

УДК 159.92:355.5
ББК 88.26-353:68.436
Э54

Переводчик Владимир Егоров
Редактор Наталья Нарциссова

Эмерсон К.

Э54 Выживание в дикой природе и экстремальных ситуациях. 100 ключевых навыков по методике спецслужб / Клинт Эмерсон ; Пер. с англ. — М. : Альпина нон-фикшн, 2018. — 356 с.

ISBN 978-5-91671-791-4

Современный человек, убаюканный ложным чувством безопасности, часто ведет себя излишне расслабленно. Ведь если что-то пойдет не так, можно достать из кармана крошечный компьютер и найти в нем ответ на любой вопрос или вызвать помощь. Но что делать, если произошла катастрофа и рассчитывать приходится только на себя? Готовы ли вы к этому? Достаточно ли вы знаете и умеете, чтобы выжить — в безводной пустыне, в открытом море после крушения судна, при покушении или если в дом ворвется вооруженный грабитель? Клинт Эмерсон, отставной офицер спецназа ВМС США, описывает в своей книге навыки, многие из которых взяты из арсенала сотрудников спецслужб, а им зачастую приходится действовать в экстремальных условиях, на пределе жизненных сил, когда необходимо быстро и точно принимать единственно верные решения. В смертельно опасной ситуации, когда счет идет на доли секунды, эти навыки помогут и обычному человеку спасти жизнь — свою и окружающих.

УДК 159.92:355.5
ББК 88.26-353:68.436

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.

© Clint Emerson, LLC, 2016
The original publisher Touchstone, a Division of Simon & Schuster Inc.
© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2018

ISBN 978-5-91671-791-4 (рус.)
ISBN 978-1-5011-4390-8 (англ.)

СОДЕРЖАНИЕ

<i>К читателям</i>	13
<i>Предисловие</i>	15

Часть I. Личная подготовка

001	Будьте всегда готовы к кризисной ситуации	20
002	Комплектация носимого аварийного запаса	25
003	Без физических тренировок вы рискуете не выжить	28
004	Подготовка сумки аварийного запаса для транспортного средства	31

Часть II. Ориентирование

005	Ориентирование на местности	36
006	Ориентирование по солнцу	38
007	Ориентирование по звездам	40
008	Магнитная навигация	43

Часть III. Выживание в дикой природе

009	Минимальный носимый аварийный запас для джунглей	48
010	Сбор воды в тропическом лесу	53
011	Разжигание огня в тропическом лесу	56
012	Изготовление остроги для ловли рыбы и употребление обитателей тропического леса в пищу	58
013	Изготовление гамака из бамбука	61
014	Как действовать, если на вас нападает дикий кабан	64
015	Минимальный носимый аварийный запас для арктических условий	67
016	Сбор питьевой воды в арктических условиях	72
017	Разжигание огня в арктических условиях	75

018	Добыча пропитания для выживания при минусовых температурах	78
019	Создание укрытий, подходящих для арктических условий	81
020	Недопущение гипотермии	84
021	Минимальный носимый аварийный запас для пустыни	86
022	Отыскание питьевой воды в пустыне	90
023	Добывание огня при помощи солнечного света	93
024	Добыча пропитания и приготовление пищи в пустыне	96
025	Постройка убежища для укрытия от зноя в пустыне	99
026	Минимальный носимый аварийный запас для болотистой местности	102
027	Фильтрация воды в болотистой местности	105
028	Добывание огня при помощи мобильного телефона	108
029	Добыча пропитания в болотистой местности	111
030	Постройка находящегося на возвышении места для сна	114
031	Минимальный носимый аварийный запас для горных условий	117
032	Очищение горной воды	120
033	Разжигание костра из сырой древесины	123
034	Отыскание еды в горах	126
035	Сооружение укрытия в горах	128
036	Приемы скалолазания, полезные в критических условиях	131
037	Выживание при атаке медведя	134
038	Безопасное форсирование реки с сильным течением	139
039	Минимальный носимый аварийный запас для действий на море	141
040	Преобразование морской воды в питьевую	144
041	Пополнение запасов еды во время дрейфа в море	146
042	Изготовление плавсредства	149
043	Выживание при нападении акулы	151
044	Защита корабля от нападения пиратов	154

Часть IV. Защита ваших владений

045	Повышение уровня безопасности дома	158
046	Профиль типичного злоумышленника, вторгающегося в дом	163
047	Комплектация набора средств защиты, которые должны быть под рукой	166
048	Использование фонарика как оружия	169
049	Организация места хранения стрелкового оружия	172
050	Ваши действия при вторжении злоумышленника в дом	175
051	Проверка дома с оружием в руках	180
052	Подчинение себе злоумышленника, проникшего в дом, и контроль над ним	183
053	Импровизированные средства фиксации нарушителя и их применение	186
054	Обращение с задержанным	190
055	Побег из угоняемого автомобиля	193
056	Доступ к заблокированному автомобилю	198

Часть V. Обеспечение безопасности общественных мест

057	Изготовление самодельного замка для двери	202
058	Баррикадирование дверей, открывающихся внутрь	205
059	Баррикадирование дверей, открывающихся наружу	208
060	Действия при угрозе взрыва	211
061	Избегание хакерских атак	214
062	Выявление потенциального террориста-фанатика	217
063	Нападение из засады на агрессивно настроенного вооруженного человека	222

Часть VI. Нейтрализация угрозы общественной безопасности

064	Как перехитрить карманника	228
065	Противодействие похитителю сумок	231
066	Как перехитрить виртуального похитителя	234
067	Как предотвратить краткосрочное похищение и выжить, если оно произошло	237

068	Соппротивление при попытке похищения	240
069	Обнаружение спрятанного под одеждой оружия	243
070	Выявление смертника со взрывным устройством	246
071	Как провести удушающий прием при нападении преступника	249
072	Обезвреживание угонщика самолета	252

Часть VII. Выживание при катастрофах и стихийных бедствиях

073	Спасение от цунами	258
074	Выживание при сходе лавины	261
075	Выживание при землетрясении	264
076	Выживание в снежный буран	269
077	Выживание при торнадо и ураганах	273
078	Выживание при падении в провал	278
079	Покидание затонувшего автомобиля	280
080	Выживание в потерявшем управление поезде	282
081	Покидание загоревшегося небоскреба	287
082	Действия во время общественных беспорядков	292
083	Выживание при возникновении пандемии	295
084	Действия при возникновении массовой паники	298
085	Выживание при стрельбе на стадионе или в театре	301
086	Выживание при террористической атаке	306
087	Выживание при долгосрочном пленении	309

Часть VIII. Подача сигналов БЕДСТВИЯ

088	Подача сигнала бедствия днем	314
089	Подача сигнала бедствия ночью	317
090	Подача сигнала бедствия при помощи смартфона	320
091	Оставьте следы своей ДНК	323

Часть IX. Неотложная медицинская помощь

092	Первичная оценка состояния пострадавших	328
093	Остановка кровотечения	333
094	Первая помощь при огнестрельных ранениях	336

095	Остановка кровотечения при ранении в грудь	339
096	Действия при проникающем ранении инородным предметом	341
097	Зашивание раны	344
098	Лечение ожогов	346
099	Наложение шины при переломе	348
100	Выполнение коникотомии	351
<i>Об авторе</i>		355