

SAS túlélési zsebkönyv

**TÚLÉLÉS MINDEN
KÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT**



SZÁZAD
KIADÓ

Budapest, 2018

BEVEZETÉS

A könyv célja, hogy felkészítse az olvasót az összes túlélési helyzetre. Abban a kiváltságban lehetett részem, hogy huszonhat éves hivatásos katonai pályafutásom során a Különleges Légi Szolgálatnál, a Special Air Service-nél (SAS) szolgálhattam. Könyvem a kiképzés során és élesben egyaránt kipróbált ismeretekre épül.

Igyekszem bemutatni benne az összes elképzelhető veszélyhelyzetet és azok kezelésének módját, a természet adta lehetőségek kihasználásával. A felszerelésre csak bónuszként szabad tekinteni.

Ismernünk kell testünk működését, tudnunk kell, hogyan reagál a különböző körülményekre és helyzetekre. Tisztában kell lennünk a saját határainkkal. A leghatékonyabb, ha megfigyeljük a helyieket, és tanulunk tőlük.

A katonák és civilek kiképzése során a munkám része, hogy gondoskodjam a biztonságukról. Ezt az olvasóval nem tudom megtenni, az általam leírtak azonban már mentettek életeteket, és még több életet menthetnek meg a jövőben. Az itt leírt módszerek elsajátítása során az olvasónak figyelemmel kell lennie a környezet védelmére és az állatkínzás tilalmára, továbbá arra, hogy bizonyos módszerek jogszabályba ütközhetnek. Ez egy túlélési kézikönyv, mely olyan helyzetekre vonatkozik, amelyekben az önfenntartás a legfontosabb. Ilyen körülmények közt felmerülhet olyan kockázat, amelyet a hétköznapi életben butaság lenne vállalni.

Ez a könyv ugyan nem hivatalos kiadvány, de azzal, hogy leírom a különleges szolgálat során megszerzett túlélési ismereteimet, az a célom, hogy segítsek az olvasónak túlélővé válni.

A túlélés elsősorban mentális feladat. A fizikai felkészültség magabiztosságot és lelkiemelőt ad az életben maradáshoz.

John „Lofty” Wiseman

FIGYELMEZTETÉS

A kiadványban részletezett túlélési technikák olyan szorongató helyzetben használatosak, melyben az egyének biztonsága veszélyben van. Ennek megfelelően a könyv kiadói nem vállalnak felelősséget olyan vádért vagy eljárásért, amely a leírt technikák helytelen használata vagy az ebből adódó veszteség, sérülés vagy kár miatt indult bármely személy vagy szervezet ellen. A túlélési technikák gyakorlása és tökéletesítése során mindenképp figyelembe kell venni az ingatlantulajdonosok jogait, és minden olyan jogszabályt, amely bizonyos állat- és növényfajok védelmére, valamint a lőfegyverek és más fegyverek használatának szabályozására vonatkozik.

ALAPVETŐ KÖVETELMÉNYEK 13

FELKÉSZÜLÉS 14

Egészségügyi vizsgálatok • Csoportos expedíció •
Információgyűjtés • Tervezés

FELSZERELÉS 16

A felszerelés elrendezése • Rádió adó-vevő • GPS •
Mobiltelefon

TÚLÉLŐCSOMAG 18

TÚLÉLŐTÁSKA 21

KÉSEK 23

A kés kiválasztása • Késélesítés

SZEMBESÜLÉS A KATASZTRÓFÁVAL 26

Megpróbáltatások

VÍZ 27

Hogyan minimalizáljuk a folyadékvesztést? • Víznyerés •
Vízjelző állatok • Lepárlás • Desztillálás • Víznyerés jégből
vagy hóból • Víznyerés növényekből • Víznyerés állatokból

SÓ 36

TÚLÉLŐNAPLÓ 36

ÉGHAJLAT ÉS TEREPVISZONYOK 37

ÉGHAJLATI ÖVEK 37

SARKVIDÉK 39

Haladás • Ruházat • Menedék • Tűz • Víz • Élelem •
Élelemként szolgáló állatok • Egészség

HEGYVIDÉK 46

A terület megítélése • Leereszkedés • Felmászás •
Hó- és jégmezők • Lavina

TENGERPART 51

Parti biztonság • Úszás • Víz • Élelem • Veszélyek

SZIGETEK 56

A rendelkezésre álló források • A mentőalakulat figyelmének felkeltése • Továbbhaladás

SIVATAG 58

Víz • Menedék és tűz • Ruházat • Élelem • Egészség

TRÓPUSOK 62

Menedék • Tűz • Élelem • Veszélyek

ÉLELEM 67**TÁPÉRTÉK** 67**NÖVÉNYI TÁPLÁLÉK** 68

Az új növények vizsgálata • Fogyaszthatósági vizsgálat • Növénygyűjtés • A növények felismerése • Kerülendő növények • Ehető növények • Gyökér és gumó • Gyümölcs • Száraz termésűek • Mérgező növények

FÁK 88

Kéreg • Mérgező fák

GOMBÁK 90

Ehető gombák • Mérgező gombák

SARKVIDÉKI ÉS ÉSZAKI NÖVÉNYEK 95**SIVATAGI NÖVÉNYEK** 97**TRÓPUSI NÖVÉNYEK** 99

Mérgező trópusi növények

TENGERPARTI NÖVÉNYEK 105

Hínárok

ÁLLATI TÁPLÁLÉK 107

Zsákmánykeresés • Emlősök • Hüllők • Madarak • Rovarok • Veszélyek • Csapdák és az állatok csapdával való elejtése •

Vadászat • Fegyverek • A vadászat veszélyei • A zsákmánnyal kapcsolatos teendők

HAL ÉS HALÁSZAT 146

Horgászat • Halcsapdák • Egyéb módszerek • Sarkvidéki halászat • A hal elkészítése

TÁBOROZÁSI TECHNIKA 157

MENEDÉKKÉSZÍTÉS ÉS TÁBORVERÉS 157

Hol táborozzunk le? • Menedékfajták • Trópusi menedék • Sarkvidéki menedék • Menedék hosszabb időre

TŰZ 173

Előkészületek • Egyéb tüzelőanyagok • Tűzgyújtás • A tűz fajtái

ÉTELKÉSZÍTÉS 184

Ételkészítési módszerek • Hasznos eszközök • Ételkészítési javaslatok

AZ ÉTEL TARTÓSÍTÁSA 192

Száritás • Lében és sóban pácolás

TÁBORSZERVEZÉS 195

Tábori higiénia • A tábor elrendezése • Tábori fegyelem

SZERSZÁMOK 198

Kőszerszámok • Csontszerszámok • Balta

A TÁBOR BERENDEZÉSE 203

Ágyak

ÁLLATI TERMÉKEK 205

Bőr és prém • Ruházat

KÖTÉL ÉS ZSINÓR 207

Hogyan vigyázzunk a kötélre? • Hogyan dobjuk el a kötelet? • Kötéلكészítés

CSEMŐK 209

Egyszerű csemők • Kötelek összekötése • Hurokkészítés • Létrák • Hurkok • A kötél megrövidítése • Teher rögzítése • Rögzítőkötések • Horgászcsomók

**ELIGAZODÁS A TÉRKÉPEN
ÉS A TERMÉSZETBEN** 227**TÉRKÉPEK** 227

A térkép értelmezése

TÁJÉKOZÓDÁS 229

Iránymutató növények • Tájékozódás az égbolt segítségével

VÁRHATÓ IDŐJÁRÁS 237**ÚTKÖZBEN** 243**DÖNTÉS A HELYVÁLTOZTATÁSRÓL** 243

Előkészületek • Szánkészítés

AZ ÚT MEGTERVEZÉSE 245

Haladás folyó mentén • Iránytartás

HALADÁS CSOPORTOSAN 247

A feladatok kiosztása • Sebesség és haladás

ÉJSZAKAI HALADÁS 248**HALADÁS MAGASAN FEKVŐ TERÜLETEN** 248

Meredek hegyoldalak

HALADÁS A DZSUNGELBEN 249**HALADÁS VÍZEN** 250

Tutajok • Átkelés a folyón • Segédeszközök

ÉLETBEN MARADÁS VÍZEN 257

A HAJÓ ELHAGYÁSA 257

A VÍZBEN 258

Életben maradás a mentőcsónakban • Védelem • Haladás • Közeli szárazföldre utaló jelek • Jeladás vízen • Egészség • Víz • Élelem • Halászat • Veszélyes halak • Cápák

PARTRA ÉRÉS 270

MEGMENEKÜLÉS 271

JELADÁS 271

Füstjelzések

JELZÉSEK ÉS KÓDOK 273

Föld-levegő jelzések készítése • Föld-levegő jelzések • Üzenetküldés • Morzekód • Testjelzések • A hegyimentők jelzései • Rakéták • Tájékoztató jelzések

KERESÉS 284

HELIKOPTERES MENTÉS 284

A leszállóhely kiválasztása és előkészítése • Csörlőzési módszerek

EGÉSZSÉG 287

ELSŐSEGÉLY 287

Fontossági sorrend • Kockázatcsökkentés

ESZMÉLETLEN SÉRÜLT 288

Eszméletlen, de lélegzik

LÉGZÉS ÉS PULZUS 288

A légzés megszűnése

FULDOKLÁS ÉS ELZÁRT LÉGUTAK 289

Speciális esetek • A fulladás megakadályozása

- NINCS LÉGZÉS/PULZUS** 291
Vízbe fulladás • Áramütés • Villámcsapás • Mérgezés • Szívroham
- MESTERSÉGES LÉLEGEZTETÉS** 293
Szájból szájba lélegeztetés • Silvester-módszer • Holger Nielsen-módszer
- VAN-E SZÍVVERÉS?** 296
- SZÍVMASSZÁZS** 296
- MESTERSÉGES LÉLEGEZTETÉS ÉS SZÍVMASSZÁZS** 298
- VESZÉLYES VÉRZÉSEK** 298
Artériás vérzés • Kisebb vérzések • Belső vérzések
- SEBEK ÉS KÖTSZEREK** 301
Sebek összevarrása • Nyílt kezelés
- ÉGÉS** 303
Égésfajták
- CSONTTÖRÉS** 303
Törésfajták
- RÁNDULÁS** 310
- FICAM** 310
Ficamfajták
- SOKK** 311
- KÖTÖZÉS** 312
- ENYHÉBB PANASZOK** 313
- A SÉRÜLT MOZGATÁSA** 314
A beteg hordágyra helyezése • Hogyan emeljük meg a sérültet egyedül?
- SZÜLÉS VÉSZHELYZETBEN** 318
- HARAPÁSOK** 319

MÉRGEZÉS 320

ÁLTALÁNOS EGÉSZSÉGI PROBLÉMÁK 321

FERTŐZŐ BETEGSÉGEK 321

Világszerte előforduló fertőző betegségek

**MELEG ÉGHAJLATON JELLEMZŐ
FERTŐZÉSEK** 324

Vízi eredetű megbetegedések • Rovarok által terjesztett megbetegedések

**MELEG ÉGHAJLATON JELLEMZŐ
BETEGSÉGEK** 325

A HIDEG ÉGHAJLAT VESZÉLYEI 327

TERMÉSZETES GYÓGYMÓDOK 328

Növényi készítmények • Orvosságok gyakori problémákra

TRÓPUSI GYÓGYNÖVÉNYEK 333

HARAPÁSOK ÉS MARÁSOK 340

MÉRGES KÍGYÓK 343

GYÍKOK 348

KROKODILOK ÉS ALIGÁTOROK 349

VESZÉLYES VÍZIÁLLATOK 350

Folyók • Tengerek és folyók • Sós vizek • Trópusi vizek

EGYÉB VÍZIÁLLATOK 354

STRATÉGIÁK KATASZTRÓFA- HELYZET ESETÉRE 357

A KATASZTRÓFA ELŐREJELZÉSE 357

ASZÁLY 357

TŰZVÉSZ 359

Erdőtűz • Égő épület • Égő jármű • Tűzeset a levegőben

ÁRVÍZ 365

SZÖKŐÁR 368

LAVINA 369

Táblalavina • Porhólavina • Vizeshó-lavina

HURRIKÁN 370

Óvintézkedések

TORNÁDÓ 372

Óvintézkedések

VILLÁMLÁS 373

FÖLDRENGÉS 375

Óvintézkedések • Földrengés után

VULKÁNKITÖRÉS 378

A kitörés veszélyei

GÉPJÁRMŰVEK 380

Indulás előtt • Meleg éghajlat • Hideg éghajlat •

Általános tanácsok

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS 384