



# **ФИЗИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ МЕДИАРАБОТНИКОВ :**

**ИНСТРУКЦИИ  
ЭКИПИРОВКА  
ЧЕК-ЛИСТЫ**



**Justice for Journalists**  
Foundation for International  
Investigations of Crime against Media

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступление .....	2	Защита для глаз .....	20
Защита туловища. Бронежилеты .....	3	• Противопульная защита баллистического класса для глаз .....	22
• Рекомендованная защита в зоне боевых действий и на месте терактов .....	4	• Другие средства защиты для глаз .....	24
• Работа на протестах/массовых акциях, городская полевая работа .....	6	Защита органов дыхания .....	26
Защита головы .....	8	• Маски-респираторы с фильтром .....	28
• Защитные баллистические (противопульные) каска/шлемы .....	8	• Фильтрующие респираторы .....	30
• Спортивные каска/шлемы .....	10	• Фильтрующие респираторы и маски .....	33
• Противоударные кепки .....	11	Другие предметы и оборудование .....	34
Угроза / Защита .....	13		
Защита органов слуха .....	16		
• Виды средств тактической защиты органов слуха .....	17		



# ВСТУПЛЕНИЕ

## Дорогие друзья!

Предлагаем вашему вниманию «Пособие по физической безопасности журналистов», написанное Свитланой Валько по заказу Фонда «Справедливость для журналистов». Оно составлено с учетом современных реалий, в которых медиарботники постсоветского пространства вынуждены выживать и продолжать рассказывать и показывать людям правду. В этом Пособии нет ни одного лишнего слова – только факты и данные, знакомство с которыми может спасти жизнь вам и вашим коллегам.

С 2017 года Фонд «Справедливость для журналистов» зафиксировал более 12 тысяч атак на работников СМИ в 12 странах бывшего СССР. Хотя большинство атак носят нефизический (в том числе юридический) характер, число физических нападений на журналистов не уменьшается: только в 2020 году их зафиксировано почти 400. 13 медиарботников из Беларуси, Казахстана, Кыргызстана и России погибло. Не секрет, что журналисты подвергаются нападениям не только и не столько в горячих точках и при освещении массовых протестов, но и в связи с расследованиями коррупции, экономических преступлений, злоупотреблений властью.

Один из ключевых аспектов работы Фонда – помощь журналистам в оценке и минимизации профессиональных рисков. Потому что спасение утопающих – дело рук самих утопающих. Журналисты во всем мире, но особенно в странах повышенного риска, должны самостоятельно уметь просчитывать и анализировать свои риски, трезво оценивать свои силы. Необходимо знать, какие меры безопасности принимать, какое защитное оборудование использовать и как подстраховаться.

Мы надеемся, что настоящее Пособие послужит для вас своего рода спасательным кругом в том ускоряющемся водовороте опасностей, куда влечет вас ваша профессия.

Удачи!

Мария Орджоникидзе

Директор Фонда «Справедливость для журналистов»



**Justice for Journalists**

Foundation for International  
Investigations of Crime against Media

# ЗАЩИТА ТУЛОВИЩА. БРОНЕЖИЛЕТЫ

**1** ВОПРОС, НА КОТОРЫЙ  
НУЖНО ОТВЕТИТЬ:  
ОТ КАКОГО ОРУЖИЯ/  
ОПАСНОСТИ  
ЗАЩИЩАЕМСЯ?

ЕСТЬ **2** ОСНОВНЫХ ТИПА  
ЖУРНАЛИСТСКОЙ  
РАБОТЫ, ТРЕБУЮЩИХ  
БРОНЕЖИЛЕТА:

1) РАБОТА  
В ГОРЯЧИХ  
ТОЧКАХ/  
НА МЕСТЕ  
ТЕРАКТА

2) РАБОТА  
НА ПРОТЕСТАХ/  
МАССОВЫХ  
АКЦИЯХ/  
ГОРОДСКАЯ  
ПОЛЕВАЯ  
РАБОТА



# РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЗАЩИТА В ЗОНЕ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ И НА МЕСТЕ ТЕРАКТОВ:

БРОНЕЖИЛЕТ 4-ГО КЛАССА ЗАЩИТЫ ПО КЛАССИФИКАЦИИ В ПОСТСОВЕТСКИХ СТРАНАХ (ПРИ ПОКУПКЕ В США – III / IIIA BALLISTIC VEST, ПО ЕВРОПЕЙСКОМУ СТАНДАРТУ – BR5)

## ПРЕИМУЩЕСТВА:

- Кевларовые пластины защищают около 27% площади жизненно важных органов фронтальных и боковых проекций тела
- Защищает от пулевых и осколочных ранений в область покрытия
- Может быть собран по принципу «Лего» и подогнан под потребности – со съемным воротом для защиты шеи, плеч, паха, с возможностью регулировать лямки и т.д.
- «Жесткие» пластины разных степеней защиты можно вставлять и снимать в переднюю и заднюю части «плитоноска». Чем выше класс жилета, тем выше защита от различных типов и скорострельности боевых патронов и осколков. С повышением класса бронезилета повышается уровень защиты от разных типов нарезного огнестрельного оружия и разных типов боеприпасов, а также осколков мин/снарядов. В принципе, если нет средств на так называемый «мягкий» бронезилет, который, как более легкий, можно использовать при работе на протестах, то можно вынимать плиты из бронезилета 4-го класса, облегчая его и меняя его предназначение
- Нашивки «Пресса» можно заказывать в виде липучек. Липучки с надписью «Press/Пресса» легко прикрепляются или убираются
- Открыто носимый жилет может предотвратить враждебную ситуацию (т.е. тут он видимый сдерживающий фактор)



# БРОНЕЖИЛЕТ 4-ГО КЛАССА ЗАЩИТЫ ПО КЛАССИФИКАЦИИ В ПОСТСОВЕТСКИХ СТРАНАХ (ПРИ ПОКУПКЕ В США – III / IIIA BALLISTIC VEST, ПО ЕВРОПЕЙСКОМУ СТАНДАРТУ – BR5)



## НЕДОСТАТКИ:

- Несомненно, главным недостатком такого бронежилета является его вес – непрерывное его ношение довольно изнуряющее. Здоровый выносливый человек сможет без ущерба для спины выдержать до 7 часов его непрерывного ношения, но затем будет необходимо отдохнуть и дать телу восстановиться
- Длительное ношение такого бронежилета может привести не только к болям в спине, но и к общему ухудшению самочувствия, перегреву тела и даже тепловому удару с последующим обмороком
- Керамические твердые пластины изготавливаются из оксида алюминия, карбида кремния или карбида бора. Их нельзя ронять, иначе они треснут/разобьются
- В некоторых странах могут применяться ограничения на ввоз/вывоз данного бронежилета, и могут потребоваться разрешения
- Качественные жилеты стоят дорого
- При повреждении или попадании пуль/осколков бронепластины могут деформироваться, получать микротрещины и поэтому подлежат замене даже в случае, если нет видимых повреждений

## МОЖНО ЛИ ЗАМЕНИТЬ ЧЕМ-ТО ТАКОЙ БРОНЕЖИЛЕТ В ЗОНЕ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ?

Только быстрым бегом и пребыванием в укрытии. К сожалению, от осколков и пулевых ранений невозможно «собрать» защиту из подручных средств



# РАБОТА НА ПРОТЕСТАХ/МАССОВЫХ АКЦИЯХ, ГОРОДСКАЯ ПОЛЕВАЯ РАБОТА

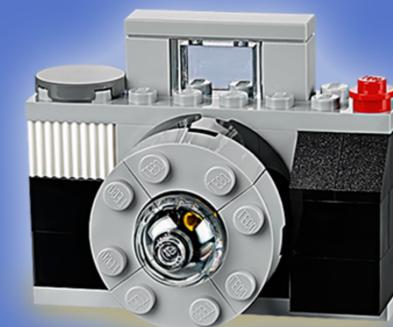
БРОНЕЖИЛЕТ 2-ГО КЛАССА ЗАЩИТЫ  
(ПРИ ПОКУПКЕ В США – КЛАСС IIIA,  
ПО ЕВРОПЕЙСКОМУ СТАНДАРТУ – BR3)

## ПРЕИМУЩЕСТВА:

- Легкие защитные бронепластины обычно изготавливают из высокопрочных синтетических материалов, таких как кевлар, Дунеета, тварон, спектра
- Такие ткани легкие, с высокой прочностью на разрыв и обладают высокой ударопрочностью
- Эти свойства помогают снизить вероятность проникновения или порезов пикообразным или острым оружием, например, иглой или ножом
- В зависимости от классификации некоторые мягкие жилеты обеспечивают определенную степень защиты от осколков, а также от низкоскоростных и малокалиберных пуль, включая нелетальное оружие, используемое полицией при разгонах протестов (резиновые, пластиковые пули)
- Легче, гибче и менее ограничен в носке, чем жесткий бронезилет
- Можно незаметно носить под курткой (поэтому больше подходит для скрытых репортеров)
- Мягкие жилеты со съемными пластинами/вставками можно стирать
- Застегивается на липучки по бокам и на плечах, есть возможность заправить в брюки



**Justice for Journalists**  
Foundation for International  
Investigations of Crime against Media



## БРОНЕЖИЛЕТ 2-ГО КЛАССА ЗАЩИТЫ (ПРИ ПОКУПКЕ В США – КЛАСС IIIA, ПО ЕВРОПЕЙСКОМУ СТАНДАРТУ – BR3)

### НЕДОСТАТКИ:

- Неспособен противостоять пулям большего калибра
- Некоторые мягкие жилеты имеют встроенный защитный материал, что затрудняет чистку
- Большинство из них не обеспечивают дополнительной защиты шеи, паха и плеч
- Часто журналистам лень носить 3-5 дополнительных килограммов во время «всего лишь» протестов
- Иногда СМИ не может позволить себе покупку двух разных бронежилетов

### МОЖНО ЛИ ЗАМЕНИТЬ ДАННЫЙ БРОНЕЖИЛЕТ ЧЕМ-ЛИБО?

- В случае если вы хотите защитить туловище от ранений во время протестов, а бронежилета нет никакого, вы можете также использовать:
- Защиту для участников мотокроссов и ее элементы для конечностей (защита от переломов при использовании резиновых дубинок или пластиковых палок)
- Защиту для сноубордистов и ее элементы

### А ЧТО ЕСЛИ Я БЕЗ ПОДГОТОВКИ ПОПАЛ НА ПРОТЕСТ, ГДЕ ПРИМЕНЯЕТСЯ НАСИЛИЕ?

В крайнем случае вы можете слегка защитить тело с помощью толстых журналов, примотанных на манер кевларовой защиты. Некоторые участники протестов практикуют также такую защиту для рук и щиколоток, но это может защитить только от переломов при ударах ногами и полицейскими дубинками.



**Justice for Journalists**  
Foundation for International  
Investigations of Crime against Media



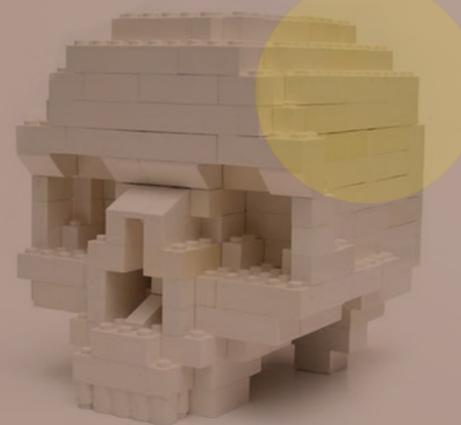
# ЗАЩИТА ГОЛОВЫ: ЗАЩИТНЫЕ БАЛЛИСТИЧЕСКИЕ (ПРОТИВОПУЛЬНЫЕ) КАСКИ/ШЛЕМЫ

БАЛЛИСТИЧЕСКИЕ КАСКИ НЕОБХОДИМЫ, ЕСЛИ ВЫ МОЖЕТЕ ПОПАСТЬ ПОД ОБСТРЕЛ БОЕВЫМИ ПАТРОНАМИ ИЛИ ПОД ОСКОЛКИ.

СТАНДАРТ БЕЗОПАСНОСТИ NIJ 0106.01 РАНЕЕ ОЦЕНИВАЛ ПРОТИВОПУЛЬНЫЕ ШЛЕМЫ ПО ШКАЛЕ I-II. ПОЗЖЕ ТАКИЕ ШЛЕМЫ ПОЛУЧИЛИ КОД 0106.01 (МОДИФИЦИРОВАННЫЙ) С ДОБАВЛЕНИЕМ СТЕПЕНИ: IIIA.



**1** ТАКАЯ ФОРМА КАСКИ ПОМОГАЕТ ЗАЩИТИТЬ БОКОВЫЕ И ЗАДНЮЮ ЧАСТИ ЧЕРЕПА. РЕМЕШОК НА ПОДБОРОДКЕ ПОМОГАЕТ НАДЕЖНО УДЕРЖИВАТЬ ШЛЕМ НА МЕСТЕ



**2** ПРОЧНАЯ КОНСТРУКЦИЯ БЕЗ ВЕНТИЛЯЦИОННЫХ ОТВЕРСТИЙ ПОМОГАЕТ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОНИКНОВЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ

**3** ВНУТРЕННЯЯ ОБИВКА И АМОРТИЗАТОРЫ ДОБАВЛЯЮТ КОМФОРТА КАСКЕ, КОТОРУЮ ДОСТАТОЧНО ТЯЖЕЛО НОСИТЬ ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ



## ЗАЩИТНЫЕ БАЛЛИСТИЧЕСКИЕ (ПРОТИВОПУЛЬНЫЕ) КАСКИ/ШЛЕМЫ

- Баллистические каски могут защитить от пуль, но не являются пуленепробиваемыми, кривизна каски способствует изменению траекторий осколков
- Обычно изготавливаются из арамидных волокон, таких как кевлар, тварон или UHMWPE (полиэтилен сверхвысокой молекулярной массы)
- Внутренние амортизаторы и набивка обеспечивают комфорт и предотвращают стекание пота по лицу
- Каски с мягкой защитой для подбородка позволяют хорошо закрепить шлем на месте, но должны иметь быстросъемную пряжку
- Некоторые модели противопульных касок идут в комплекте с противопульным лицевым щитком
- Некоторые баллистические (противопульные) каски также могут защищать от других угроз, например, от ударных волн от взрывов
- Избегайте падения противопульных касок, так как это может привести к поломке корпуса, и никогда не сушите под прямыми солнечными лучами



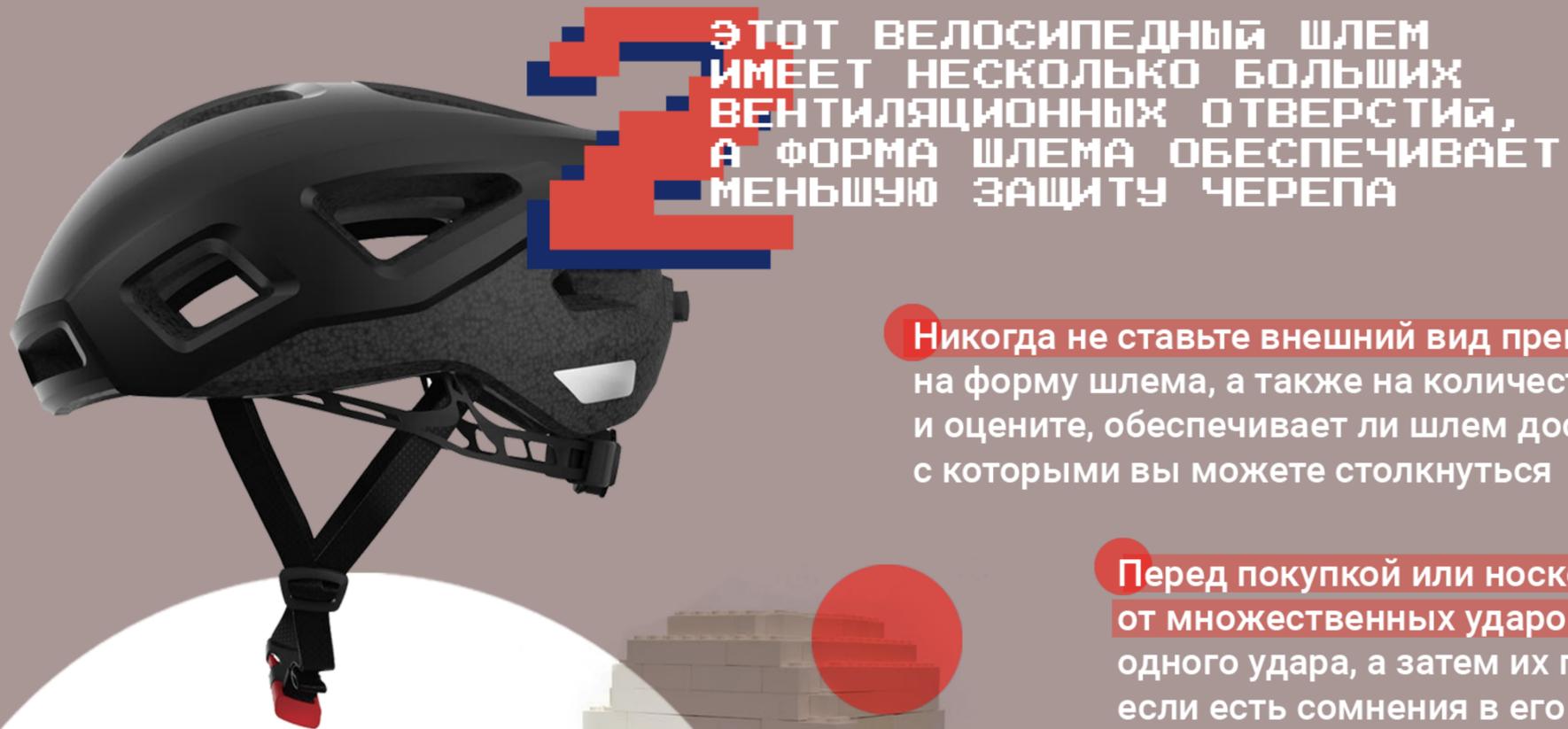
# СПОРТИВНЫЕ ЗАЩИТНЫЕ ШЛЕМЫ

Есть большой выбор спортивных шлемов с разными уровнями защиты черепной коробки, включая шлемы для скейтбордов (от падения), горных велосипедов, каноэ и скалолазания.

Внешние оболочки обычно изготавливаются из АБС (акрилонитрилбутадиенстирола) и формируются вокруг внутреннего корпуса из пенополистирола высокой плотности (пенополистирольной пены), обычно с регулируемым оголовьем и ремнем под подбородком.



ТАКАЯ ФОРМА ЗАЩИТНОГО ШЛЕМА ЗАКРЫВАЕТ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ЧЕРЕПА И ИМЕЕТ БОЛЕЕ ПРОЧНУЮ КОНСТРУКЦИЮ



ЭТОТ ВЕЛОСИПЕДНЫЙ ШЛЕМ ИМЕЕТ НЕСКОЛЬКО БОЛЬШИХ ВЕНТИЛЯЦИОННЫХ ОТВЕРСТИЙ, А ФОРМА ШЛЕМА ОБЕСПЕЧИВАЕТ МЕНЬШУЮ ЗАЩИТУ ЧЕРЕПА

**Никогда не ставьте внешний вид выше безопасности!** Обратите внимание на форму шлема, а также на количество и размер вентиляционных отверстий и оцените, обеспечивает ли шлем достаточную защиту, исходя из угроз, с которыми вы можете столкнуться

**Перед покупкой или ноской всегда проверяйте, обеспечивает ли шлем защиту от множественных ударов.** Некоторые шлемы могут защитить вас только от одного удара, а затем их потребуется заменить. Никогда не используйте шлем, если есть сомнения в его целостности

**Убедитесь, что шлем/каска соответствует требованиям сертификации по стандартам безопасности, установленным там, где он был произведен (например, EN в Европейском Союзе)**





## ПРОТИВОУДАРНЫЕ КЕПКИ

ПРОТИВОУДАРНАЯ КЕПКА, НАПОМИНАЮЩАЯ БЕЙСБОЛКУ, ИМЕЕТ ФОРМОВАННЫЙ ПЛАСТИКОВЫЙ КОРПУС, ОБЫЧНО СДЕЛАННЫЙ ИЗ АБС-ПЛАСТИКА (АКРИЛОНИТРИЛ-БУТАДИЕН-СТИРОЛ) ИЛИ ПОЛИЭТИЛЕНА ВЫСОКОЙ ПЛОТНОСТИ (HDPE), КОТОРЫЙ НАХОДИТСЯ ВНУТРИ БЕЙСБОЛКИ.



Помогают защитить голову от слабых ударов или столкновения с неподвижными предметами, проволочным ограждением или при падении на землю

Не обеспечивают защиты от тяжелых летящих или падающих предметов или снарядов

Всегда проверяйте пластиковый корпус на предмет каких-либо повреждений. Надавите на него, чтобы убедиться, что в корпусе нет трещин. В случае сомнений не используйте кепку, а найдите ей замену





## ПРОТИВОУДАРНЫЕ КЕПКИ



### ПРЕИМУЩЕСТВА

- Легкие, недорогие и малозаметные
- Большинство кепок сшито из дышащих тканей
- Пластиковый корпус некоторых кепок можно убрать при чистке
- Некоторые кепки могут иметь светоотражающие полосы снаружи, а внутри — прокладки, поглощающие пот



### НЕДОСТАТКИ

- Менее надежны, чем шлем, у большинства нет ремней
- Слабо защищают от тяжелых предметов или снарядов
- Некоторые кепки нельзя подогнать по размеру головы, поэтому может быть сложно добиться плотного прилегания
- Кепки с длинным козырьком могут закрывать вам обзор



# УГРОЗА

БАЛЛИСТИЧЕСКАЯ,  
НАПРИМЕР ПУЛИ  
ИЛИ ОСКОЛКИ



# ЗАЩИТА



# УГРОЗА

РЕЖУЩЕ-РУБЯЩИЕ  
ПРЕДМЕТЫ,  
НАПРИМЕР  
НОЖИ



# ЗАЩИТА



# УГРОЗА

КОЛЮЩИЕ ПРЕДМЕТЫ,  
НАПРИМЕР ИГЛА  
ИЛИ ОТВЕРТКА



# ЗАЩИТА



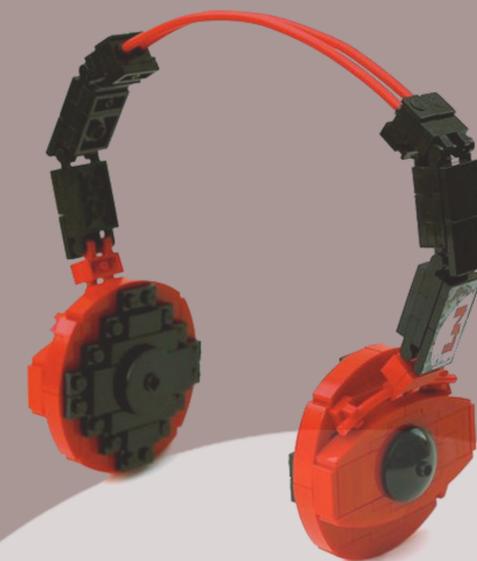
## ЗАЩИТА ОРГАНОВ СЛУХА

ОРГАНЫ СЛУХА ОЧЕНЬ ЛЕГКО ПОВРЕДИТЬ,  
НО В ТО ЖЕ ВРЕМЯ – ЛЕГКО ЗАЩИТИТЬ.

Возможность улавливать окружающие звуки, в то же время защищая органы слуха от опасных уровней шума – жизненная необходимость в зоне военных действий и в полевой работе при рисках взрывов или использования летального и нелетального оружия. Человек нуждается в защите органов слуха в ситуациях, когда он подвержен звукам громче 85 дБ

ПРОТИВОШУМ – ПОКАЗАТЕЛЬ  
УМЕНЬШЕНИЯ ГРОМКОСТИ ЗВУКА ТЕМ  
ИЛИ ИНЫМ СРЕДСТВОМ ЗАЩИТЫ СЛУХА  
(ИЗМЕРЯЕТСЯ В ДЕЦИБЕЛАХ, ДБ),  
ОЦЕНИВАЕТСЯ В СООТВЕТСТВИИ  
С РЕЙТИНГОМ NRR В США ИЛИ SNR В ЕС

**ВАЖНО:** избегайте защиты органов слуха, которая снижает шум до уровня ниже 70 децибел. Такой ограниченный слух может снизить вашу способность воспринимать предупредительные сигналы, уменьшить вашу осведомленность о ситуации и привести к тому, что вы будете изолированы от окружающей среды



# ВИДЫ СРЕДСТВ ТАКТИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ СЛУХА:

## ШУМОЗАЩИТНЫЕ НАУШНИКИ

- Быстро и легко надеваются и снимаются
- Обычно изготавливаются из твердого термопласта, что обеспечивает некоторую защиту уха
- У некоторых есть регулируемые ободы на голову
- В перерывах между применением наушники удобно носить на шее

## НЕДОСТАТКИ:

- Необходимо проверять совместимость с другими СИЗ, такими как респиратор и шлем
- Довольно громоздкие
- Очень заметные





## ВИДЫ СРЕДСТВ ТАКТИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ СЛУХА:

### БЕРУШИ

- Изготовлены из мягкого пенополиуретана
- Некоторые имеют заостренный дизайн для более плотного прилегания
- Не будут мешать другим средствам индивидуальной защиты
- Для максимальной эффективности беруши должны полностью перекрывать ушной канал воздухонепроницаемым уплотнением

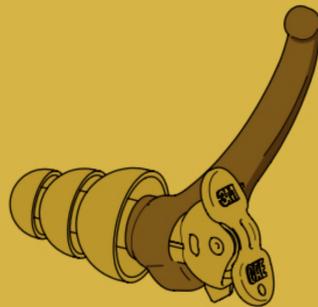
Недорого и не очень заметно

### ВАЖНО:

- Не стоит использовать один комплект разным людям



# ВИДЫ СРЕДСТВ ТАКТИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ СЛУХА:



## ШУМОЗАЩИТНЫЕ ВКЛАДЫШИ

Блокируют более высокие уровни дБ, позволяя проникать голосам и окружающему шуму

Изготавливаются из твердого пластика

Формируются по индивидуальному заказу в соответствии с профилем вашего уха и позволяют множественное использование (экологично!)

Помогают снижать звуковое давление, например, звук огнестрельного оружия, артиллерийский огонь и взрывы

Могут изготавливаться со специальными фильтрами, чтобы блокировать только вредный шум (свыше 85 дБ), оставляя возможность слышать нужные/безопасные звуки

## НЕДОСТАТКИ:

Более дороги в изготовлении





## ЗАЩИТА ДЛЯ ГЛАЗ

Доступно огромное количество средств защиты для глаз, начиная от противопульных защитных очков баллистического класса, масок и щитков и заканчивая простыми защитными масками и очками общего назначения. Ношение высококачественных средств защиты глаз, соответствующих одному из стандартов безопасности, поможет защитить ваши глаза от различных предметов, а также от жидкостей, газов, дыма, песка, пыли и других твердых частиц:



- **ВОЕННЫЙ СТАНДАРТ ЗАЩИТЫ США (MIL-PRF-31013)**
- **ГРАЖДАНСКИЙ СТАНДАРТ ЗАЩИТЫ США (ANSI Z87.1 – 2010)**
- **ЕВРОПЕЙСКИЙ СТАНДАРТ (EN166, 169, 170 & 172)**

### ЗАЩИТА ДЛЯ ГЛАЗ ВСЕГДА ДОЛЖНА:

- правильно сидеть, регулироваться надлежащим образом и надежно закрепляться (за ушами или ремешком);
- обеспечивать «круговую» защиту, закрывая область по линии вокруг глаз;
- быть совместимой с любыми другими СИЗ, которые могут вам понадобиться (например, с респиратором);
- соответствовать угрозам, с которыми вы можете столкнуться (например, резиновые пули требуют очков с противопульной защитой).





## ЗАЩИТА ДЛЯ ГЛАЗ



### ВСЕГДА УЧИТЫВАЙТЕ СЛЕДУЮЩЕЕ:

- имеют ли линзы покрытие от царапин и запотевания, обеспечивают ли они защиту от ультрафиолета?
- имеется ли на них герметичное уплотнение?  
(это важно, если вы можете подвергнуться воздействию жидкостей, газов, химикатов или дыма);
- есть ли у них жесткая защитная перемычка над линией глаз и сбоку от линз?
- скользят ли они на переносице?  
(это относится только к очкам);
- хотя в некоторые средства защиты глаз можно вставить линзы с диоптриями, обычно дешевле обходятся защитные маски большего размера, которые можно носить поверх очков с диоптриями.



# ПРОТИВОПУЛЬНАЯ ЗАЩИТА БАЛЛИСТИЧЕСКОГО КЛАССА ДЛЯ ГЛАЗ

Очки и маски баллистического класса (противопульные) разработаны и тщательно протестированы, чтобы помочь защитить владельца от осколков и снарядов, под которые можно попасть в зоне боевых действий.

ПРИЗНАННЫМ СТАНДАРТОМ ДЛЯ ПРОТИВОПУЛЬНЫХ ОЧКОВ И МАСОК ЯВЛЯЮТСЯ MIL-PRF-31013 ДЛЯ ОЧКОВ И MIL-DTL43511D ДЛЯ МАСОК (ПРОТИВОПУЛЬНАЯ ЗАЩИТА ДЛЯ ОБОИХ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ MIL-STD-662).



ЭТА ПРОТИВОПУЛЬНАЯ МАСКА ИМЕЕТ СВЕРХТОЛСТЫЕ ПОЛИКАРБОНАТНЫЕ ЛИНЗЫ 2,8 ММ И ОБЕСПЕЧИВАЕТ ПЛОТНОЕ ПРИЛЕГАНИЕ К ЛИЦУ ВОКРУГ ЛИНИИ ГЛАЗ



ЭТИ ПРОТИВОПУЛЬНЫЕ ОЧКИ ИМЕЮТ СМЕННЫЕ ЛИНЗЫ РАЗНОГО ЦВЕТА





## ПРОТИВОПУЛЬНАЯ ЗАЩИТА БАЛЛИСТИЧЕСКОГО КЛАССА ДЛЯ ГЛАЗ

Противопульная защита для глаз обеспечивает определенную степень защиты от высокоскоростных осколков, резиновых пуль и боеприпасов определенного калибра

Маски защищают от пуль, но не являются пуленепробиваемыми

Маски, которые плотно прилегают к лицу, более эффективны, поскольку они также обеспечивают некоторую защиту от газов и жидкостей

Маски с креплением ремешком на затылке обычно более надежны, чем очки

Противопульные линзы обычно изготавливаются из поликарбоната, NXT/Trivex или плутонита

Некоторые модели могут поставляться с дополнительными линзами или линзами, которые можно заменить

Оправы обычно изготавливаются из небуьющегося материала, такого как трилоидный нейлон



# ДРУГИЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ ДЛЯ ГЛАЗ

Защитные маски и очки, классифицированные как ANSI Z87.1 (гражданский стандарт США) или EN166, 169, 170 и 172 (европейские стандарты), обеспечат определенную степень защиты от более легких снарядов и снарядов с меньшей скоростью. Маски с уплотнением вокруг линии глаз помогут уменьшить повреждение, если вы подвергнетесь воздействию жидкостей, пыли или газа. Защитные очки классом ниже обеспечат лишь ограниченную защиту от баллистических ударов, например пуль или осколков.

1

ЭТИ ЗАЩИТНЫЕ ОЧКИ Z87.1 – ПОПУЛЯРНЫЙ ВЫБОР, НО ОНИ НЕПЛОТНО ПРИЛЕГАЮТ ВОКРУГ ГЛАЗ



2

ЭТА ЗАЩИТНАЯ МАСКА Z87.1 ОБЛАДАЕТ ВЫСОКОЙ УДАРОПРОЧНОСТЬЮ И ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ ВОКРУГ ГЛАЗ



3

ЗАЩИТНАЯ МАСКА ОБЩЕГО НАЗНАЧЕНИЯ ИМЕЕТ МЯГКУЮ ГИБКУЮ ОПРАВУ И ОБЕСПЕЧИВАЕТ ЛИШЬ ОГРАНИЧЕННУЮ ЗАЩИТУ



## ДРУГИЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ ДЛЯ ГЛАЗ

Z87 – класс, защищающий от обычных ударов, а Z87+ обладают более высокой ударопрочностью.

Европейский стандарт EN166 делится на категории A, B, F и S для линз и оправ (в зависимости от уровня ударопрочности, которую они предлагают).

- Линзы также классифицируются по степени защиты от радиации и светового излучения, а также по оптическим свойствам, термостойкости, защите от запотевания и устойчивости к повреждениям мелкими частицами

- Оправы классифицируются в соответствии с их общей прочностью и эффективностью предотвращения попадания пыли и жидкостей в глаза

# ЗАЩИТА ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Защита легких и горла важна при работе в местах, где есть риск попасть под воздействие вредных газов, пыли, дыма, вирусов, бактерий и жидкого пара.

## ПРИМЕРЫ ОПАСНОСТЕЙ:

- Слезоточивый газ
- Перцовый аэрозоль
- Густая пыль  
(например, после землетрясений или взрывов)
- Частицы вируса (например, COVID-19)
- Дым от лесных пожаров
- Дым от мусора  
(например, горящих покрышек или дерева)



## МАСКИ-РЕСПИРАТОРЫ:

Респираторы, закрывающие все лицо (маски-респираторы) или его половину, обеспечивают максимальную защиту. Они сконструированы таким образом, что плотно прилегают к коже лица, поэтому воздух не может просачиваться внутрь или наружу. В зависимости от угрозы подбирается контейнер для воздушных фильтров. При вдохе контейнеры фильтруют из воздуха частицы разного размера (размер частиц зависит от класса контейнера)

**Обратите внимание**, что респираторы, закрывающие лицо или половину лица, довольно громоздки и могут вызывать затруднения при ношении, особенно при жаркой и влажной погоде

**Людам, страдающим клаустрофобией, скорее всего, будет сложно носить маску-респиратор**

# ЗАЩИТА ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Респираторы с фильтрующими масками (FFR) обычно одноразовые и бывают **разных классов**. Обратите внимание, что респираторы обеспечивают лишь ограниченную защиту от указанных выше угроз, но помогут снизить воздействие опасностей, связанных с взвешенными в воздухе твердыми частицами, такими как обычная пыль, туман и дым.

Обратите внимание, что люди с **нарушенными функциями легких** (например, из-за астмы или эмфиземы), возможно, не смогут носить респиратор.



**ВАЖНО:** в экстремальных условиях, когда вы можете подвергнуться воздействию токсичных газов от взрыва или асбеста от обрушившегося здания, всегда обращайтесь за советом к специалисту относительно наиболее подходящего дыхательного аппарата

# МАСКИ-РЕСПИРАТОРЫ С ФИЛЬТРОМ

Респиратор-маска или закрывающий половину лица респиратор помогут работать в местах, где может использоваться слезоточивый газ или перцовый аэрозоль, или где воздух густой от дыма, пыли или других твердых частиц.



**1** ОДНОРАЗОВЫЕ КОНТЕЙНЕРЫ С РЕЗЬБОЙ ИЛИ ШТЫКОВЫМ ЗАМКОН ФИЛЬТРУЮТ ВОЗДУХ ОТ РАЗЛИЧНЫХ ОПАСНОСТЕЙ, ТАКИХ КАК ЧАСТИЦЫ, ГАЗЫ, ВИРУСЫ, БАКТЕРИИ И Т. Д.

**2** СТЕКЛО/ЩИТОК ОБЕСПЕЧИВАЕТ ХОРОШИЙ ПАНОРАМНЫЙ ОБЗОР, НО ВСЕГДА ПРОВЕРЯЙТЕ ЕГО НА УДАРОПРОЧНОСТЬ ОТ СНАРЯДОВ

**3** ГОЛОВНЫЕ РЕМНИ ЗАКРЕПЛЯЮТ РЕСПИРАТОР – ВОЗМОЖНО, ВАМ ПРИДЕТСЯ БЫСТРО ЕГО НАДЕВАТЬ

# МАСКИ-РЕСПИРАТОРЫ С ФИЛЬТРОМ



- Обычно маски-респираторы изготавливаются из мягкого и пластичного силикона или галогенированного бутилкаучука, который легко обеззараживать и протирать
- Привинчивающийся контейнер/фильтр необходимо заменять после нескольких часов в тяжелых условиях, так что всегда берите с собой запасной
- Респиратор должен быть закреплен таким образом, чтобы обеспечить плотное прилегание к лицу. Волосы на лице помешают плотному прилеганию
- Модели с фильтрами сбоку помогают снизить нагрузку на шею и обеспечивают хороший обзор вниз
- Диафрагма позволяет слышать ваш голос через маску, но после длительного ношения может начать мешать или давить
- Примите во внимание совместимость с другими СИЗ, которые могут вам понадобиться (например, как быстро вы сможете надеть респиратор, если на вас защитный шлем?)
- Людям, которые носят очки с диоптриями, потребуется респиратор, в который можно вставить корректирующую линзу
- Респираторы закрывающие только нижнюю половину лица, могут быть более подходящими в ситуациях, когда требуется защита для глаз баллистического класса
- Обратите внимание, что некоторые респираторы входят в перечень предметов, подлежащих контролю, поэтому вам может потребоваться лицензия на их ношение





## ФИЛЬТРУЮЩИЕ РЕСПИРАТОРЫ

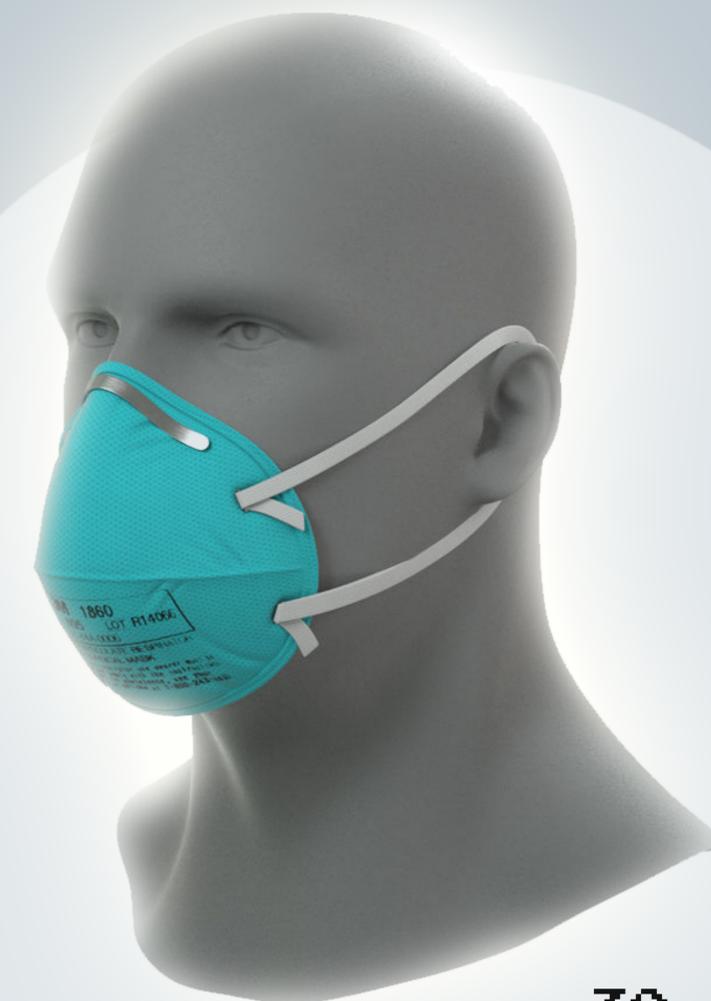
Респираторы предназначены для уменьшения вреда от частиц в воздухе, таких как пыль, пыльца, дым, и классифицируются в зависимости от эффективности предоставляемой защиты.

Респираторы обычно изготавливаются из синтетических пластиковых волокон с ремешками из полиизопрена. Крепление на ремешок вокруг головы (а не за ушами) считается более эффективным для обеспечения плотного прилегания к лицу. Некоторые респираторы имеют клапанные фильтры, которые обычно изготавливаются из полипропилена.



**ВСЕГДА:** проверяйте, что ваша маска плотно прилегает к коже, надевайте и снимайте ее должным образом и мойте руки до и после снятия

**НИКОГДА:** не носите поврежденный или неисправный респиратор, не прикасайтесь к его передней части и не носите ее дольше, чем указано в рекомендациях производителя





## ФИЛЬТРУЮЩИЕ РЕСПИРАТОРЫ

### ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

- Существуют разные модели респираторов. Некоторые из них имеют чашеобразную форму и довольно жесткие, а другие складываются компактно, и их проще хранить
- Фильтрующий материал способствует плотному прилеганию к лицу, заставляя вдыхаемый воздух проходить через материал респиратора, а не по краям
- Дыхательные клапаны — часть конструкции многих видов респираторов. Обратите внимание, что дыхательные клапаны не обязательно повышают уровень защиты — они могут регулировать, насколько быстро воздух выходит из респираторов. Это полезная характеристика для тех, кто носит очки, поскольку помогает предотвратить запотевание линз
- Некоторые респираторы имеют металлическую полосу на переносице для более плотного прилегания
- Большинство производителей оговаривают, что респираторы предназначены только для одноразового использования
- Имейте в виду, что с начала пандемии COVID-19 было произведено значительное количество поддельных респираторов



# ФИЛЬТРУЮЩИЕ РЕСПИРАТОРЫ



**FFP3 / N99 / P3 / N100**

**FFP3 ОТФИЛЬТРОВЫВАЕТ ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО 99% ЧАСТИЦ**



**P3 ОТФИЛЬТРОВЫВАЕТ ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО 99,95% ЧАСТИЦ**

**N100 ОТФИЛЬТРОВЫВАЕТ ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО 99,97% ЧАСТИЦ**



**FFP2 ИЛИ P2**

**ОБЕ МОДЕЛИ ОТФИЛЬТРОВЫВАЮТ ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО 94% ЧАСТИЦ**

**FFP2 – ЕВРОПЕЙСКАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ EN 149 – 2001**

**P2 – АВСТРАЛИЙСКАЯ/ НОВОЗЕЛАНДСКАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ AS/NZA 1716:2012**



# ФИЛЬТРУЮЩИЕ РЕСПИРАТОРЫ И МАСКИ

## KN95

КИТАЙСКАЯ  
КЛАССИФИКАЦИЯ,  
КОТОРАЯ ОТНОСИТСЯ  
К СТАНДАРТАМ  
GB2626-2006

ОТФИЛЬТРОВЫВАЕТ  
ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО  
94-95% ЧАСТИЦ

## FFP1 / P1

ОТФИЛЬТРОВЫВАЕТ  
ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО  
80% ЧАСТИЦ.

ПРЕДЛАГАЕТ ЛИШЬ  
ОГРАНИЧЕННУЮ ЗАЩИТУ  
И БОЛЬШЕ ПОДХОДИТ  
ДЛЯ РЕМОНТНЫХ  
РАБОТ ПО ДОМУ

## ТКАНЕВЫЕ МАСКИ/ ПОКРЫТИЯ ДЛЯ ЛИЦА

ПОМОГАЕТ  
ПРЕДОТВРАТИТЬ  
РАСПРОСТРАНЕНИЕ  
МИКРОБОВ НОСИТЕЛЕМ,  
НО НЕ ОБЕСПЕЧИВАЕТ  
ДОСТАТОЧНОЙ ЗАЩИТЫ  
ДЛЯ САМОГО ВЛАДЕЛЬЦА

ТО ЖЕ КАСАЕТСЯ  
И САМОДЕЛЬНЫХ  
ПОКРЫТИЙ ДЛЯ ЛИЦА



**ВАЖНО:** Дополнительные категории стандартов безопасности и классификации респираторов можно найти на веб-сайте CDC



# ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ И ОБОРУДОВАНИЕ

## НАКОЛЕННИКИ/ НАЛОКОТНИКИ

- Используется при занятиях спортом, например скейтбординге

- Сконструированы, чтобы смягчить удар локтями и коленями при падении

- Эта модель имеет пластиковый щиток из полипропилена, который прикреплен к мягкому набивному материалу



## ЖИЛЕТ С ОТРАЖАТЕЛЯМИ

- Недорогой предмет защиты, который сделает вас более заметным в темноте

- Обычно бывают желтыми, оранжевыми или красными

- Должны иметь сертификацию EN ISO 20471

- Для сохранения интенсивности цвета стирать в холодной воде



## ЗАЩИТНЫЙ ЧЕХОЛ ДЛЯ УДОСТОВЕРЕНИЯ «ПРЕССА»

- Прозрачный чехол для быстрой идентификации

- Закрепляется вокруг руки на липучке

- Более безопасен для ношения во враждебной среде, так как за шнурок вокруг шеи могут потянуть или придушить



## ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ И ОБОРУДОВАНИЕ

1

В СИТУАЦИЯХ, КОГДА ТРЕБУЮТСЯ  
СИЗ, ЛУЧШЕ НАДЕВАТЬ ТУФЛИ ИЛИ  
БОТИНКИ СО ШНУРОВКОЙ, ПОДДЕРЖКОЙ  
ЩИКОЛОТКИ И ТОЛСТОЙ ПОДОШВОЙ



2

ИЗБЕГАЙТЕ ЛЕГКОВОСПЛАМЕНЯЮЩЕЙСЯ  
ОДЕЖДЫ (НАПРИМЕР, ИЗ НЕЙЛОНА),  
КОТОРАЯ МОЖЕТ ПРИЛИПАТЬ К КОЖЕ  
И ВЫЗЫВАТЬ ОЖОГИ. ЛУЧШЕ  
ИСПОЛЬЗОВАТЬ ХЛОПЧАТУБУМАЖНЫЕ  
ИЛИ ОГНЕСТОЙКИЕ ТКАНИ



3

ИЗБЕГАЙТЕ НОШЕНИЯ ОДЕЖДЫ  
В СТИЛЕ МИЛИТАРИ, БОЛЬШОГО  
КОЛИЧЕСТВА ОДЕЖДЫ ЧЕРНОГО ЦВЕТА,  
ОПРЕДЕЛЕННЫХ ЛОГОТИПОВ, СЛИШКОМ  
СВОБОДНОЙ ИЛИ ТЕСНОЙ ОДЕЖДЫ

