTUMAS****IDEALIOMIS SĄLYGOMIS BEVEIK****BE NAŠTOS**

Kilometrai	Minutės
5 km	60 min
1 km	12 min

SU NEDIDELE NAŠTA

Kilometrai	Minutės
3 km	60 min

TAMSIĄ NAKTĮ SU NAŠTA

Kilometrai	Minutės
1 km	60 min

KALNUOTOJE VIETOVĖJE DIENĄ**SU NAŠTA**

Kilometrai	Minutės
2,5 km	60 min

**DRĖGNOSE ATOGRAŽŲ MIŠKUOSE
DIENĄ**

Kilometrai	Minutės
1 km	60 min

LAPUOČIŲ MIŠKUOSE DIENĄ

Kilometrai	Minutės
0,5 km	60 min

PER AUKŠTĄ ŽOLĘ

Kilometrai	Minutės
0,5 km	60 min

**IŠSAMUS
APSKAICIAVIMAS**

Šis atstumo nustatymo būdas apima kelis jūsų maršruto taškus, žemėlapi, kompasą, matlankį, kelio brėžinį ir lagą.

Nubrėžkite maršrutą žemėlapyje ir paženklinkite kiekvienos kelio dalies

kryptį bei nuotolį. Eidami vis fiksuokite azimutą, nuotolį ir savo greitį. Jei dėl ko nors turite keisti kryptį, irgi užfiksuokite. Išmatuokite savo vidutinį žingsnį, nes tai padės jums nustatyti, kaip toli nukeliavote. Paprastai 100 m nueiti reikia 60–70 dvigubų žingsnių žengiant lygiu pagrindu. Kopiant į kalną ir priklausomai nuo žemės paviršiaus žingsnio ilgis kinta. Einant slidžia danga ar avint batais, kurių sukibimo jėga su paviršiumi nedidele, žingsnis irgi sutrumpėja.

SIGNALIZAVIMAS

Jis padidins jūsų galimybes išgyventi, jei galėsite efektyviai susisiekti, pavyzdžiui, su praskrendančiu lėktuvu. Signalizavimas gali tapti jūsų pirmu ir paskutiniu šansu, — juk nenorėsite bet kaip mojuoti lėktuvui vien tam, kad lakūnas jums draugiškai nusišypsotų ir dingtų už horizonto.

Šiame skyrelyje pateikiame keletą tarptautinių signalizavimo ženklų, kuriuos pažįsta potencialūs gelbėtojai. Signalizuokite iš aukštesnės ir lygesnės vietos.

Kūno signalai

Signalizuokite taip, kad lėktuvo ar sraigtasparnio pilotas matytų ir suprastų, ką jūs tiksliai norite perduoti. Jei pilotas supras jūsų perduotą žinią, jis pamirksės žalia signaline šviesele arba pakels sparną. Jei nesupras, apsuks dar ratą ar pamirksės raudona signaline šviesele.

Signalizavimo priemonės

Raudona raketa
Vėliavėlės

KŪNO SIGNALAI



Mūsų imtuvas veikia



Taip



Tuoj kalbėsime,
palaukite, jei galite



Reikia mechaninės
pagalbos ar dalių



Čia nesileiskite



Paimkite mus,
mūsų lėktuvus sugedęs



Nusėkite žinią



Viskas gerai,
nelūkuriokite



Ne



Leiskitės čia (rankomis
rodykite nusileidimo kryptį)



Reikia medikų pagalbos
SKUBIAI!

SIGNALIZAVIMAS NUO ŽEMĖS Į ORĄ

1 —

2 =

3 X

4 F

5 ≡

6 □

7 — —

8 K

9 →

10 I >

11 L 7

12 Δ

13 L

14 LL

15 N

16 Y

17 JL

18 W

1. Reikia gydytojo — rimti sužalojimai

2. Reikia medicininių atsargų

3. Negalime keliauti toliau

4. Reikia maisto ir vandens

5. Reikia šaunamojo ginklo ir šaudmenų

6. Reikia žemėlapių ir kompasų

7. Reikia signalinio žibinto su baterija ir radijo

8. Nurodykite tolesnio kelio kryptį

9. Keliaujame šia kryptimi

10. Bandysime išvykti

11. Lėktuvas rimtai sugadintas

12. Tikriausiai čia saugu nusileisti

13. Reikia maisto ir degalų

14. Viskas gerai

15. Ne

16. Taip

17. Nesuprantame

18. Reikia mechaniko

MORZĖS ABĖCĖLĖ

A . _	M _ _	Y _ _ _
B _ . . .	N _ .	Z _ . . .
C _ . . .	O _ _ _	1 _
D _ . .	P _ . . .	2 _
E .	Q _ . . .	3 _
F _ . . .	R _ . .	4 _
G _ _ .	S _ . .	5 _
H _ . . .	T _	6 _
I _ .	U _ . .	7 _
J _	V _ . . .	8 _
K _ _ .	W _ . _	9 _
L _ . . .	X _ . . .	0 _

Besidriekiantys oranžinės

spalvos dūmai

Signalinis pistoletas

Signalinis žibintas

Heliografas

Personalinis lokatorinis švyturys

Labai aukšto dažnumo radijas

Švilpimas

Veidrodelis

Radijas

Jei turite radijo ryšį, jūsų galimybė būti išgelbėtiems labai padidėja. Prieš

vykdami į ekspediciją, išmokite naudotis radiju. Susisiekdami radiju, laikykite šios sekos:

- Gegužė, gegužė...
- Jūsų šaukinio signalas (jei tokį turite).
- Jūsų pavardė.
- Jūsų vietovė (ilguma, platumą).
- Žmonių skaičius.
- Vietos, kur galima nusileisti (ilguma, platumą).
- Informuokite, jei reikia specialios medicinos pagalbos.

Atidžiai klausykitės gelbėtojų instrukcijų iš visų stočių.

Laužai

Trys laužai, išdėstyti trikampiu, yra tarptautiniu mastu pripažintas nelaimės signalas. Jie turi būti užkurti vienas nuo kito su maždaug 25 m tarpais. Sunku vienu metu išlaikyti degančius tris laužus, todėl kurenkite vieną, o kitus būkite pasirėngę užkurti, kai prireiks.

Veidrodiai

Ji gali pakeisti šviesą atspindintis dangtis. Normaliomis sąlygomis atspindys gali būti matomas net už 100 km. O dykumoje — net už 162 km. Per ilgai nešvieskite į lakūno kabiną, kai pro šalį skris lėktuvas, nes galite apakinti lakūną.

Natūralūs signalai

Sniege galite išminti didelių SOS raidžių kontūrus. Tie kontūrai turi būti pakankamai ryškūs; arba galite juos išdėlioti iš šakų ar pagalių.

Jei auga vienišas medis, padekite jį, paversdami deglu.

Žiūrėkite, kad nuo jo neužsidegtų toliau augantys medžiai.

Pirrotechnika

Tikriausiai turėsite labai ribotas pirrotechnikos atsargas, todėl panaudokite jas labai rūpestingai ir tada, kai matysite, kad jas pastebės praskrendantis lėktuvas. Lėktuvas su naktinės paieškos technika kas 5–10 minučių mirksi žaliomis švieselėmis. Išvydę švieselę, palaukite, kol lėktuvas nemirksės ar švies savo paties šviesom, tuomet šaukite raudoną raketa. Po trumpo intervalo šaukite antrą. Lėktuvas pasuks į pirmąją raketa, jei ją pamatys, ir patikslins kursą pagal

antrąją. Jis signalizuos jums žaliomis šviesomis. Palaukite, kol lėktuvas bus virš jūsų galvų, ir šaukite trečiąją raketa. Ją galite šauti ir tada, kai manysite, kad lėktuvas nukrypo nuo kurso.

Naudokitės raketomis atsargiai. Laidykite jas per ištiesios rankos ilgi pečių aukštyje. Žiūrėkite, ar į ką nors nesitairote. Rankinėje raketoje turi būti papildomas dangtelis. Jį nuimkite prieš atsukdami pagrindinį dangtelį, po kuriuo pasirodys virvutė ar kitoks patempimo įtaisas. Prieš traukdami virvutę, žiūrėkite, kad raketa būtų nutaikyta į viršų. Būkite pasiruošę, kad raketa gali užsidegti. Gali įkaisti. Žiūrėkite, kad nenumestumėte ant ko nors degaus ar ant gelbėjimosi plausto dugno.

Šviesa

Jei naudojate šviesos signalizaciją, per minutę pasiųskite 6 šviesos signalus, padarykite minutes pauzę, vėl siųskite 6 šviesos signalus ir t.t. Žalia lėktuvo švieselė reikš, kad jūsų signalas supras tas. Raudona šviesa rodo pavojų. Balta

FONETINĖ ABĖCĖLĖ

A	N
B	O
C	P
D	Q
E	R
F	S
G	T
H	U
I	V
J	W
K	X
L	Y
M	Z

— įspėjimą arba pranešimą apie gautą signalą.

Garšas

Jei naudojate garso signalizaciją, siųskite 6 šūvius ar stiprius garso signalus per minutę, padarykite minutės pertrauką, vėl siųskite garso signalus ir t.t. Tamsoje garšas sklinda toliau. Jei lėktuvas pasisūpuoja nuo sparno ant sparno, tai reiškia, kad jūsų signalas suprantas. Jei pasuka į dešinę, reiškia, kad jūsų signalo nesuprato.

Kalnų gelbėjimo kodas SOS

Raketos signalas	Raudona
Garso signalas	3 trumpi dūžiai, 3 ilgi,
	3 trumpi
Šviesos signalas	3 trumpi blykstelėjimai, 3 ilgi,
	3 trumpi

Reikalinga pagalba

Raketos signalas	Raudona
Garso signalas	6 dūžiai greita seka
Šviesos signalas	6 blykstelėjimai greita seka

Signalas priimtas (suprastas)

Raketos signalas	Balta
Garso signalas	3 dūžiai greita seka
Šviesos signalas	3 žybtelėjimai greita seka

Grižimas į bazę

Raketos signalas	Žalia
Garso signalas	Ilga dūžių seka
Šviesos signalas	Ilga žybtelėjimų seka

Gelbėjimas sraigatasparniu

Ko reikia nusileisti sraigatasparniui

- Lygios tuščios vietos. Nuolydis ne didesnis kaip 7°.
- Nukaskite sniegą, nušluokite lapus ar kitką, ką gali sklaidyti sraigatasparnio sukeltas vėjas.
- Nusileidimo vietą paženklinkite H, išdėlioje iš plokščių akmenukų ar kitos sunkios medžiagos.
- Naktį pašvieskite į dangų žibinto spinduliais, kad patrauktumėte dėmesį, paskui pašvieskite į nusileidimo vietą. Nešvieskite pilotui į akis.
- Kai sraigatasparnis leidžiasi, nesiartinkite prie jo iš užpakalio, nes jus gali užgauti uodegos sraigtas.

PLAUSTAI IR KĖLIMASIS PER UPE

Mokėjimas saugiai persikelti per upę ar pasroviui plaukti plaustu iki kokios nors žmonių gyvenamos vietovės yra labai svarbus norintiems išgyventi. Tik visada reikia prisiminti gresiančius pavojus.

Su vandeniu reikia elgtis atsargiai. Jus gali apversti srovė, galite nukristi nuo plausto, kelia gali pastoti kliūtis, pavyzdžiui, nuvirtęs medis, galite sušalti ir t. t.

PLAUSTAI

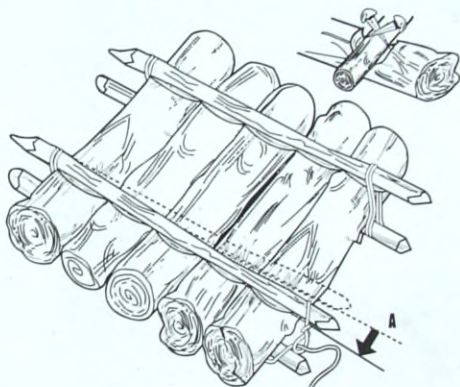
Rąstų plaustas

Šį plaustą galite sukonstruoti iš paprastų rąstų. Išmėginkite, ar tie rąstai laikosi ant vandens (blogiausiu atveju gali būti pusiau panirę). Kai rišite plausto rąstus, įkirskite juose galias įrantas, kad nenuslystų virvė ar kita rišamoji me-

džiaga, kurią naudosite, ir rąstai neišsiskirtų. Išbandykite plaustą plukdydami jį vandenyje, prieš tai pririšę prie kranto, pažiūrėkite, kur bus denis, kuri plausto dalis nugrims ir t. t.

Darydami plaustą, pirmiausia padėkite du nestorus rąstus, ant jų skersai klokite kitus. Ilgiausias rąstas turi būti centre. Kitus pagal ilgumą simetriškai sudėkite iš šonų, kad būtų kažkas panašaus į laivo priekį. Suriškite rąstus drauge. Galiausiai uždėkite du skersinius galuose, tiesiai virš apatinių skersinių. Įkirskite įrantas skersiniuose. Skersinius suriškite irgi (apatinį su viršutiniu), kad tvirtiau suspaustų vidurinius. Sker-

RĄSTŲ PLAUSTAS



sinių galite dėti daugiau, suformuodami iš jų plokščią denį priklausomai nuo to, kiek turite laiko ir kokios konstrukcijos norite. Į rąstų plyšius centre galite įkišti lentas, atstojančias kilius: jos neleis plaustui suptis į šonus. Jas irgi priiškite. Aišku, galite improvizuoti priklausomai nuo turimų medžiagų ir nuo jūsų poreikių.

Plausto vairavimas

Galite sukalti A formos rėmą plausto gale ir jame įtaisyti valdymo irklą. Irklas turi būti tvirtas ir gerai priiškintas. Yra ir paprastesnis būdas: plausto gale uždėkite dar porą rąstų, o ant šių pritaisykite valdymo irklą taip, kad galėtumėte sukinėti, nerizikuodami jį pamesti.

Bambukinis plaustas

Galite prisikapoti 3 m ilgio bambukų. Jų skaičius priklausys nuo to, kiek

žmonių plauks plaustu. Jei vieną prie kito surišite 12, plaustas išlaikys 4 žmones. Priešpaskutiniuose bambukų nareliuose išpjaukite skylės, kad per jas galėtumėte perkšti mieta. Kiekvieną bambuką irgi priiškite prie jo. Galite uždėti dar ir antrą bambukų sluoksnį, suformuodami tikrą platformą. Platforma suteiks plaustui stiprumo ir pagerins jo plūdrumą.

Plaustas iš krūmokšnių

Paimkite du pončius. Užtraukite virveles, esančias aplink kaklus, kad neliktų skylių. Prie

pončių kampų ir kraštų priiškite raiščius (iš viso 8). Patieskite vieną pončą ant žemės ir ant jo prikraukite prilaužytų krūmokšnių šakelių krūvą maždaug 45 cm aukščio. Jos centre suriškite pončo kaklo virveles. Iš dviejų pagalių padarykite X formos rėmą. Uždėkite jį ant krūmokšnių krūvos ir priiškite pončo kaklo virveles. Ant tos krūvos prikraukite dar vieną 45 cm aukščio krūvą. Pončo kraštus užlenkite ant tos krūvos. Suriškite raiščius įstrižai iš kampo į kampą ir tiesiai iš šonų.

Ištieskite kitą pončą, ant jo padėkite apverstą ryšulį. Užlenkite patiesto pončo kraštus ant ryšulio, suriškite raiščius įstrižai iš kampo ir tiesiai iš šonų.

Rąstų plūduras

Tai paprastas, bet efektyvus įtaisas, labai greitai padaromas iš dviejų leng-

vų rąstų ir virvės ar kitos rišamos medžiagos. Padėkite 0,6 m atstumu vieną nuo kito du rąstus, padarykite juose įrantas, kad virvė nenuslystų, ir suriškite. Dabar galėsite nugara priglausti prie vieno rąsto, o kojas sudėti ant kito. Išbandykite šį plūdūrą — ar jis pagal jūsų gabaritus ir ar išlaiko jus.

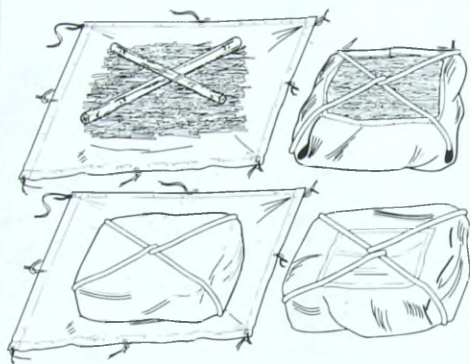
Galite improvizuoti visokiausius plūduriuojančius įtaisus priklausomai nuo turimų medžiagų ir jūsų poreikių.

PERSIKĖLIMAS PER UPĘ

Pirmiausia turite pasirinkti tinkamą persikėlimui vietą. Dairykites:

- Vietos, kur yra mažiausias pavojus parkristi.
- Lengvo priėjimo prie vandens ir išlipimo į kitą krantą.
- Saugumo nuo pavojingų laukinių gyvūnų.
- Patogios pozicijos, nors ir medyje, iš kur galėtumėte planuoti persikėlimą.
- Srovės. Paskaičiuokite, kiek nuo pasirinktos vietos kitame krante jus gali nunešti srovė.
- Kur seklesnis vanduo ar kur upė šakojasi į atšakas, kurias įveikti būtų lengviau; gal kur galima pereiti akmenimis.
- Vengtinų vietų, pvz.: kur vanduo greitai teka per akmenis ar kur yra verpetų, rodančių, kad po vandeniu teka pavojingos srovės.
- Upės žiočių: jos plačios ir ramios.

PLAUSTAS IŠ KRŪMOKŠNIŲ



Perbridimas

Nusirenkite drabužius, sukiškite juos į plastikinį maišą ir įsidėkite į kuprinę. Nenusiaukite batų: tvirtiau žengsite upės dugnu. Kuprinę užsidėkite taip, kad galėtumėte lengvai nusimesti, jeigu paslysite. Užsimeskite ją tik ant to peties, kuris yra pasroviui. Paimkite tvirtą kartį ir smeikite ją į upės dugną prieš srovę. Pasilaikydami jos, lengviau iverksite srovę. Per upę briskite 45° kampu srovės atžvilgiu.

Trijų ar daugiau žmonių persikėlimas su virve

Jums reikės virvės, tris kartus ilgesnės už upės plotį. Pirmas per upę turi eiti stipriausiasis. Jam per krūtinę perriškite virvę. Kiti laiko ir vis atleidinėja virvę, pasirenge traukti pirmąjį atgal, jei prireiktų.

Perbrides upe, pirmasis atsiriša pats. Antrasis brenđa prisirišęs ir laikomas iš dviejų krantų. Paskui brenđa prisirišęs trečiasis. Vienas iš perbridusių tvirtai laiko virvę, o antrasis stovi pasirengęs padėti ją traukti, jeigu prireiktų.

Kitas būdas toks: stipriausiasis brenđa per upę ir pririša virvę prie medžio ar kito tvirto objekto taip, kad ji kybotų ore virš vandens. Kiti seka paskui jį. Paskutinytis laiko virvę. Brendantieji pakabina ant virvės kuprines ar šautuvus su apkalbomis. Paskutinytis keliai per upę prisirišęs. Kiti pasirengę traukti jį, jei prireiks.

Perplaukimas

Nebandykite plaukti, jei nesate tikri, kad įveiksite srovę. Srovės stiprumą išmėginkite įmetę pagalį į vandenį. Neplaukite, jei per šalta, jei galite išpainioti į žoles, jei upėje yra kitokių kliūčių.

Tikriausiai norėsite persigabenti drabužius sausius, todėl pagalvokite, kaip pasidarysite vandens nepraleidžiantį plūdūrą, už kurio laikysitės rankomis, o irsitės kojomis. Pasidarykite plaustą iš krūmokšnių ar dar ką nors, kas padėtų perplaukti.

TARPTAUTINIAI VANDENS PAVOJINGUMO LAIPSNIAI

I laipsnis	Tekantis vanduo su nedidelėmis bangėlėmis. Nedaug kliūčių. Tinka plaustui.
II laipsnis	Nedidelė sraunuma su 1 m bangomis. Tinka kanojai.
III laipsnis	Sraunuma su didelėmis bangomis.
IV laipsnis	Ilgi slenksčiai, neperplaukiami atviromis kanojomis.
V laipsnis	Pavojingi slenksčiai.
VI laipsnis	Labai pavojingi slenksčiai.

P.S. Keltis ar plaukti plaustu galima tik per I pavojingumo laipsnio vandenį.

VIRVĖS IR MAZGAI

Kiekvienas skautas ir skautė žino, kad virvės ir mazgai yra labai svarbūs bet kurioje išvykoje, kai reikia statyti būstą ir plaustus.

Jums gali prireikti rišti mazgus ar naudoti juos įvairiais atvejais, pvz., kai darysite plaustus ar leisitės virve nuo kalno. Šiame skyriuje supažindiname su labiausiai paplitusiais mazgais bei surišimo būdais. Labai patariame pasipraktikuoti iš anksto, dar neišvykus į ekspediciją.

Virvės

Gal drąsiau leisitės į keliones, žinodami, kad virvė, špagatas, raištis daro žmoniui iš natūralių gamtinių medžiagų — augalų kotelių ir stiebų. Jų gamybai naudojama medvilnė, sizalis ir kanapės. Tačiau jei neturite pramoninės virvės, dirvalysite imtis nelengvo darbo su natūraliais pluoštais.

Nors virvių gamybai iki šiol naudojami natūralūs pluoštai, jie vis dėlto yra silpnesni už šiuolaikinius dirbtinius pluoštus — poliesterį, nailoną, polipropileno ir kt.

Virvės priežiūra

Jei virvė sušlapo, leiskite jai pamažu išdžiūti. Laikykite virvę kuo švaresnę, ypač saugokite nuo abrazyvinių (kietų) medžiagų. Žiūrėkite, kad ji nuolat nesi-trintų toje pačioje vietoje.

Kaip nusivyti virvę

Po didelės medžioklės galite paimti gyvūnų sausgyslių, praversiančių rišimui. Išdžiovinkite jas, paskui suskirstykite į skaidulas. Pastarąsias sudrėkinkite ir susukite į viją. Iš vijų galite supinti kasytę. Kaip virvę galite panaudoti kai kurių medžių karnas. Jas supinkite į kasytę, kad tvirčiau laikytų.

Iš žaliaminės gyvūnų odos taip pat galite gauti tvirtą virvį. Nuo odos nuskusite riebalus bei mėsą ir palikite išdžiūti. Išdžiūvusią pjaustykite spirale pradedant nuo centro, kad būsima "virvė" būtų kuo ilgesnė. Režkite 6 mm storio. Porą valandų palaikykite, kad

MAZGO TVIRTUMAS

(neužmegžta virvė = 100 procentų)

MAZGAS	TVIRTUMAS PROCENTAIS
Aštuonetuko mazgas	75–80
Saugos kilpa	70–75
Dvigubas žvejiškas mazgas	65–70
Žvejiškas mazgas	60–65
Užveržtinis	60–65
Paprastas	60–65

suminkštėtų, ir naudokite, kai prireiks.

MAZGAI

Mazgas suriša du tos pačios medžiagos galus, taip pat net tokią plonytę medžiagą kaip stygą ar meškeriotojo valas. Surišamasis mazgas suriša ir dvi skirtingas virves. Pririšamuoju mazgu virvė priirišama prie skersinio, stulpelio, žiedo ir pan.

MAZGŲ TERMINAI

Kilpa	Kilpa arba virvės mazgas
Darbinis galas	Virvės galas, su kuriuo dirbame
Pastovioji dalis	Virvės dalis, apie kurią daroma kilpa ar mazgas

Mazgų rūšys***Paprastasis***

Padarykite kilpą ir per ją perkiškite virvės galą, apsuktą aplink kilpą.

Dvigubas paprastasis mazgas

Toks pat kaip paprastasis, tik virvės galas aplink kilpą sukamas du kartus ir paskui užtraukiamas.

Rifinis mazgas

Juo nerišamos storos virvės, bet šis mazgas gali praversti surišant valą, stygą ar ploną virvutę. Principas toks: "kairė per dešinę, o dešinė per kairę". Taip dvi kilpos priirišamos viena per kitą.

VIRVĖS TVIRTUMAS

ATSPARUMAS NUDILIMUI	POLIPROPILENO Vidutinis	POLIETILENO Geras	NAILONO Geras	POLIESTERIO Labai geras	SIZALIO Prastas
TVIRTUMAS	Geras	Vidutinis	Labai geras	Vidutinis	Prastas
TAŠUMAS	Vidutinis	Prastas	Labai geras	Prastas	Prastas
BENDRAS APIBŪDINIMAS	Tinkama paprastiems tikslams virvė, kurios neveikia vanduo ar chemikalai.	Atsparesnė nudilimui už polipropileno virvę, bet ne tokia stipri. Nesugeria vandens.	Stipri. Tampri. Su šlapia negalima rišti lūženų, duženų ir pan.	Šlapia išlaiko tvirtumą ir lankstumą.	Šios iš geros kokybės natūralaus pluošto virvės negalima naudoti šlapios.

Kad būtų dvigubai saugiau, padarykite puskilpes su darbiniais galais abejose mazgo pusėse.

Žvejiškas mazgas

Tai geras būdas sujungti dvi vienos virvės. Sudėkite jas lygiagrečiai. Užmegzkite ant abiejų identiškų paprastuosius mazgus ir abu galus patraukite kartu.

Dvigubas žvejiškas mazgas

Daug saugesnis dviejų virvių sujungimo būdas. Jo esmė — dviejų dvigubų paprastųjų mazgų rišimas aplink vieną virvę stipriai užtraukiant.

Aštuonetukas

Naudojamas, kai norite ant virvės galo užmegzti didesnį mazgą negu paprastas. Virvę sudėkite aštuonetuko forma (prie galo) ir tvirtai užtraukite.

Škotiškas mazgas

Naudojamas surišti nevienodo storio virvėms. Beje, tai ne pats stipriausias mazgas. Netoli virvės galo padarykite kilpą trumpuoju galu į dešinę. Perkiškite kitos virvės galą per kilpą, apsukite aplinkui iš dešinės į kairę, perkiškite žemyn ir patraukite.

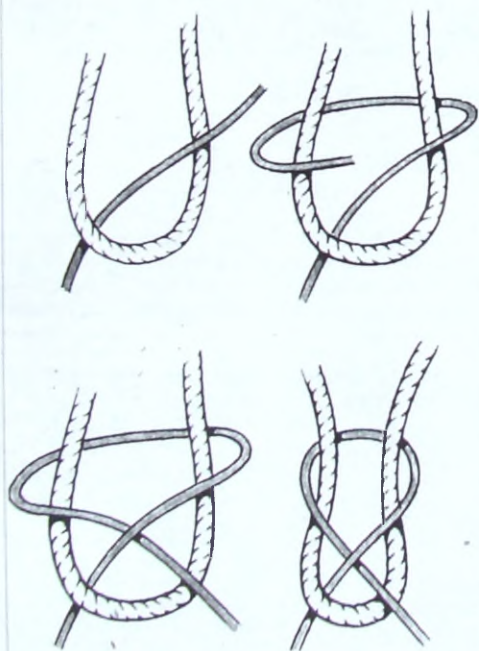
Dvigubas škotiškas mazgas

Jis yra saugesnis. Jam užmegzti reikia papildomo apsikimo.

Dvikilpis sustiprintas mazgas

Juo surišamos storos virvės ir lynai. Suregzkite virves tokiu būdu,

ŠKOTIŠKAS MAZGAS



kad darbiniai galai išlįstų priešingose mazgo pusėse. Stipriai užtraukite mazgą.

KILPŲ RIŠIMAS

Populiariausia yra saugos kilpa ir jos variantai, nes ją palyginti paprasta surišti, be to, ji labai saugi. Saugos kilpa nesunku ir atišti. Kaip ir visi mazgai, ji reikalauja praktikos.

Saugos kilpa

Ji plačiai taikoma. Ją mėgsta alpinistai. Nuspręskite, kokio dydžio turi būti jūsų kilpa. Paimkite tris kartus už kilpą ilgesnį virvės galą. Padarykite paprastą kilputę, nuleiskite galą, padarykite reikiamo dydžio kilpą, iškiškite galą per kilputės apačią, apvyniokite apie kitą virvės galą, vėl iškiškite per kilputę. Užtraukite. (A).

Triguba saugos kilpa

Tas pat principas kaip ir saugos kilpos, tik imama dvigubai sulenkta virvė (B).

Kilpinė saugos kilpa

Šios kilpos paskirtis, pavyzdžiui, nuleisti sužeistus asmenis, kadangi ji surišta taip, kad nespaustų, tarkime, per ją perkištų kojų. Paprastai rišama virvės viduryje, naudojant sudvigubintą galą. Pirmosios dvi stadijos tokios pat, kaip ir rišant paprastą kilpą. Suformuokite kilpą ir pernerkite per ją laisvą virvės galą, paskui žemyn ir aukštn aplink visą mazgo ilgį prieš užtraukdami ją.

PRIRIŠIMAI

Pusinis

Jis nesuteikia jokio saugumo, bet yra kitų pririšimų pagrindas. Apsukite virvę pagalį ar perkiškite per žiedą. Paimkite abu galus ir suriškite mazgą.

Medienos pririšimas

Po pusinio pririšimo apsukite laisvąją virvės galą apie medieną mažiausiai vieną kartą.

Pririšamasis mazgas

Šis pririšimo būdas geriausiai tinka, kai pririšama 90° kampu. Kitu atveju gali būti laisvesnis. Šlapias gali užbrinkti. Rišamąją virvės galą apsukite aplink stulpą. Dar kartą apsukite per apsukimą ir per stulpą. Kai virvės galai bus nukreipti į priešingas puses, stipriai užveržkite.

Apskritasis pririšimas

Naudojamas saugiai pririšti virvę prie skersinio, žiedo ar buomo. Virvė apsakama 360° kampu (taip, kad apskuskus galai užimtų tą pačią kryptį kaip ir prieš užsikimą). Galite apsukti ir papildomai. Pridėkite du pusinius pririšimus. Paprastai šitaip pririšamos valtys.

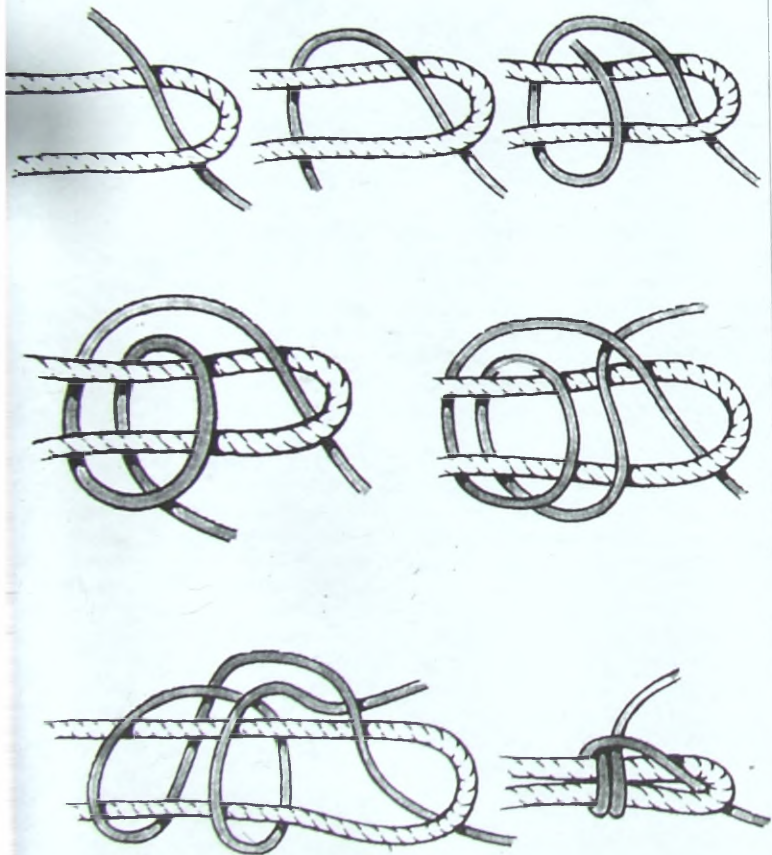
SURIŠIMAI

Naudokite surišimus, statydamiesi būstą ar kitus statinius, konstruodami plaustą ar darydamiesi įrankius.

Stačiakampis surišimas

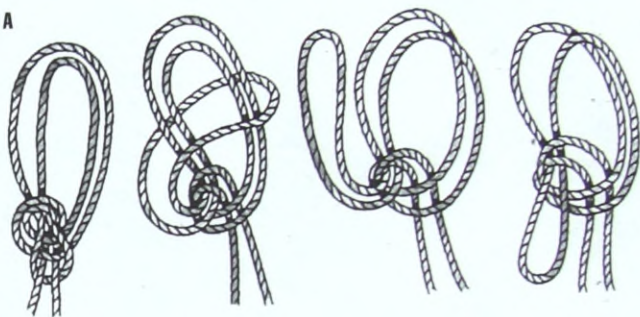
Juo stačiu kampu surišami du stul-

DVIGUBAS ŠKOTIŠKAS MAZGAS

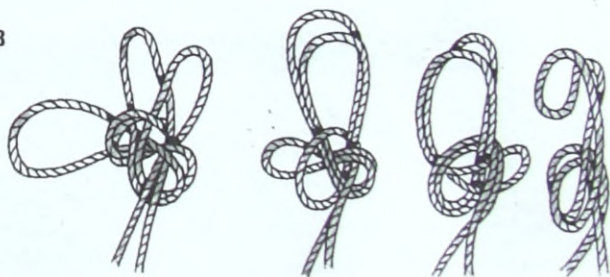


SAUGOS KILPOS RIŠIMAS

A



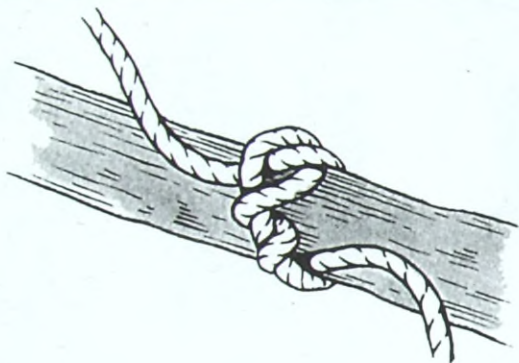
B



C



MEDIENOS PRIRIŠIMAS

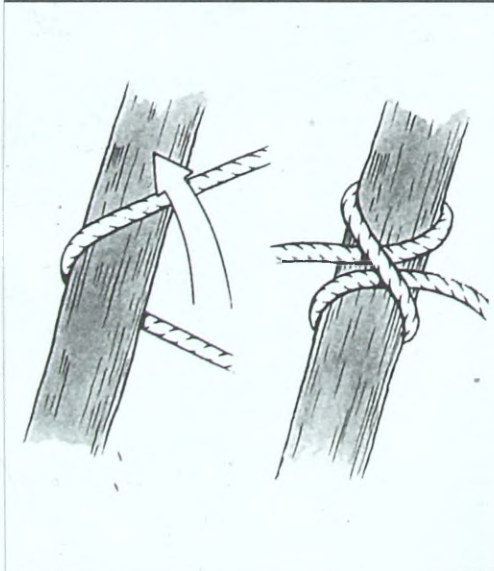


peliai. Po abiejų stulpelių sankirta užriškite pririšamąjį mazgą. Padarykite kilpą per abu stulpelius ir prieš laikrodžio rodyklę apvyniokite tris ar keturis kartus horizontalųjį stulpelį. Taip pat apvyniokite jį iš kitos pusės. Užriškite pririšamąjį mazgą ant vertikalios stulpelio.

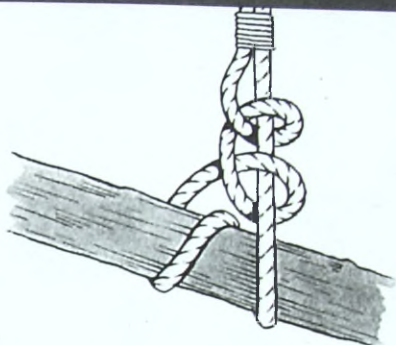
Istrižasis surišimas

Jis alternatyvus stačiakampiam surišimui ir gali būti naudojamas, kai reikia, jog abu stulpeliai nepakeistų sankirtos kampo. Šalia stulpelių susikirtimo vietos riškite pririšamąjį mazgą. Istrižai yvyniokite tris kartus. Žiūrėkite, kad

PRIRIŠAMASIS MAZGAS



APSKRITASIS PRIRIŠIMAS



Šitaip surišti galite ir tris stulpelius. Tuomet reikės palikti du tarpus.

Apskritasis surišimas

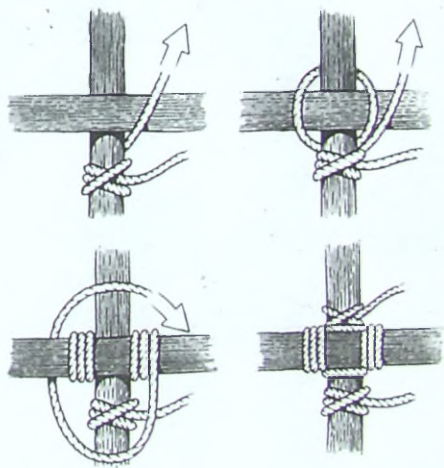
Naudojamas surišti dviem stulpeliams, uždėjus vieną ant kito. Pradėkite nuo pririšamojo mazgo per abu stulpelius. Paskui vyniokite virvę ant stulpelių. Baikite pririšamuoju mazgu už apvijų. Galite įkišti pleištą, kad surišimas tvirčiau laikytų.

vijos būtų prigludusios, bet neužimtų viena ant kitos. Ant šitų kryžmai vyniokite dar tris kartus. Baikite pririšamuoju mazgu ant to stulpelio, ant kurio rišote pirmąjį mazgą.

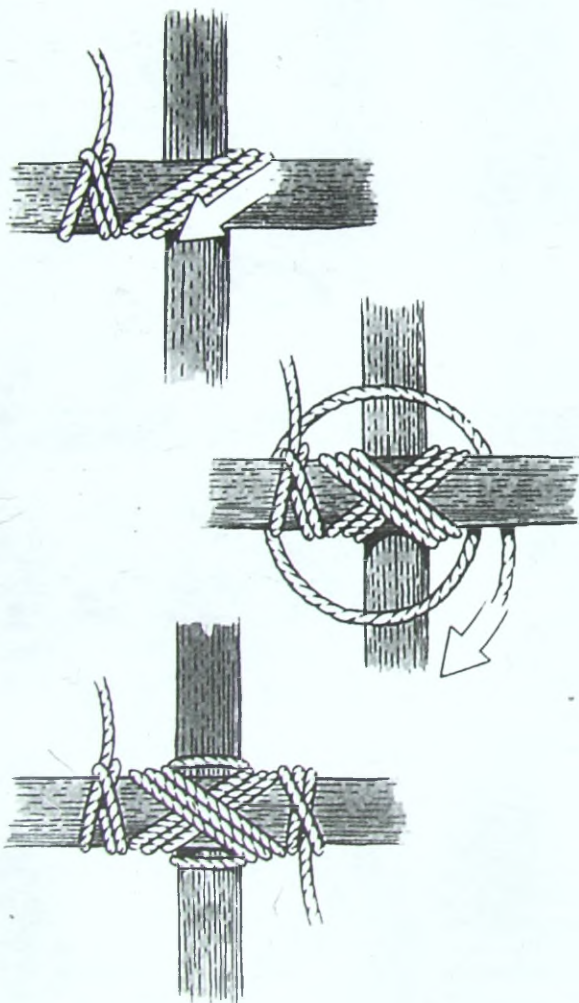
Surišimas su tarpu

Ji galite naudoti surišti dviem stulpeliams kampu, pavyzdžiui, darant A formos rėmą. Pradėkite nuo pririšamojo mazgo aplink pirmąjį stulpelį. Abu stulpelius apsukite koki septyneta — štuoneta kartų. Perkišę virvę tarp stulpelių, keletą kartų ją apvyniokite surišimą. Baikite pririšamuoju mazgu ant kito stulpelio.

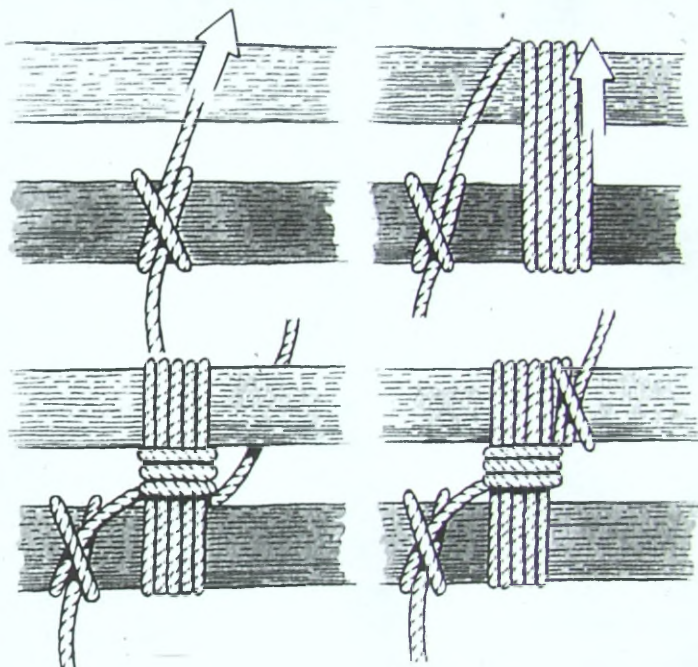
STACIAKAMPIS PRIRIŠIMAS



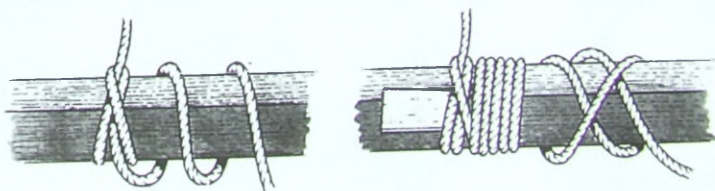
ĮSTRIŽASIS SURIŠIMAS



SURIŠIMAS SU TARPU



APSKRITISIS SURIŠIMAS



UŽSIENIO KELIONĖS

Kelionė į užsienį reikalauja gerai pasirengti, net jei leidžiatės į paprastą pasisvečiavimą kur nors Šiaurės Amerikoje ar Europoje. Jei keliausite kur nors toliau, jums teks atlaikyti standartinius dokumentų patikrinimus, susidurti su problemomis ir apribojimais, sukeltais nepastovių politinių režimų, karų ir nevienodo aptarnavimo. Jums teks gerbti vietos papročius, ypač pagarbiai priimti aprangos standartus. Ten, kur vyksite, gali siausti baisios ligos — maliarija ir cholera, todėl turėsite būti atsargūs gerdami vietos vandenį. Daugelyje šalių iš jūsų gali pareikalauti asmens pažymėjimo.

PRIEŠ LEISDAMIESI Į KELIONĘ, PATIKRINKITE

PASA:	ar nereikia naujo?
VIZA:	iš kai kurių šalių būsime gąžinti atgal, jei jos neturėsime.
KELIONĖS DRAUDIMĄ:	labai rekomenduotina draustis vykstant į visas pasaulio vietas.
SKIEPUS:	prieš maliariją, vidurių šiltinę ir t. t.
LĖŠAS:	banko perlaidos gali būti ilgos ir biurokatiškos, ypač jei nemokėsite kalbos.
DRABUŽIUS:	jei vyksite į musulmonišką šalį, turėsite gerbti vietos papročius.

1. AZIJA

Tai didžiausias žemynas (pasaulyo dalis), kurio plotas apie 44 614 000 km². Azijos pakrantė tęsiasi apie 62 800 km². Gausiausiai gyvenamas žemynas. Jame gyvena daugiau kaip 3 milijardai gyventojų, nors yra vietų, kur gyven-tojų reta.

Alganistanas

SOSTINĖ: Kabulas
KELIONĖS PATARIMAI: Prieš keliaudami sužinokite, kokie ten dabar politiniai neramumai, koks pavojus skrendant civilinėmis oro linijomis ir ar šalyje yra konsulo atstovybė.

Armėnija

SOSTINĖ: Jerevanas
KELIONĖS PATARIMAI: Sužinokite apie esamą vidaus padėtį. Reikalinga viza. Gerbkite įvažiavimo į šalį standartus.

Azerbaidžanas

SOSTINĖ: Baku
KELIONĖS PATARIMAI: Reikalinga viza. Būkite budrūs vaikščiodami gatvėmis, ypač naktį.

Bangladešas

SOSTINĖ: Daka
KELIONĖS PATARIMAI: Žinokite apie organizuoto nusikalstamumo pavojų ir apie varganą kelių būklę.

Birma

SOSTINĖ: Rangūnas
KELIONĖS PATARIMAI: Į kai kurias vietas svečiai neleidžiami. Nefotografuokite jokių karinių

objektų. Venkite didelių minių bei demonstracijų. Šalyje nuolat kyla konfliktų tarp vyriausybės ir sukilelių.

Brunėjus

SOSTINĖ: Bandar Seri Begavanas
KELIONĖS PATARIMAI: Griežti vietos įstatymai, ypač dėl narkotikų.

Butanas

SOSTINĖ: Timpus
KELIONĖS PATARIMAI: Reikalinga viza. Keliai gali būti pavojingi. Turėkite medicininį draudimą. Kai kurie religiniai įstatymai turi neribotą galią.

Filipinai

SOSTINĖ: Manila
KELIONĖS PATARIMAI: Tai žemės drebėjimų ir taifūnų zona. Nekeliaukite vieni nuošaliosiomis vietomis. Nešiokitės asmens dokumentus. Nesibičiuliuokite su nepažįstamais. Prisiminkite maliarijos pavojų.

Gruzija

SOSTINĖ: Tbilisis
KELIONĖS PATARIMAI: Reikalinga viza. Kai kuriose vietose pavojinga. Gali pasitaikyti blogų kelių. Pasirūpinkite geriamu vandeniu ir t. t.

Indija

SOSTINĖ: Delis
KELIONĖS PATARIMAI: Neramumai šiaurės rytuose. Taip pat venkite Kašmyro. Gali būti nelengva vairuoti automobilį. Saugokitės apgavikų.

Indonezija

SOSTINĖ: Džakarta
KELIONĖS PATARIMAI: Pasitikslinkite paskužines žinias apie politinius neramumus. Šalyje sklando antikvarkietiškos nuotaikos, susijusios su Rytų Timoro krize. (Beje, ir po krizės.)

Irakas

SOSTINĖ: Bagdadas
KELIONĖS PATARIMAI: Nvykite, kol negavote visų paaiškinimų iš savo vyriausybės.

Iranas

SOSTINĖ: Teheranas
KELIONĖS PATARIMAI: Apsirenkite kukliai. Gerbkite vietos papročius. Nefotografuokite karinių objektų.

Izraelis

SOSTINĖ: Jeruzalė
KELIONĖS PATARIMAI: Sekite politinius įvykius — jie gali paveikti jūsų kelionės planus. Viešajame transporte gali būti padėta bomba. Visą laiką nešiokitės asmens dokumentus.

Japonija

SOSTINĖ: Tokijas
KELIONĖS PATARIMAI: Didelė žemės drebėjimų rizika.

Jemenas

SOSTINĖ: Sana
KELIONĖS PATARIMAI: Prieš keliaudami gaukite informaciją apie šią šalį iš savo vyriausybės.

Jordanija

SOSTINĖ: Amanas
KELIONĖS PATARIMAI:
Nors su Izraeliu sudaryta taika, Jordanijoje daug kas jai prieštarauja. Potenciali terorizmo galimybė.

Jungtiniai Arabų

Emyratai

SOSTINĖ: Abu Dabis
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami pasitirinkite pasirinkto rajono saugumą. Renkitės ir elkitės pagal vietos papročius.

Kambodža

SOSTINĖ: Pnom Penis
KELIONĖS PATARIMAI:
Žinokite apie užminuotas vietas. Venkite minios bei demonstracijų. Lietingu sezonu pasitaiko stiprių potvynių.

Kazachstanas

SOSTINĖ: Astana
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Vakarietiems patartina keliauti grupėmis, kad netaptų plėšikų aukomis. Išvykti aplankyti kaimynines valstybes gali būti sunku.

Kinija

SOSTINĖ: Pekinas
KELIONĖS PATARIMAI:
Padidėjęs nusikalstamumas. Galimi neramumai dėl etninio nepasitenkinimo ir didėjančio nedarbo. Realus žemės drebėjimo pavojus.

Kirgizstanas (Kirgižija)

SOSTINĖ: Biškekas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Visada

nešiokites asmens dokumentus. Saugokitės apiplėšimų. Keliai ir transportas prasti.

Kuveitas

SOSTINĖ: El Kuveitas
KELIONĖS PATARIMAI:
Sekite politinius įvykius dėl įtemptų santykių su Irakui. Laikykitės toliau nuo Irako sienos. Saugokitės nuo karo likusių nesprogsių artilerijos sviedinių ir t.t.

Laosas

SOSTINĖ: Vientianas
KELIONĖS PATARIMAI:
Kai kuriomis vietomis pavojinga keliauti dėl nesprogsių minų ir dėl išpuolių prieš užsieniečius. Būkite pasiskiepiję, turėkite medicininių draudimų.

Libanas

SOSTINĖ: Beirutas
KELIONĖS PATARIMAI:
Sekite šalies politinius įvykius. Reikalinga viza. Nefotografuokite karinių objektų. Į kai kurias vietas įvažiavimas apribotas.

Malaizija

SOSTINĖ: Kvala Lumpūras
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl narkotikų. Laikykitės atokiau nuo minios ir demonstracijų. Gerbkite vietinius papročius, aprangą ir t. t.

Mongolija

SOSTINĖ: Ulan Batoras
KELIONĖS PATARIMAI:
Patekti į šalį galima tik lėktuvu ar traukiniu. Vadinis susisiektis prastas.

Nepalas

SOSTINĖ: Katmandu
KELIONĖS PATARIMAI:
Susiziinokite apie rajono, į kurį vykstate, saugumą. Saugokitės apiplėšimų. Keliai ir transportas vargani.

Omanas

SOSTINĖ: Maskatas
KELIONĖS PATARIMAI:
Sekite politinius Viduriniųjų Rytų įvykius

Pakistanas

SOSTINĖ: Islamabadas
KELIONĖS PATARIMAI:
Kai kuriose vietose pavojų kelia ginkluotos gaujos. Kelionė gali būti rizikinga. Pasidomėkite paskutiniaisiais politiniais įvykiais. Žinokite apie įtampą su Indija dėl Kašmyro.

Pietų Korėja

SOSTINĖ: Seulas
KELIONĖS PATARIMAI:
Sekite politinius įvykius, nes tarp abiejų Korėjų tyvyto įtampa, galinti bet kada pratrūkti.

Rusija

SOSTINĖ: Maskva
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikia vizos. Vykite tik į patikimas vietas. Daug kur gali būti neramumų, sukeltų konkuruojančių gaujų.

Saudo Arabija

SOSTINĖ: Er Rijadas
KELIONĖS PATARIMAI:
Uždrausta importuoti ir gerti alkoholį, platinti religinę atributiką. Renkitės kukliai. Susiziinokite apie

regiono, i kurį vyksite, politinius įvykius.

Singapūras

SOSTINĖ: Singapūras
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl narkotikų. Atviroje jūroje gali užptelti piratai.

Sirija

SOSTINĖ: Damaskas
KELIONĖS PATARIMAI:
Apranga turi atitikti vietos religinius reikalavimus. Nefotografuokite netoli karinių objektų. Nešiokitės viza.

Šiaurės Korėja

SOSTINĖ: Pchenjanas
KELIONĖS PATARIMAI:
Pasižiūrėkite, ar šalyje yra jūsų valstybės atstovybė.

Šri Lanka

SOSTINĖ: Kolombas
KELIONĖS PATARIMAI:
Gali būti bombų sprogimų. Sekite įtampą tarp Tamilų Tigrų ir saugumo pajėgų. Nefotografuokite karinių objektų. Keliai prasti.

Tadžikistanas

SOSTINĖ: Dušanbė
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami gaukite informaciją iš savo vyriausybės.

Tailandas

SOSTINĖ: Bankokas
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl narkotikų. Kai kuriose vietose būna potvynių. Nekeliaukite į pasienio vietoves nesužinoję, kokia ten situacija.

Taivas

SOSTINĖ: Taibejus
KELIONĖS PATARIMAI:
Šiame regione pasitaiko žemės drebėjimų.

Turkija

SOSTINĖ: Ankara
KELIONĖS PATARIMAI:
Visapusiškai apsidrauskite. Visi keliai prasti.

Turkmėnistanas

SOSTINĖ: Ašchabadas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Keliai prasti. Geriamas vanduo nesaugus, imkitės medicininių atsargos priemonių. Būkite pasiskiepiję.

Uzbekistanas

SOSTINĖ: Taškentas
KELIONĖS PATARIMAI:
Keliai prasti. Turėkite medicininį draudimą. Būkite pasiskiepiję.

Vietnamas

SOSTINĖ: Hanojus
KELIONĖS PATARIMAI:
Kai kuriose vietose yra nesprogusių minų ir t.t. Turėkite medicininį draudimą, būkite pasiskiepiję. Griežti įstatymai prieš narkotikus.

2. AFRIKA

Antrasis pagal didumą žemynas. Plotas apie 30 365 000 km². Afrikos pakrantės juosta — 18 950 mylių. Pusiaujas dalija Afriką maždaug į lygias dvi dalis. Daugiausia Afrikos teritorijos užima atogrąžos.

Alžyras

SOSTINĖ: Alžyras
KELIONĖS PATARIMAI:
Tai didelės rizikos zona dėl vidinių nesutarimų ir fundamentalistų. Prieš keliaudami klauskite žinovų patarimo.

Angola

SOSTINĖ: Luanda
KELIONĖS PATARIMAI:
Visur nešiokitės asmens dokumentą. Geriau būtų, jei susiruošę ten keliauti paklaustumėte žinovų patarimo, o jei kelionė būtina, imkitės visų atsargumo priemonių.

Beninas

SOSTINĖ: Porto Novas
KELIONĖS PATARIMAI:
Niekur nevaikščiokite vieni, o ypač naktį.

Bisau Gvinėja

SOSTINĖ: Bisau
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies vidaus padėtį. Imkitės medicininių atsargumo priemonių, susijusių su maliarija ir kitomis ligomis.

Botswana

SOSTINĖ: Gaboronė
KELIONĖS PATARIMAI:
Dėl didejančio nedarbo dažnai kyla riaušiai.

Burkina Fosas

SOSTINĖ: Uagadugus
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsargumo priemonių, ypač susijusių su cholera.

Burundis

SOSTINĖ: Bužumbūra
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Prieš
vykdami susižinokite apie
vidaų padėtį.

Centrinės Afrikos

Respublika

SOSTINĖ: Bangis
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš vykdamis susižinokite
apie šalies vidaus padėtį.
Imkitės medicininių atsargų
priemonių, ypač
susijusių su maliarija.

Čadas

SOSTINĖ: Ndžamena
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami sužinokite
apie vidaus padėtį, ypač
pasienio regionuose. Im-
kitės medicininių atsargų
priemonių, ypač prieš
maliariją.

Drambio Kaulo Krantas

SOSTINĖ: Abidžanas
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių
atsargų priemonių.
Maudytis pavojinga.
Keliai prasti.

Džibutis

SOSTINĖ: Džibutis
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies
vidaų padėtį. Kai kuriose
vietose reikia saugotis
nesproguojančių minų. Renkites
kukliai. Gerbkite vietos
papročius.

Eritrėja

SOSTINĖ: Asmara
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie regioninę
padėtį. Keliaukite tik

tuomet, kai kelionė labai
būtina.

Etiopija

SOSTINĖ: Adis Abeba
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikia vizos. Prieš vykdamis
į šalį, susižinokite apie
regioninę padėtį.

Gabonas

SOSTINĖ: Librevilis
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsargų
priemonių, susijusių
su maliarija.

Gambija

SOSTINĖ: Bandžulis
KELIONĖS PATARIMAI:
Labai griežti įstatymai prieš
narkotikus. Keliai blogi.
Prieš vykdamis pasiteirauki-
te apie šalies vidinę padėtį.

Gana

SOSTINĖ: Akra
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsargų
priemonių, susijusių
su maliarija. Keliai ir
važiavimo standartai prasti.

Gvinėja

SOSTINĖ: Konakris
KELIONĖS PATARIMAI:
Pasienio regionuose galimi
neramumai. Imkitės medi-
cinių atsargų priemonių,
susijusių su maliarija ir
kitomis ligomis.

Kamerūnas

SOSTINĖ: Jaundė
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš vykdamis susižinokite
apie vidaus padėtį. Imkitės
medicininių atsargų
priemonių, ypač susijusių
su maliarija.

Kenija

SOSTINĖ: Nairobis
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies
vidaų padėtį. Imkitės
medicininių atsargų
priemonių, susijusių su
cholera, maliarija ir kitomis
ligomis.

Komorų Salos

SOSTINĖ: Moronis
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami susižinoki-
te apie šalies vidaus padėtį.
Imkitės medicininių atsargų
priemonių, ypač
susijusių su maliarija ir
cholera.

Kongo Demokratinė Respublika (buv. Zairas)

SOSTINĖ: Kinšasa
KELIONĖS PATARIMAI:
Neseniai valdžią paėmė
sukilėliai. Keliaukite, jei
kelionė labai būtina.

Kongo Respublika

SOSTINĖ: Brazavilis
KELIONĖS PATARIMAI:
Dėl įtampos tarp
vyriausybės ir kariškių
susižinokite apie šalies
vidaų padėtį. Patartina
keliauti tik tada, kai
kelionė labai būtina.

Lesotas

SOSTINĖ: Maseru
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami
susižinokite apie šalies
vidaų padėtį.

Liberija

SOSTINĖ: Monrovija
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies
vidaų padėtį. Keliaukite

tik tada, kai kelionė labai būtina.

Libija

SOSTINĖ: Tripolis
KELIONĖS PATARIMAI:
Alkoholis uždraustas.
Gerbkite vietos papročius.
Venkite fotografuoti.

Madagaskaras

SOSTINĖ: Antananaryvas
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsargumo priemonių, susijusių su cholera.

Malavis

SOSTINĖ: Lilongvė
KELIONĖS PATARIMAI:
Nesibičiuliuokite su nepažįstamais. Saugokitės apiplėšimų. Geriamas vanduo nesaugus. Taip pat imkitės medicininių atsargumo priemonių, susijusių su cholera ir maliarija.

Malis

SOSTINĖ: Bamakas
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš keliaudami susižinokite apie šalies vidaus padėtį. Imkitės medicininių atsargumo priemonių.

Maurikijus

SOSTINĖ: Port Lujis
KELIONĖS PATARIMAI:
Vietiniai įstatymai, susiję su narkotikais, griežti.

Mauritanija

SOSTINĖ: Nufakšutas

Marokas

SOSTINĖ: Rabatas
KELIONĖS PATARIMAI:
Įstatymai dėl narkotikų

griežti. Venkite susibūrimų. Gerbkite religinius papročius.

Mozambikas

SOSTINĖ: Maputas
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininio atsargumo priemonių, susijusių su cholera ir maliarija. Geriamas vanduo nesaugus. Patartina keliauti grupėmis, nevaikščioti sutemus. Saugokitės nesprogsių minų ir t.t.

Namibija

SOSTINĖ: Vindhukas
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš vykdami susižinokite apie šalies vidaus padėtį. Imkitės medicininio atsargumo priemonių prieš maliarija.

Nigerija

SOSTINĖ: Aba
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš vykdami susižinokite apie šalies vidaus padėtį. Saugokitės ginkluotų apiplėšimų ir vidaus neramumų.

Nigeris

SOSTINĖ: Niamejus
KELIONĖS PATARIMAI:
Prieš vykdami susižinokite apie šalies vidaus padėtį.

Pusiaujo Gvinėja

SOSTINĖ: Malabas
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsargumo priemonių, susijusių su maliarija. Venkite vaikščioti sutemus. Saugokitės daiktus.

Pietų Afrika

SOSTINĖ: Pretorija ir Keiptaunas
KELIONĖS PATARIMAI:
Turistų dažnai tyko kišenvalgiai. Pasitaikę apiplėšimų ir išprievartavimų.

Ruanda

SOSTINĖ: Kigalis
KELIONĖS PATARIMAI:
Galimas sukilimų pavojus, ypač pasienio rajonuose.

Seišeliai

SOSTINĖ: Viktorija
KELIONĖS PATARIMAI:
Saugokite asmeninius daiktus. Nevaikščiokite po vieną, ypač sutemus.

Senegalas

SOSTINĖ: Dakaras
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininio atsargumo priemonių, susijusių su maliarija. Venkite pasienio rajono su Bisau Gvineja.

Siera Leonė

SOSTINĖ: Fritaunas
KELIONĖS PATARIMAI:
Pasitaikę užsieniečių ėmimo įkaitais faktų. Nėvykite į šią šalį, negave savo vyriausybės tarpininkavimo.

Somalis

SOSTINĖ: Mogadišas
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies vidaus padėtį, prieš vykdami į šią šalį.

Sudanas

SOSTINĖ: Chartumas
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite apie šalies

vidaus padėti.
Saugokitės nesprogiusių
minų ir kt.

Svazilendas

SOSTINĖ: Mbabane
KELIONĖS PATARIMAI:
Nesibiečiulaukite su
nepažįstamais. Keliai ir
važiavimo standartai
prasti.

Tanzanija

SOSTINĖ: Dodoma
KELIONĖS PATARIMAI:
Pasienio rajonuose gali
būti neramumų. Saugokitės
apiplėšimų. Imkitės
medicininio atsargumo
priemonių, susijusių su
maliarija. Geriamas vanduo
nesaugus.

Togas

SOSTINĖ: Lomé
KELIONĖS PATARIMAI:
Visur nešiokitės asmens
dokumentus.

Tunisas

SOSTINĖ: Tunisas
KELIONĖS PATARIMAI:
Labai griežti įstatymai dėl
narkotikų.

Uganda

SOSTINĖ: Kampala
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza.
Susižinokite, kokiuose
rajonuose reikia saugotis
banditų ir vietinių
sukilelių.

Vakarų Sachara

SOSTINĖ: al Ajūnas
KELIONĖS PATARIMAI:
Ginčytina teritorija.
Susižinokite apie vidaus
ivykius.

Zambija

SOSTINĖ: Lusaka
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Griežti
įstatymai prieš narkotikus.
Geriamas vanduo nesaugus.
Imkitės medicininių atsar-
gumo priemonių prieš
cholerą ir maliariją.

Zimbabvė

SOSTINĖ: Hararė
KELIONĖS PATARIMAI:
Saugokitės smulkių nusikal-
timų. Keliai ir važiavimo
standartai prasti.

3. ŠIAURĖS IR

CENTRINĖ AMERIKA

Trečiasis pagal dydį
žemynas. Plotas apie
24 230 000 km². Pakrantės
linija apie 37000 mylių
(95 829 km)

Bahamai

SOSTINĖ: Nasau
KELIONĖS PATARIMAI:
Šios vietose yra uraganų
rizika.

Belizas

SOSTINĖ: Belpomanas
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsar-
gumo priemonių, ypač
susijusių su cholera.

Dominikos Respublika

SOSTINĖ: Santa Domingas
KELIONĖS PATARIMAI:
Vanduo nesaugus gerti.
Nevaikščiokite po vieną
sutemus.

Grenlandija

SOSTINĖ: Nukas

Gvatemala

SOSTINĖ: Gvatemala
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl
narkotikų. Saugokitės
apiplėšimų.

Haitis

SOSTINĖ: Port o Prensas
KELIONĖS PATARIMAI:
Saugokitės apiplėšimų.

Hondūras

SOSTINĖ: Tegusigalpa
KELIONĖS PATARIMAI:
Aukštos rizikos uraganinė
zona. Geriamas vanduo
nesaugus. Saugokitės
apiplėšimų.

Jamaika

SOSTINĖ: Kingstonas
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl
narkotikų. Nevaikščiokite
po vieną sutemus.

JAV

SOSTINĖ: Vašingtonas

Kanada

SOSTINĖ: Otava

Kosta Rika

SOSTINĖ: San Chosė

Kuba

SOSTINĖ: Havana
KELIONĖS PATARIMAI:
Griežti įstatymai dėl narko-
tikų. Nefotografuokite
įrenginių.

Nikaragva

SOSTINĖ: Managva
KELIONĖS PATARIMAI:
Imkitės medicininių atsar-
gumo priemonių, susijusių
su cholera ir maliarija.

Geriamas vanduo nesaugus. Prieš vykdami susižinokite apie vidaus padėtį pasienio rajonuose.

Panama

SOSTINĖ: Panama
KELIONĖS PATARIMAI: Neramumai. Pasienio rajonuose galimi žmonių pagrobimai.

Salvadoras

SOSTINĖ: San Salvadoras
KELIONĖS PATARIMAI: Saugokitės apipilėsimų ir žmogžudysčių. Geriamas vanduo nesaugus.

4. PIETŲ AMERIKA

Ketvirtasis pagal dydį žemynas. Plotas apie 17 814 000 km². Pakrantės linija apie 15 800 mylių (40 922 km).

Argentina

SOSTINĖ: Buenos Airės
KELIONĖS PATARIMAI: Saugokitės smulkių nusikaltimų gatvėse.

Bolivija

SOSTINĖ: La Pasas
KELIONĖS PATARIMAI: Aukštis virš jūros lygio gali kelti sveikatos problemų. Saugokitės smulkių nusikaltimų gatvėse. Griežti įstatymai prieš narkotikus.

Brazilija

SOSTINĖ: Brazilija
KELIONĖS PATARIMAI: Imkitės medicininių atsargumų priemonių, ypač susijusių su cholera. Saugokitės

nusikaltimų gatvėse, ypač naktimis.

Čilė

SOSTINĖ: Santjagas
KELIONĖS PATARIMAI: Sekite politinius įvykius, kad išvengtumėte rizikos.

Ekvadoras

SOSTINĖ: Kitas
KELIONĖS PATARIMAI: Didelės rizikos ugnikalnių zona. Labai griežti įstatymai. Visur nešiokitės asmens dokumentus.

Gviana

SOSTINĖ: Džordžtaunas
KELIONĖS PATARIMAI: Griežti įstatymai dėl narkotikų. Imkitės medicininių apsaugos priemonių, susijusių su vidurių šiltine.

Kolumbija

SOSTINĖ: Bogota
KELIONĖS PATARIMAI: Griežti įstatymai dėl narkotikų. Sekite šalies vidaus padėtį: galimas vadinamųjų guerilų (partizanų) suaktyvėjimas.

Paragvajus

SOSTINĖ: Asunsjonas
KELIONĖS PATARIMAI: Sužinokite apie šalies vidaus ir rajonų padėtį. Pasienio rajonuose gali veikti maištininkai.

Peru

SOSTINĖ: Lima
KELIONĖS PATARIMAI: Didelis aukštis virš jūros lygio gali veikti sveikata. Imkitės medicininių apsaugos priemonių,

susijusių su maliarija. Griežti įstatymai dėl narkotikų. Nevaikščiokite po vieną.

Prancūzijos Gviana

SOSTINĖ: Kajenas
KELIONĖS PATARIMAI: Imkitės medicininių apsaugos priemonių, susijusių su maliarija.

Surinamas

SOSTINĖ: Paramaribas
KELIONĖS PATARIMAI: Sekite vidaus nesutarimus tarp valdžios ir etninių grupių. Griežti įstatymai dėl narkotikų.

Urugvajus

SOSTINĖ: Montevidejas
KELIONĖS PATARIMAI: Saugokite asmeninius daiktus. Gatvėse nemažai smulkių nusikaltimų.

Venesuela

SOSTINĖ: Karakasas
KELIONĖS PATARIMAI: Didelė purvo nuošliauzų ir panašių stichinių nelaimių rizika. Padidėjęs nusikaltamumas ir narkotikų cirkuliavimas. Pasienio rajonuose — problemos su narkotikų prekeiviais.

5. ANTARKTIDA

Plotas apie 14 000 000 km². Pakrantės linija apie 17 968 km. Į teritoriją pretenduoja Argentina, Australija, Čilė, Prancūzija, Didžioji Britanija ir Norvegija. 1961 metais

pasirašius Antarktidos sutartį, politinius interesus nustelbė mokslinis bendradarbiavimas tyrinėjant šį žemyną.

6. EUROPA

Plotas apie 10 400 000 km².
Pakrantės linija apie 24 000 mylių (38 000 km).

Airija

SOSTINĖ: Dublinas

Albanija

SOSTINĖ: Tirana
KELIONĖS PATARIMAI:
Sekite šalies ir atskirų rajonų vidaus padėtį. Keliai labai blogi. Geriamas vanduo nesaugus.

Austrija

SOSTINĖ: Viena

Baltarusija

SOSTINĖ: Minskas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Būkite atsargūs su maistu ir vandeniu.

Belgija

SOSTINĖ: Briuselis

Bosnija ir Hercegovina

SOSTINĖ: Sarajevas
KELIONĖS PATARIMAI:
Saugokitės nesprogušų minų ir panašių dalykų.

Bulgarija

SOSTINĖ: Sofija
KELIONĖS PATARIMAI:
Prasti keliai.

Čekijos Respublika

SOSTINĖ: Praha
KELIONĖS PATARIMAI:
Visur su savimi nešiokitės asmens dokumentą.

Danija

SOSTINĖ: Kopenhaga

Didžioji Britanija

SOSTINĖ: Londonas

Estija

SOSTINĖ: Talinas
KELIONĖS PATARIMAI:
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą. Keliai prasti.

Graikija

SOSTINĖ: Atėnai
KELIONĖS PATARIMAI:
Turėkite kelionės ir medicininį draudimą.

Islandija

SOSTINĖ: Reikjavikas
KELIONĖS PATARIMAI:
Transporto priemonės turi būti su žiemai skirtomis padangomis. Kelius greitai užblokuoja sniegas.

Ispanija

SOSTINĖ: Madridas

Italija

SOSTINĖ: Roma
KELIONĖS PATARIMAI:
Susižinokite, koks Etnos ugnikalnio aktyvumas.

Kroatija

SOSTINĖ: Zagrebas
KELIONĖS PATARIMAI:
Kai kurių rajonų reikia vengti dėl nesprogušų minų ir panašių dalykų.

Latvija

SOSTINĖ: Ryga
KELIONĖS PATARIMAI:
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą. Po vieną nevaikščiokite naktį.

Lenkija

SOSTINĖ: Varšuva
KELIONĖS PATARIMAI:
Važiavimo standartai ir keliai prasti.

Lietuva

SOSTINĖ: Vilnius
KELIONĖS PATARIMAI:
Naktį po vieną nevaikščiokite prastai apšviestomis vietomis.

Makedonija

SOSTINĖ: Skopje

Moldova

SOSTINĖ: Kišiniovas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Geriamas vanduo nesaugus. Pasitaiko smulkių nusikaltimų gatvėse.

Nyderlandai (Olandija)

SOSTINĖ: Amsterdamas

Norvegija

SOSTINĖ: Oslas

Prancūzija

SOSTINĖ: Paryžius

Rumunija

SOSTINĖ: Bukareštas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Keliai prasti. Asmens dokumentus rodykite tik policijos nuovadoje.

Slovakija

SOSTINĖ: Bratislava
KELIONĖS PATARIMAI:
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą.

Slovėnija

SOSTINĖ: Liubiana
KELIONĖS PATARIMAI:
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą.

Suomija

SOSTINĖ: Helsinkis

Švedija

SOSTINĖ: Stokholmas

Šveicarija

SOSTINĖ: Bernas

Ukraina

SOSTINĖ: Kijevas
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza.
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą. Geriamas vanduo nesaugus.

Vengrija

SOSTINĖ: Budapeštas
KELIONĖS PATARIMAI:
Visą laiką nešiokitės asmens dokumentą.

Vokietija

SOSTINĖ: Berlynas

7. AUSTRALIJA

Tai mažiausias žemynas.
Plotas apie 8 000 000 km².

Pakrantės linija — 13 909 mylios (25 760 km).

Australija

SOSTINĖ: Kanbera
KELIONĖS PATARIMAI:
Pasitaiko staigių potvynių ir miškų gaisrų. Nekeliaukite vieni sutemus.

Naujoji Zelandija

SOSTINĖ: Velingtonas

Papua–Naujoji Gvinėja

SOSTINĖ: Port Morsbis
KELIONĖS PATARIMAI:
Reikalinga viza. Būkite budrus dėl galimų užpuolimų. Didelė ugnikalnių išsiveržimo rizikos zona.

RODYKLĖ

A

akinimas nuo sniego 75
anglies monoksidas
apsinuodijimas 68, 76
Antarktida, žr. poliariniai
regionai
atogrąžos
būstas 52-53; 53
džiunglės 51
drabužiai 52
drėgnieji miškai 51
pelkės po lietaus 52
valgomi augalai 56-60, 56,
57, 58, 59, 60
valgomi gyvūnai 62-63
vandens šaltiniai 54-56,
54, 55, 56
augalai (valgomi) 150-155,
150, 151, 152, 153, 154,
155
Arktikos 76-77, 76, 77
atogrąžų 56-60, 56, 57, 58,
59, 60
dykumų 29-30, 30
dumbliai 40, 77
universalūs valgomų
augalų testas 150

B

bambukai
plaustai 173
valgomi 56, 56
vandens šaltinis 54-55, 55
batai 14, 85
džiunglės 52
kalnams 85
poliariniams regionams 68
skorpionai batuose 24
smėlis batuose 24
Bjuforto skalė 46
būstas

A formos 53
atviri 26, 26
guolis pelkėse 53
hamakai 53
iglu 70, 70, 71, 72
kalnuose 96-97, 97
medyje 68-69, 69, 72
platforma 53, 53
po žeme 25-26, 25
smėlio 24, 68
sniego 69, 73, 73, 97, 97
sudužę lėktuvai, trans-
porto priemonės 24, 68
ventiliacija 68, 73, 97
vytelių karkaso 52-63, 52

C

cunamiai 99, 104

D

debesys
sausumos indikatoriai
37-38
kamuoliniai 47
lietaus 47
sluoksniai 47
plunksniniai 45, 47
dehidracija 27, 32-33, 39, 74,
76
depresija 131
dirbtinis kvėpavimas 115-117,
115, 116
dykumos
Afrikos 20-21, 29-30, 31
Australijos 21-22, 30, 32
Azijos 21, 29-30, 31-32
būstas 24-26, 25, 26
definicija 22-23
drabužiai 23-24
druskingos pelkės 23
kalnai 83

kanjonai ir grioviai nuo
lietaus 23
ligos nuo karščio 32-33
maisto šaltiniai 29-31, 32
miražai 23
navigacija 33
nuodingi gyvūnai 31-32
Pietų Amerikos 21
smėlio audros 23
staigus vandens srautas 23
Šiaurės Amerika 21-30,
31, 32
važiavimas 112-113
vandens šaltiniai 27-29

dėlės 52, 64, 65
drabužiai 15
atogrąžoms 52
dykumai 23-24
galvos apdangalai 13
kalnams 83-85
kelnės 14, 84-85
kojinės 14
marškiniai 14
megztiniai 13-14
poliariniams regionams 67
sluoksniai (drabužių) 73-85
striukės 13, 67-68, 85
taisyklės 70

drėgnieji miškai 50, 51
druskingos pelkės 23
džiunglės 51

F

Fudzito-Pirsono skalė
tornadui 102

G

gaisrai 106-107
krūmų 51
nafta jūroje 35

prevencija 105-106, 106
tipai 105
gaivinimo padėtis 117, 119
gamtos nelaimės
 cunamiai 104
 gaisrai 105-107, 106
 potvyniai 104
 sausros 104-105
 tornadai 102-103
 transporto parengimas
 110, 112-113
 uraganai 100, 101-102, 101
 vulkanai 107, 108, 109
 žaibai 103
 žemės drebėjimai 98-100,
 100
 žemės įgriuvos ir purvo
 nuosliaužos 109-110, 111
gelbėjimas sraigtasparniu 171
gelbėjimosi liemenės 34, 36
gelbėjimo plauštai 36, 36,
 48-49
ginklai 15-16
 lankai ir strėlės 138, 139
 mėtomai (svaidomi) 139
 veždai 137, 139
gyvatės (nuodingos)
 atogrąžų 53-54
 dykumų 31-32
 igėlimai 126
 ruošimas maistui 149
gyvūnai (nuodingi)
 gyvatės 31-32, 63-64
 jūriniai 41-42, 77, 129
gyvūnai (valgomi)
 atogrąžos 62-63
 dykumos 30-31
 mėsinėjimas 146, 147
 pavojai 144
 poliariniai regionai 77-79
 taip pat žiūrėkite: žvejy-
 ba, medžioklė
 virimas 148-149
grybai
 nuodingi 149-150, 156-157,
 156, 157
 valgomi 154-155, 154, 155

H

HELP padėtis 36, 36
hipotermija 74-75, 130-131

I

išberimai 121
izoliacija
 nuo karščio 23
 nuo šalčio 67-68, 53-85

J

įkandimai
 gyvačių 1280
 vabzdžių 128
 žinduolių 129
įranga
 higiena 18-19
 išgyvenimas 15-16, 16, 17
 maistas 18-19
 pirkimas 13
 žr. drabužiai

J

jūra
 debesys 45, 47
 deganti nafta 35
 gelbėjimosi liemenės 34, 36
 gelbėjimosi plauštai 36, 37,
 48-49
 maistas 39-40
 navigacija 37-39, 42-53
 pagalba 36-37
 pavojingi gyvūnai 40-41,
 40, 41, 42
 plūdurai 35-36, 35, 36
 saugus išsilaipinimas į
 krantą 38-39
 sausumos indikatoriai
 37-38
 signalizavimas 37
 skęstantys lektuvai 34-35
 srovės 45
 šilumos išsaugojimas 36, 36
 temperatūra 34
 vėjai 44-45, 44, 46
jūros liga 39

K

kalnai 82, 83, 84
 būstas (priedangos) 96-97,
 97
 drabužiai 73-85
 klimatas 82-83
 kopimas naudojantis
 virve 95, 96

kritimas (griuvimas) 90,
 91, 92
 lavinos 85-86, 87
 ledo kirtiklis 85, 90, 92
 mazgai 96
 nusileidimas 92, 94-96
 nusileidimas virve 93,
 94-96, 94
 pagalbos ženklai 171
 slidžių lazdos 85
karščio paKenkimai
 išsekimas 32, 129
 mešlungiai 32, 129
 smūgis 32-33, 129-130
kelimasis per upę
 perbrendant 174-175
 perplaukiant 175
 plauštai 172-174, 173, 174,
 175
 vandens pavojingumo
 laipsniai 175
kopimas naudojantis virve
 95, 96
kraujavimas
 arterinis 119
 veninis 119-120
 vidinis 120
 kraujo apytaka 39
krūmokšniai 51
kuprinės 14-15
kvėpavimo takai 114
 kvėpavimas 115
kūno atšalimas 13

L

laikrodžio metodas
 navigacijoje 43
laužai 74, 132-133
 apsvietimo 135-137, 136,
 137
 ilgi 134, 134
 naktiniai 133, 133
 piramidiniai 134-135, 135
 signalizavimo 170
 T formos 134
 vigvamo 134, 134
 žvaigždės formos 134, 135
ledas, kaip vandens šaltinis
 39, 76-77
ledo kirtiklis 81, 86, 88

kaip stabdymo priemonė
90, 92
ledynai 87, 89-90
leidimasis virve 93, 94-96, 94
lūžiai

gydymas 118-119
įskilimai 118, 119
kaklo 119, 120
kaukolės 121
šonkaulių 119, 121
parišimai 123, 125-126,
126, 127

M

maistas žr. gyvūnai (valgomi), žvejyba, medžioklė, augalai (valgomi)
mazgai, žr. virvės
kilpos 179, 181
stiprumas 177
surišimai 183-184, 183,
184, 185

terminai 177

tipai 178-179

medžioklė

žr. gyvūnai (valgomi)
kilpos 142, 141, 143
priedanga 146
spąstai 142-144, 143-144
Merselio skalė, žemės dre-
bėjimas 99

mėšos virimas 148-149
miškai lietingu sezonu 51
moskitai 65
motorinės transporto prie-
monės 112-113

N

navigacija (arba orientavima-
sis vietovėje)
atogražose 65
debesų atspindys 81
dykumoje 33
jūroje 37-39, 42-43
keliaavimo atstumai 166
kompasu 161-162, 166
laikrodžio metodus 43,
162, 163
pagal augalus 81, 165
pagal kompasą 161-162
paukščių 38, 81

poliariniuose regionuose
81

saulėtekis 43, 163

žemėlapiai 158-162, 159

žvaigždėlapis 81

žvaigždės 43, 81, 164-165,
165

nerimas 131

nudegimai 121

nudegimas nuo saulės 33

nuodingi augalai 154

atogražų 60-62, 60, 61, 62

grybai 149-150, 156-157,
156, 157

prarijimas (nuodingu au-
galų pvz., uogų...) 129
nušalimai 75

O

orą praleidžiančios striukės
13, 67-68, 85

S

Safiro –Simpsono skalė
uraganams 100

sausros 104-105

savana 51

signalizavimas

blykstelėjimas 170

garsinis 170, 171

kūnu 166, 167

laužais 170

Morzės abėcėlė 169

prietaisais 169

radiju 169, 170

šviesa 170, 171

veidrodžiais 170

žemėje 168, 170

ženklais 171

skendimai 119

skorpionai 24, 65

smėlio audros 23

sniego lavinąs

gelbėjimas 86, 88

išgyvenimas po jomis 86

priežastys 85-86, 87

stresas 131

Š

šalčio pakenkimai
hipotermija 74-75, 130-131

nušalimas 75, 130
nutirpusios kojos 75, 130
širdies masažas 116, 117,
117-118

P

paukščiai (valgomi) 40, 149
pavojingi

įgelimai 128

tropikuose 52, 64-65

peiliai 15-16

pelkės 51, 52

pirmoji pagalba

apsinuodijimas 129

apžiūra 114, 115, 119, 122

dehidracija 27, 32-33

dirbtinis kvėpavimas

115-117, 115, 116, 119

gaivinimo padėtis 118, 119

įkandimai 128-129

įranga 18

įtvarai 123, 123, 124, 125-
126, 127

karščio pakenkimas 32-33,
129-130

kraujavimas 119-121, 119

lūžiai 122-125, 122, 123, 124

nudegimai 121

psichologiniai veiksniai
131

saugumas 114

šalčio pakenkimas 74-75,
130, 131

šokas 121-122

tvarsčiai ir perpetės 119,
127-128, 129

užspringimas 117, 118

planavimas 11, 12-13

plauštai 172-174, 173, 174, 175

plyšiai ledynuose 89-90

poliariniai regionai

būstas 68-73, 69, 70, 71, 72,
73

drabužiai 67

gyvūnai 77-79, 78, 79

maistas 77

navigacija 82

šalčio pakenkimai 74-76

vandens šaltiniai 76-77

potvyniai 23, 104

purvo nuošliaužos 107, 109-110

T

taiga, gyvūnai 79, 79
tornadai

Fudžito-Pirsono skalė 102
veiksmai 103
tundra, gyvūnai 77-78, 78
tvarstymas
kojos 128, 128
pėdos 128-129
rankos 127

U

universalūs valgomųjų
augalų testas, augalai 150
uraganai 102
Safiro-Simpsono skalė 100
susiformavimai 101
užspringimas 117-118

V

vabzdžiai ir vorai, virimas
31, 149
vandens šaltiniai
augalai 28-29, 54-56, 55,
56
bambukas 54-55, 55
jūros ledas 39, 76-77
lietaus 54, 54
požeminiai 27-28, 27
požymiai 29

saulės distiliatoriai 28, 28,
31, 39
upelių 54, 76
vandens gryninimas 29, 54
vandens sunaudojimas
26-27, 39
dehidracija 27, 32-33, 39,
74, 76

virvės

gamyba 177, 179
stiprumas 177
priežiūra 176-177

vėžiagyviai, ruošimas
maistui 149

nuodingi 42, 42, 77, 129

vėjai

Bjuforto skalė 46
drabužiai 67-68
jūroje 44-45, 44, 46
vėsinantys veiksniai 68

vorai 64
votys 121

vulkanai 107, 108, 109, 109
lavos tekėjimas 107
numatymas 107
švytintys debesys 107

Ž

žaibas 103
žaizdos

atviros 120

susiuviimas 120-121

žemėlapiai

kontūriniai 159-161, 160,
161

skalės 159

tinklėlio 159

žemės drebjimai

cunamiai 99, 104

Merkalio skalė 99

miestai 99

poveikis 99-101, 100

Richterio skalė 99

žemės igriuvos ir purvo
nuošliaužos 107

žemės igriuvos 107, 109-110

žuvis (valgoma) 40

darinėjimas 148, 149

kabliai 139

ledas 77

masalas 144

nuodingos žuvis 41-42,
41, 42, 77

spastai 148

tinklai 146

valas 144, 145, 146

žeberklai 146

žvejyba 142

žvaigždės, navigacija 43, 81,
164-165

Stilwell, Alexander
St-193 Kaip išlikti / Alexander Stilwell. — Kaunas: UAB "Jotema", 2002. — 200 p.:
ilustr.
R-klė: p. 196–199.

ISBN 9955-527-24-2

Dažniausiai su nepaprastomis situacijomis susiduriame... jaukiai įsitaisę prie televizoriaus. Kai filmo veikėjai — grupelė turistų, tyrinėtojų, karių ar paauglių patiria automobilio avariją, palikę sėkstantį laivą pasiekia nepažįstamą krantą arba sniego griūtis lieka atkirsti kalnuose, mes, stebėtojai, juokais galime pasiūlyti keletą išečių.

Tačiau dauguma siužetų — ne iš piršto laužti. Dinamiškas šiuolaikinio žmogaus gyvenimo būdas bei globalizacija vertia daug keliauti. Ir nors visos transporto firmos garantuoja saugumą, kartais gyvenimas pasisuka netikėta linkme ir mes tarsi nuotykių filme patenkame į neįprastą situaciją — svetimoje vietoje, tuščiomis rankomis, o šalia — bejėgis žmogus, kuriuo privalai pasirūpinti.

Pirmas žingsnis, kad pajėgtum blaiviai įvertinti situaciją — šoko nugalėjimas ir valios sutelkimas, o tada — tiesiog bandyti kabintis į gyvenimą naudojantis aplink esančiais daiktais. Suprantama, aplinka gali padėti išlikti, tačiau, būkime realistai, gali ir pražudyti. Todėl ruošiantis į kelionę būtų išmintinga bent jau teoriškai susipažinti su praktiškai išbandytais išgyvenimo būdais, kurie išsamiai aprašyti A. Stilwell knygoje "Kaip išlikti". Šioje knygoje neįkainojamos informacijos ras susiruošusieji į bet kurią pasaulio dalį. Net ir nelabai mėgstančiam keliauti ši knyga bus tikrai įdomi, o įgytos žinios kada nors tikrai pravers.

UDK 159.9+616.5-008+379.8

WWW.BUSHCRAFT.LT

Alexander Stilwell

KAIP IŠLIKTI

Redaktore Asta Kristinavičienė
Konsultavo dr. Vidas Stakėnas
Meninė redaktore Daiva Zubrienė
Maketavo Teresė Vasiliauskiene

SL 250. 12,5 sp. l. Užsak. Nr. 1172
UAB "Jotema", Algirdo g. 54, 3009 Kaunas
Tel.: 337695, el. paštas: tyrai@mail.lt
Iš užsakovo pateiktų pozityvų spausdino
AB "Vilspa", Viršuliškių skg. 80, 2056 Vilnius