

# **Инструкция по технике безопасности и обеспечению охраны здоровья**

Инструкция по организации соблюдения техники безопасности и обеспечения охраны здоровья, а также плана спасательных работ во время проведения трейлраннингового забега.

## **А. Подготовка, необходимая для проведения безопасного и хорошо организованного мероприятия**

- I. Организаторы забега, ответственные за проведение мероприятия
- II. Ключевые характеристики соревнования
- III. Изучение местности
- IV. Карта
- V. Страхование и договоры

## **В. Необходимые меры, предпринимаемые во время забега**

- VI. Погода
- VII. Коммуникация
- VIII. Транспорт

## **С. Меры предосторожности**

- IX. Обязательная экипировка участника забега
- X. Разметка маршрута
- XI. Безопасность на дорогах
- XII. Контроль передвижения участников забега и сошедших с дистанции
- XIII. Завершение забега
- XIV. Пункт(ы) медицинской помощи

## **Д. План спасательных работ и оказания медицинской помощи**

- XV. Минимальные цели
- XVI. Регламент
- XVII. Персонал
- XVIII. Материальная база
- XIX. Оценка возможных препятствий и сложностей
- XX. Основные положения

## **Предисловие**

Организатор забега обязан организовать исполнение плана по обеспечению безопасности и предпринять соответствующие меры, чтобы:

- (1) снизить количество несчастных случаев и обеспечить доступ ответственного персонала к необходимой информации;
- (2) оказать помощь и провести мероприятия по спасению тех участников, которые оказались в чрезвычайной ситуации.

В обязанности организатора входит обеспечение максимальной безопасности всех участников мероприятия (включая самих организаторов, сотрудников и волонтеров, обслуживающий персонал, местные должностные лица, бегунов и зрителей).

Необходимо довести до сведения участников забега, что зачастую именно они первыми появляются на месте, где возникла чрезвычайная ситуация, поэтому они также несут ответственность и должны быть готовы оказать помощь тому, кто находится в опасности.

Участники забега должны иметь адекватное представление о той природной среде, в которой расположена дистанция, т.е. необходимо знать ключевые особенности местности и уважительно относиться к окружающей природе.

Участники забега несут ответственность за себя и должны знать правила и положения забега. Они также должны трезво оценивать свои психические и физические способности, быть достаточно натренированными и иметь при себе необходимое оборудование.

В вопросах обеспечения пищи, воды, одежды и безопасности участники забега должны быть в состоянии полностью пройти дистанцию автономно или полуавтономно. Это предполагает, что участники должны быть готовы адаптироваться к возможным или неожиданным ситуациям и справляться с ними (напр., наступление темноты, плохие погодные условия, физические недомогания, травмы и т.д.).

Трейлраннинговые мероприятия характеризуются следующими особенностями:

- Автономный или полуавтономный бег, который может предполагать преодоление длинных дистанций и значительный набор высоты;
- Бег в природной среде;
- Вероятность бега в ночное время;
- Изменение погодных условий, особенно если дистанция отличается большой протяженностью;
- Прохождение по участкам, добраться до которых можно только пешком;
- и т.д....

Трейлраннинговые мероприятия должны проводиться с учетом необходимых мер и способов организации безопасности, указанных в данном документе, чтобы предусмотреть возможные следствия особенностей данного вида спорта.

## **А. Подготовка, необходимая для проведения безопасного и хорошо организованного мероприятия**

### **I. Организаторы забега, ответственные за проведение мероприятия**

#### **1) Директор забега**

Обязан/а обеспечить успешное проведение мероприятия.

#### **2) Специалист по обеспечению безопасности и организации дистанции**

В круг его/ее обязанностей входит предотвращение любых рисков или опасностей (разметка дистанции, обеспечение безопасности на опасных участках).

#### **3) Руководитель спасательными операциями**

Вместе с руководителем медицинской службы несет ответственность за соблюдение планов спасательных операций и обеспечения здоровья.

#### **4) Руководитель медицинской службы**

Необходимо иметь медицинское образование.

Должность может быть совмещена с Руководителем спасательными операциями.

Настоятельно рекомендуется заключение руководителем медицинской службы официального договора с организаторами мероприятия, в котором описаны его/ее обязанности.

## **II. Ключевые характеристики соревнования**

Для составления предварительного плана по обеспечению безопасности и оказания медицинской помощи необходима следующая информация:

- Предполагаемое количество участников;
- Характеристики дистанции (рельеф, участки повышенной сложности);
- Протяженность и перепады высот;
- Крайние точки высот (наивысшая и низшая точки дистанции);
- Возможные погодные изменения;

- Особенности: количество станций помощи, необходимость бега в ночное время;
- Максимальное время забега;
- Предположительный результат по времени первого и последнего участника на разных чек-пойнтах (контрольных точках);
- Контрольное время преодоления дистанции.

### III. Изучение местности

**Предварительное изучение маршрута(-ов) на местности необходимо осуществить, чтобы:**

- Обеспечить GPS-трекинг маршрута;
- Выявить возможные риски и опасности;
- Определить, какие маршруты можно использовать в качестве запасных в том случае, если безопасное прохождение участников забега по основному маршруту нельзя гарантировать. Например, такая ситуация может возникнуть при экстремальных погодных условиях (см. пункт VI. Погода);
- Определить расположение:
  - Точек, с помощью которых осуществляются спасательные мероприятия;
  - Транспортных средств для трансфера участников, которые сошли с дистанции;
  - Контрольных точек;
  - Станций помощи;
- Определить, имеется ли доступ к вышеозначенным точкам, и продумать возможные способы трансфера к ним (автобус, внедорожник, квадроцикл, мотоцикл, переход пешком, вертолет и т.д.);
- Проверить системы коммуникации (см.: VII. Коммуникация).

Необходимо учесть:

- Наличие/отсутствие поблизости медицинских учреждений;
- Наличие/отсутствие местных служб спасения (пожарные, скорая помощь);
- Наличие/отсутствие возможных укрытий для участников забега (спортзалы, хижины и т.д.).

### IV. Карта

**Это важнейший элемент, позволяющий всем участникам мероприятия иметь необходимые сведения о территории, на которой проходит забег, а также легко ориентироваться на местности.**

Карта должна быть:

- Одинакова для всех участников мероприятия;
- Определенного масштаба (минимум 1/50 000);
- **Скорректирована относительно зоны, в которой проходит дистанция;**
- **С сеткой и GPS-координатами;**
- **С легендой, поясняющей используемые символы.**

Для каждой дистанции карта должна включать в себя:

- Расположение основных и запасных маршрутов с указанием:
  - Точек старта, финиша и, при необходимости, размещения организаторов;
  - Контрольных точек;
  - Временных ограничений;

- Станций помощи; они могут предоставлять как пищу и питье, так и только питье;
- Точек, с помощью которых проводятся спасательные операции;
- Опасных зон;
- Цветовую разметку, с помощью которой можно **определить** местонахождение:
  - Основного маршрута;
  - Запасных маршрутов;
  - Опасных зон.

## **V. Страхование и договоры**

### **Договоры**

Составление договоров необходимо, поскольку оно позволяет **осуществлять отношения в правовых рамках**.

Любая активность, делегируемая лицу, оказывающему услуги (вне зависимости от того, осуществляется ли деятельность за плату или за добровольческой основе), или осуществляемая сотрудниками местных органов власти, должна быть делегирована посредством **письменного договора**.

### **Страхование**

#### Обязательное:

Страхование гражданской ответственности: сущность данного страхования зависит от местного законодательства (под местной подразумевается территория, на которой располагается штаб-квартира организаторов мероприятия). Данное страхование оформляется для покрытия возможных рисков, связанных с организацией мероприятия.

Данное страхование должно оформляться в страховой компании со значительными финансовыми ресурсами.

#### Рекомендованное:

Организаторам настоятельно рекомендуется оформить страхование участников забега и членов команды организаторов, покрывающее:

- Расходы на спасательные операции. Страховая сумма должна быть рассчитана с учетом природных условий, в которых проложен маршрут;
- Репатриацию и медицинские расходы.

Необходимо составить список всех лиц, оказывающих какие-либо услуги и принимающих участие в мероприятии; при этом необходимо указать их роль. Кроме того, следует рекомендовать им оформить собственную страховку гражданской ответственности, если они не входят в страхование, оформленное организацией.

## **V. Необходимые меры, предпринимаемые во время забега**

### **VI. Погода**

Экстремальные погодные условия и/или другие внезапные изменения могут представлять серьезную опасность (экстремальный холод или жара; проливной дождь, гроза; снег, сильный ветер, ограниченная видимость, засуха).

Организатор должен обеспечить надежный источник метеорологической информации до и во время забега. Данный источник должен быть широко известным поставщиком услуг, способным предоставлять надежные данные.

Прогнозы погоды должны содержать минимум следующие данные:

- Прогноз температуры и возможных ее диапазонов на разных высотах;
- Точка, из которой дует ветер, и сила ветра;
- Ветро-холодовой индекс;
- Влажность;
- Продолжительность и количество осадков.

В зависимости от места проведения забега могут потребоваться и другие данные об окружающей среде (приливы и отливы, снежные бури, песчаные бури, загрязнение и т.д.).

Важно:

- 1) Проконсультироваться с руководителем медицинской службы и другими лицами, хорошо знающими местность;
- 2) До начала забега проинформировать участников о прогнозе погодных условий, чтобы у них была возможность подготовить соответствующую экипировку;
- 3) Спланировать запасные маршруты, по которым можно обойти зоны, в которых погодные условия представляют опасность;
- 4) Иметь возможность в любой момент и оперативно остановить проведение мероприятия, особенно в случае значительного ухудшения погодных условий.  
*NB: также очень важно иметь актуальные обновляемые данные о прогнозе погоды (обновление должно происходить не реже, чем один раз в шесть часов) и принимать соответствующие решения по ходу забега.*

## VII. Коммуникация

Эффективность обеспечения безопасности и проведения спасательных работ в значительной степени зависит от надежности и эффективности способов передачи информации.

Используемая система связи должна обеспечивать **максимально возможную бесперебойность связи**. По этой причине необходимо использовать две различные технологии коммуникации (напр., радиосвязь и GSM-телефон и/или телефонные линии).

*NB: использование средств радиосвязи необходимо осуществлять в соответствии с законодательством страны, в которой проводится забег.*

Рекомендации:

- 1) Проверьте работоспособность средств связи:
  - а. До начала забега (необходимо учитывать, что качество связи зависит от погодных условий);
  - б. **Сразу после начала забега.**
- 2) Необходимо осознавать, что **провайдеры телефонной связи не гарантируют бесперебойной работы;**
- 3) Подготовьте запасные источники питания;
- 4) Используйте одну радиочастоту для связи при проведении спасательных работ и другую – для управления ходом мероприятия. Если доступна только одна радиочастота, необходимо выработать схему приоритетов связи;
- 5) Централизуйте и координируйте радиосвязь через общий центр управления (для управления ходом мероприятия и спасательными работами).
- 6) Записывайте важные сообщения, передаваемые через средства связи, чтобы обеспечить максимальную документированность и прослеживаемость событий.

## **VIII. Транспорт**

Организатор должен предусмотреть достаточное количество транспортных средств (автобусов, мини-автобусов и автомобилей) для участников забега и волонтеров. Запланированные транспортные ресурсы должны учитывать способы увеличения количества перевозимых людей для тех случаев, если забег остановлен или значительное количество участников сходит с дистанции.

## **C. Меры предосторожности**

### **IX. Необходимая экипировка участника забега**

В правилах забега и соответствующих положениях, предоставляемых участникам, должны быть указаны его особенности (степень самостоятельности или полусамостоятельности, дистанция и перепады высот, тип рельефа, особые опасности), а также:

#### **1) Определены элементы экипировки, которые должны быть надеты в течение всего забега:**

- a. Личный номер (рекомендуется также наносить на него идентификационную информацию и номер телефона для экстренных случаев);
- b. Официальный документ для удостоверения личности (в случае пересечения государственной границы);
- c. Электронный чип (в случае использования электронной хронометрии).

**2) Любые предметы, которые определены организатором забега как необходимые на всем протяжении забега:** любые элементы экипировки, предназначенные для различных погодных условий (текущих или возможных), которые позволяют участнику:

- Предотвратить чрезвычайную ситуацию (напр., налобный фонарь, одежда, питье, пища);
- В случае нештатной ситуации: обозначить свое местоположение (свисток, мобильный телефон, сигнальный огонь) и дождаться помощи (спасательное одеяло, запасная одежда).

*NB : В правилах забега и соответствующих положениях должно быть указано, что участники **обязаны иметь при себе данную экипировку и быть готовы представить ее организаторам сразу после начала забега, во время его и в зоне финиша.***

В регистрационном документе (на бумажном носителе или в электронном виде) должно быть указано, что **участник соглашается с правилами и положениями забега.**

## **X. Разметка маршрута**

Цели разметки маршрута:

- 1) Обозначить маршрут, чтобы участники забега не потерялись;**
- 2) Предупредить участников забега об определенных опасностях.**

Расстояние между отметками должно определяться характером рельефа, погодными условиями и видимостью (день/ночь).

В ночное время должны использоваться светоотражающие указатели.

Если организатор не устанавливает определенные знаки и отметки, необходимо удостовериться в том, что маршрут ясно обозначен с помощью перманентных отметок или документов, предоставляемых всем участникам (карта, дорожная книга, GPS-трек), чтобы участники забега могли придерживаться верного курса и распознавать возможные опасности.

## **XI. Безопасность на дорогах**

Если маршрут пересекает дорогу, на которой возможно движение автомобильных транспортных средств, или проходит вдоль нее, организатор должен оценить риски и необходимость нижеследующего:

- Размещение особых знаков для информирования участников дорожного движения и участников забега;
- Организация работы регулировщиков движения на определенных участках;
- При передвижении в ночное время необходимо определить средства повышения заметности как обязательные для ношения.

## **XII. Контроль передвижения участников забега и сошедших с дистанции**

Контрольные точки:

Организатор должен обеспечить работу контрольных точек (в ручном или автоматическом режиме). Настоятельно рекомендуется использование автоматической регистрации прохождения контрольной точки в случае большого количества участников мероприятия.

Первая контрольная точка должна располагаться на стартовой линии или близко к ней. Это позволит точно подсчитать количество участников и идентифицировать их. Частота контрольных точек должна быть определена с учетом особенностей дистанции (не реже, чем через каждые 15 км).

Руководители мероприятия должны регулярно получать обновляемую информацию с контрольных точек, чтобы иметь ясное представление о том, где в настоящее время находятся участники. Волонтеры, ответственные за данный подсчет, должны быть ознакомлены со схемой работы, и их деятельность должна быть приоритетной.

Ограничения по времени:

Руководители забега обязаны установить ограничения по времени, за которые участники должны или завершить забег, или покинуть обозначенную зону.

Данный ключевой аспект обеспечения безопасности основан на соблюдении временных рамок на определенном участке с целью:

- Отсеивания участников;
- Обеспечения безопасности сошедших участников и организации их возвращения в зону финиша.

Ограничения по времени должны устанавливаться для каждого забега протяженностью более 40 км, а соответствующие точки следует устанавливать на участках, откуда возможна эвакуация участников.

Сошедшие с дистанции:

Под сходом с дистанции подразумевается решение участника завершить прохождение дистанции.

При принятии подобного решения участник должен оповестить об этом организаторов забега как можно скорее.

Необходимо предварительно разработать план по сопровождению участников, сошедших с дистанции (пункт встречи, средства связи с руководителями забега, возвращение с дистанции).

## **XIII. Завершение забега**

Следует предусмотреть механизм, с помощью которого можно удостовериться в отсутствии на маршруте зарегистрированных участников, оставшихся на дистанции после окончания забега.

Для этой цели необходимо привлечение одной или нескольких команд (в каждой из которых должно быть не менее 2 человек). Их деятельность должна

проводиться с начала забега, и они должны постоянно поддерживать связь с руководством мероприятия. Ни один участник не должен оставаться без их присмотра. Данные команды не несут ответственность за участников, которые официально сошли с дистанции(1) по собственному желанию или вследствие несоблюдения временных ограничений.

(1) Правила и положения забега должны устанавливать соответствующие процедуры (снятие личного номера и т.д.).

#### **XIV. Пункт(ы) медицинской помощи**

В зависимости от количества участников и условий забега организаторы должны предусмотреть достаточное количество пунктов медицинской помощи.

Необходимо предоставить обеспечение водой и пищей, а также организовать должное информирование участников.

Следует довести посредством правил забега и соответствующих положений до сведения участников информацию о:

- Степени самостоятельности или полу-самостоятельности;
- Количестве, расположении и типах пунктов медицинской помощи.

#### **D. План спасательных работ и оказания медицинской помощи**

Необходимо проработать план спасательных работ и оказания медицинской помощи с учетом следующего:

#### **XV. Минимальные цели:**

- Должное руководство и координация действий членов медицинского персонала и лиц, участвующих в спасательных операциях;
- Адекватные знания медицинского персонала об оказании медицинской помощи с учетом особенностей трейлраннинга.
- Координация действий со здравоохранительными структурами (анти-допинг).

Медицинский персонал должен быть готов оказать спортсменам следующую помощь:

- Оказать медицинскую помощь пострадавшим лицам (участникам забега, членам команды организаторов и зрителям);
- Обеспечить должное информирование участников о сложности маршрута, номерах телефонов экстренной связи и действиях, которые необходимо предпринять в случае развития чрезвычайной ситуации.

*NB: Политика здравоохранения:*

Руководитель медицинской службы должен быть осведомлен о случаях использования руководством забега программы политики здравоохранения, проводимой ITRA. Это позволит ответственным лицам организовать совместную работу над данным вопросом ([http://www.itra.org/page/261/Health\\_policy\\_and\\_antidoping\\_fight.html](http://www.itra.org/page/261/Health_policy_and_antidoping_fight.html)).

#### **XVI. Регламент**

- Приоритет должен отдаваться ситуациям, угрожающим жизни;
- Следует организовать наблюдение случаев общей патологии и особых состояний;
- Необходимо быть готовыми к проведению мер охраны общественного здоровья (напр., организация мест для мытья рук в пунктах медицинской помощи в целях предотвращения распространения инфекций);



- Необходимо быть готовыми к нестандартным ситуациям, подразумевающим принятие специальных мер и взаимодействие с местными службами (при большом количестве жертв, напр., при массовой гипотермии).

## **XVII. Персонал**

Организатор может делегировать данный аспект проведения мероприятия специализированным поставщикам услуг посредством составления договора. Лица, принимающие участие в деятельности по обеспечению безопасности и оказанию медицинской помощи, должны обладать знаниями об особенностях оказания медицинской помощи спортсменам, занимающимся данным видом спорта (<http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs40279-014-0189-3>).

К данным лицам относятся:

- Руководитель медицинской службы (см. Пункт I);
- Врачи; предпочтение отдается тем врачам, которые имеют навыки оказания помощи в случае угрожающих жизни состояний;
- Медсестры;
- Службы быстрого реагирования (группы ликвидации ЧС, парамедики (сотрудники службы скорой помощи));
- Физиотерапевт (опционально);
- Ортопед (врач-подиатр) (опционально).

## **XVIII. Материальная база**

- **Главные Спасательные Станции (ГСС)** обычно располагаются в:

- Зонах повышенного посещения (пункт медицинской помощи и др.);
- Зонах отдыха участников;
- Зонах повышенной опасности, которая увеличивается вследствие увеличения интенсивности затрачиваемых усилий или продолжительности забега (особенно после отметки в 6 часов для лидеров забега).

- **Дополнительные подразделения спасательной службы (ДПСС)**

располагаются между главными спасательными станциями и служат для предоставления первой медицинской помощи на любом участке не позднее, чем через 30 минут. Рекомендуется размещать их в высоких точках или зонах, доступ к которым затруднен.

- **Средства для принятия оперативных мер** (вертолеты, внедорожники, мотоциклы, передвижение пешком и др.) призваны помочь принять оперативные меры в наикратчайшие сроки; при этом должен учитываться тип рельефа рассматриваемой местности.

- **Средства эвакуации** (автомобили, автобусы, кареты скорой помощи, вертолеты, внедорожники, передвижение пешком) должны быть скорректированы с учетом рельефа местности:

- Зоны, в которые можно попасть на автомобильных транспортных средствах: вмешательство должно быть осуществимо в пределах одного часа;
- Зоны, в которые невозможно попасть на автомобильных транспортных средствах: команда не менее чем из 6 тренированных лиц, способных транспортировать раненого участника, должна иметь возможность достичь места расположения пострадавшего менее чем за 2 часа.

- **Оборудование** должно быть скорректировано с учетом природных условий и тренированности тех, кто пользуется им (напр., воздушно-пузырьковая пленка для лечения гипотермии в условиях высокогорья, лед в пустынных местностях).

Автоматические внешние дефибрилляторы (АВД) можно расположить по ходу маршрута.

- **Служебные помещения:** ГСС должны быть расположены в построенных сооружениях на нижнем ярусе или больших высотах, оборудованы системой отопления и/или кондиционирования, иметь электрическое и водоснабжение. Также предпочтительно наличие телефонной линии. На 1000 участников забега необходимо предусмотреть 15 квадратных метров (без учета зоны отдыха).

#### **XIX. Оценка возможных препятствий и сложностей**

- Правовые и предписанные законом ограничения, действующие на территории, по которой пролегает маршрут забега;
- Доступные средства связи;
- Количество участников (для каждого забега и соревнований в целом). При количестве участников более 1000 человек необходимо скорректировать план обеспечения безопасности и оказания медицинской помощи;
- Сложности, связанные с временем суток (день/ночь) и временем года (зима, весна, лето, осень);
- Сложности географического характера (низина, высокогорье, береговая линия);
- Продолжительность забега;
- Затрудненный доступ к маршруту;
- Планы действий в чрезвычайных ситуациях;
- Необходимо иметь в виду, что разработанный план должен быть работоспособным, даже если погодные условия не позволяют использовать вертолет.

#### **XX. Основные положения**

- **Погодные условия:** следует внимательно отнестись к рекомендациям, изложенным в пункте VI. Погода. Если погодные условия ухудшаются и обеспечение безопасного прохождения по маршруту становится невозможным, следует использовать запасной маршрут.

*NB: - При использовании запасного маршрута увеличение масштабов плана обеспечения безопасности и оказания медицинской помощи не всегда является обязательным;*

*- Хорошие погодные условия зачастую приводят к увеличению нагрузки на медицинский персонал и лица, ответственные за проведение спасательных мероприятий, поскольку в таких условиях участники забега склонны превышать рамки своих физических возможностей.*

- **Общая штаб-квартира (организаторов забега и служб спасения).** Штаб-квартира лиц, участвующих в спасательных мероприятиях (часто совпадает со штаб-квартирой организаторов забега), необходима при участии в забеге более 1000 человек. Штаб-квартира должна располагаться в тихом месте. В ней должен присутствовать как минимум один человек, обладающий обширными знаниями о местности, в которой проводится забег, и один человек, назначенный руководителем медицинской службы. Штаб-квартира должна быть оборудована необходимыми средствами связи, а у участников забега должен иметься номер телефона, который нужно использовать в чрезвычайных ситуациях.

Должно проводиться фиксирование переговоров и совершаемых действий.

- **Критерии системы обеспечения безопасности и медицинской помощи:** данная система должна быть совместно разработана лицом, ответственным за проведение спасательных мероприятий, и директором

забега и утверждена руководителем медицинской службы до предоставления информации о системе местным властям (если в этом есть необходимость).

Данная система должна соответствовать следующим критериям:

Зона	Необходимый персонал
На стартовой линии	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Если количество участников &gt; 1000 человек: врач и медсестра;</li> <li>· Если количество участников &lt; 1000 человек: персонал для оказания неотложной помощи;</li> <li>· В случае неблагоприятных окружающих условий (1) или в изолированной местности (2): обязательное присутствие врача.</li> </ul>
У финишной черты	<ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>присутствие врача обязательно</b>, если выполняется одно из следующих условий:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- &gt; 500 участников забега;</li> <li>- время забега победителя соревнования &gt; 2 часов;</li> <li>- эвакуация на карете скорой помощи в пункт оказания скорой медицинской помощи в течение менее 30 минут невозможна;                   <ul style="list-style-type: none"> <li>· бригада скорой помощи с носилками;</li> <li>· медсестра для ассистирования врачу (если количество участников &gt;1000 человек).</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
Главные спасательные станции (ГСС)	<p>Их расположение должно быть описано в правилах и положениях забега. Обязательно постоянное присутствие лица, хорошо знакомого с маршрутом. В ГСС располагаются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Врач;</li> <li>· Медсестра;</li> <li>· Бригада скорой помощи.</li> </ul>
Дополнительные подразделения спасательной службы (ДПСС)	<p>Их расположение необязательно указывать в правилах и положениях забега. Обязательно постоянное присутствие лица, хорошо знакомого с маршрутом. Необходимо присутствие как минимум 2 лиц, которые могут оказать первую помощь.</p>
Станции отсева участников	<p>На некоторых станциях должна быть возможность удаления с дистанции тех</p>

	участников, которые признаются неготовыми для продолжения прохождения маршрута. В случае ДПСС необходимо содействие медсестры лицам, оказывающим первую помощь.
--	--

(1) Неблагоприятные окружающие условия – условия, в которых традиционные спасательные операции оказываются неподходящими, недостаточными, или их осуществление несет опасность ввиду высоты, глубины или рисков при транспортировке.

(2) Изолированная местность – местность, располагающаяся более чем в 30 минутах от медицинского учреждения, в котором оказывается помощь при состояниях, угрожающих жизни.

### **Библиография**

- Martin D. Hoffman, Andy Pasternak, Ian R. Rogers, Morteza Khodaei, John C. Hill, David A. Townes, Bernd Volker Scheer, Patrick Basset, et al. Medical Services at Ultra-Endurance Foot Races in Remote Environments: Medical Issues and Consensus Guidelines, Sports Med. 2014, Volume 44, Issue 8 , pp 1055-1069 (<http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs40279-014-0189-3>)
- Hoffman MD, Rogers IR, Joslin J, Asplund CA, Roberts WO, Levine BD, Managing collapsed or seriously ill participants of ultra-endurance events in remote environments. Sports Med. 2015 Feb ;45(2): 2012.