

## UZTURĒŠANĀS TELPĀS radiācijas avārijas gadījumā

### • *Kas ir uzturēšanās telpās?*

Uzturēšanās telpās ir neatliekams aizsardzības pasākums<sup>1</sup>, ko īsteno, ja notikusi radioaktīvo materiālu noplūde atmosfērā. Sabiedrībai tiek stingri noteikts doties iekštelpās (dzīvojamās telpās, darba telpās, sabiedriskajās vai jebkurās citās ēkās) un tur uzturēties noteiktu laika periodu (no dažām stundām līdz 2 dienām).

Izsludinot uzturēšanos telpās, iedzīvotāji teritorijās, kurās šis pasākums ieviests:

- 1) iet telpās vai paliek tajās;
- 2) aizver logus, durvis un, ja iespējams, izslēdz ventilācijas sistēmu;
- 3) ieslēdz radio, televizoru vai citādā veidā seko ziņām.

### • *Kāds ir mērķis?*

Uzturēšanās telpās mērķis ir samazināt iespēju, ka iedzīvotāji tiek pakļauti ārējā apstarojuma ietekmei vai ieelpo radioaktīvu vielu putekļus, tādējādi izvairoties no riska iedzīvotāju veselībai vai dzīvībai. Ja ir notikusi kodolavārija, kodolsprādziens vai uzsprāgusi 'netīrā bumba' jeb radioloģiskais ierocis, uzturēšanos telpās ievieš agrīnajā avārijas fāzē, radioaktīvā mākoņa kustības laikā. Papildus jāņem vērā, ka bērni neapzinās radiācijas bīstamību un ir visapdraudētākā grupa, līdz ar to bērnu drošībai jāpievērš īpaša uzmanība. Ja uzturēšanās telpās organizēta laicīgi un pareizi, tad var izvairīties no ādas un apģērba radioaktīvā piesārņojuma, kā arī var izvairīties no radioaktīvu putekļu ieiešanas ēkās ar piesārņotu apģērbu vai apaviem. Uzturēšanos telpās var izmantot kā administratīvu pasākumu, lai sagatavotos evakuācijai.

### • *Kāpēc uzturēšanos telpās būtu jāievieš?*

Pēc radiācijas avārijas izsludināšanas uzturēšanās telpās jāievieš kā piesardzības pasākums pirms radioaktīvo materiālu noplūdes vai notiekot to noplūdei. Uzturēšanās telpās jārekomendē jebkurā situācijā, kad noplūst radioaktīvie materiāli, kas sastāv no cēlgāzēm un/vai ātri sabrūkošiem radionuklīdiem, vai gadījumos, kad paredzamās radiācijas dozas ir salīdzinoši zemas. Uzturēšanās telpās parasti tiek veikta kombinācijā ar citiem aizsardzības pasākumiem.

Uzturēšanās telpās nodrošina:

- īslaicīgu izolāciju no radioaktīvā piesārņojuma, samazinot radioaktivitātes koncentrāciju gaisā un tādējādi samazinot ekspozīciju no radioaktīvo materiālu ieelpošanas;
- aizsardzību no ārējās radiācijas, ko veido radioaktīvo materiālu klātbūtne gaisā, nogulsnešanās uz augsnes un citām virsmām.

Efektivitāte ir atkarīga no telpas parametriem (no betona un ķieģeļiem būvētas telpas pasargā efektīvāk nekā koka un saliekamās konstrukcijas; lielas ēkas ir efektīvākas nekā mazas ēkas; automašīnas nodrošina minimālu aizsardzību), ēkas izolācijas un telpas atrašanās vieta ēkā attiecībā pret ārsienām un jumtu. Uzturēšanās telpās efektivitāti ietekmē arī nepieciešamība nodrošināt gaisa apmaiņu, lai nodrošinātu cilvēku elpošanu. Gaisa esošās radioaktivitātes samazināšanas efektivitāte mazinās līdz ar noplūdes ilguma palielināšanos, kad radioaktīvo vielu koncentrācija ārējā gaisā sasniedz vienādu līmeni ar koncentrāciju iekštelpu gaisā.

Uzturēšanās telpās ir ļoti efektīva īsas radioaktīvo materiālu noplūdes (dažas stundas) gadījumā, jo gaisa apmaiņa starp āru un iekštelpām ir samazināta. Dažu stundu ilgas noplūdes gadījumā, uzturoties tipiskā dzīvojamajā ēkā, ieelpotā doza var tikt samazināta 3 reizes. Dozas samazinājuma faktors strauji pasliktinās, uzturoties telpās ilglaicīgi, tāpēc ilglaicīgas noplūdes

---

<sup>1</sup> Starptautiskās atomenerģijas aģentūras drošības standarts GSR Part 7: Preparedness and Response for a Nuclear or Radiological Emergency

gadījumā ir jāapsver vēl citi pretpasākumi, piemēram, evakuācija, īpaši, ja radioaktīvo materiālu noplūde ir ilgāka par 24 stundām.

Uzturoties telpās, iedzīvotājiem ir jāseko līdzī informācijai masu saziņas līdzekļos par radioloģisko situāciju un rīcību. Uzturēšanās telpās sniedz iespēju saņemt un nodot informāciju, sagatavoties turpmākajai rīcībai, un koncentrēties uz risku pārvaldīšanu sev pašam, savai ģimenei, apkaimei, un lai sagatavotos evakuācijai no piesārņotās teritorijas.

Uzturēšanās telpās ir īslaicīga alternatīva evakuācijai, kad evakuācija nav iespējama vai tiek uzskatīta par pārāk bīstamu.

## ATCERIETIES: DODIETIES IEKŠTĒLPĀS, PALIECIET IEKŠTĒLPĀS, SEKOJIET LĪDZI INFORMĀCIJAI

### Dodieties iekštelpās

Dodieties uz ēkas vidu vai pagrabu, prom no ārdurvīm un logiem, un ievediet iekšā arī mājdzīvniekus.

### Palieciet iekštelpās

Paliekot patvērumā, jūs samazināsiet radiācijas iedarbību. Aizveriet visus logus un durvis, ja iespējams – noslēdziet spraugas, lai samazinātu caurvēju. Nomazgājieties dušā vai noslaukiet nenosegtās ķermeņa daļas ar mitru dvieli. Lietojiet uzturā ūdeni no pudelēm un pārtiku no noslēgtiem iepakojumiem, lai samazinātu iespēju radioaktīvas vielas uzņemt ar ēdienu.

### Sekojiat līdzī informācijai

Neatliekamās palīdzības sniedzēji un amatpersonas, kas reaģēs uz ārkārtas situāciju, sniegs norādes, lai nodrošinātu iedzīvotāju drošību. Sekojiat līdzī informācijai radio, televīzijā, internetā u.c. Ievērojiet saņemtās norādes, piemēram, par evakuāciju no skartās teritorijas uz vietām, kurās iespējams pārbaudīt, vai jūs nav skāris piesārņojums, un veikt dezaktivāciju.

Nemiet vērā, ka, atkarībā no situācijas, iedzīvotāji ne vienmēr var tikt pārvietoti vai evakuēti. Reizēm vienkārša palikšana iekštelpās ir vislabākais veids, kā samazināt radiācijas iedarbību ārkārtas situācijā. Ēku sienas var sniegt būtisku aizsardzību no starojuma, un ātra nokļūšana un palikšana telpās avārijas situācijā var ievērojami samazināt jūsu saņemto dozu vai pat glābt jūsu dzīvību.

