

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПРОВАЛИВАНИИ ПОД ЛЕД

Если под Вами провалился лед, удерживайтесь от погружения с головой, широко раскинув руки. Выбирайтесь на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги. Выбравшись, откатитесь, а затем ползите в сторону.

Оказывая помощь провалившемуся человеку, приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Подложите под себя лыжи, доску, фанеру. За 3-4 метра до полыньи бросьте пострадавшему спасательные средства - лестницу, веревку, спасательный шест, связанные ремни или шарфы, доски и т.д. Вытащив пострадавшего, выбирайтесь из опасной зоны ползком.

ОСТОРОЖНО – ТОНКИЙ ЛЕД!

С наступлением морозов на реках и озерах устанавливается ледяной покров. Однако первый лед еще тонок и очень опасен. Ежегодно на водоемах края гибнут более 100 человек, из них 20% - в период с октября по апрель. Для того, чтобы на льду не случилось трагедии, **соблюдайте меры безопасности:**

1. Прежде, чем пройти по льду, внимательно осмотрите ледяной покров реки или озера.
2. Постарайтесь заметить тропу или следы. Если их нет, еще с берега наметьте свой маршрут.
3. Посмотрите, нет ли подозрительных мест с тонким или рыхлым льдом: вблизи кустов, камыша, под сугробами, в местах с быстрым течением, на участках впадения ручьев и притоков, сточных вод.
4. Возьмите с собой крепкую палку – пешню.
5. Осторожно спускайтесь с берега: лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух.
6. При выходе на лед проверьте его прочность пешней. Если после первого удара лед пробивается или трещит, на нем появляется вода, немедленно остановитесь и возвращайтесь обратно по своим следам. Первые шаги на обратном пути надо делать, не отрывая подошвы ото льда.
7. Никогда не проверяйте плотность льда ударом ноги!
8. Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости!
9. Очень опасно выходить на лед и кататься на льдинах весной.

Какой лед можно считать безопасным?

Для одиночного пешехода – зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см. Массовая пешая переправа может быть организована при толщине льда не менее 15 см.

При групповом переходе по льду двигайтесь на расстоянии 5 – 6 м друг от друга, внимательно наблюдая за идущим впереди.

Для перевозки каких либо грузов, особенно небольших по размерам, но тяжелых, следует положить их на санки или брусья с большой площадью опоры.

Во время рыбной ловли не рекомендуется на небольшой площадке пробивать много лунок, прыгать и бегать по льду, собираться большими группами.

Что делать, если вы провалились под лед:

- Не поддавайтесь панике! Действуйте решительно и не мешайте себе страхом.
- Широко раскиньте руки по кромкам льда и удержитесь от погружения головы.
- Стараясь не обламывать кромку, без резких движений выбирайтесь на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.
- Выбравшись из пролома, надо, не вставая, откатиться подальше от опасного места, а затем ползти в ту сторону, откуда пришел.

Если на ваших глазах провалился человек:

- Немедленно крикните, что идете на помощь. Приблизиться к полынье можно только ползком, широко раскинув руки. Положите под себя лыжи, доску, фанеру, чтобы увеличить площадь опоры.
- Не подползайте к самому краю полыньи. Бросать связанные ремни или шарфы, шесты или доски надо за 3 – 4 м. Когда спасателей двое – трое, следует лечь на лед и, взяв друг друга за ноги, цепочкой двигаться к полынье.
- Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на лед и ползком выбраться из опасной зоны. Затем как можно быстрее доставить его в теплое место, разотрите, переоденьте в сухую одежду и напоите горячим чаем.

ВНИМАНИЕ! ТОНКИЙ ЛЕД

Весной и осенью спасателям часто приходится вытаскивать людей, провалившихся под лед. Особенно он подводит человека в марте – апреле и в октябре – декабре. Период март – апрель – это сезон хрупкого весеннего льда, ледоходов, паводков и наводнений. Риск оказаться в холодной воде в это время многократно повышается. В октябре – декабре, когда водоемы покрываются ледяным панцирем, он тоже непрочен и легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники. Нередко в эту пору школьники, отправившиеся покататься на коньках на речку, а также прочий рискованный люд проваливаются под лед в холодную воду. Спасение любителей покататься по тонкому льду и горе – рыбаков обходится бюджету в круглую сумму. В общем, лед подводит наших неосмотрительных сограждан, как весной, так и осенью.

Необходимо знать, что основной характеристикой безопасности льда является его толщина. Для одного человека она составляет 5 см., а если он с грузом – 7 см., для группы людей – 7 – 9 см. Показатели безопасности льда для транспорта следующие: для легкового автомобиля – 26 см., а для автомобиля типа ГАЗ-53 – 44 см.

Наиболее опасные участки находятся в местах быстрого течения и стока теплых вод, а также там, где имеются полыньи или водоросли, вмёрзшие в лед. Дополнительную опасность весной представляет собой талая вода, появляющаяся на поверхности льда. Она способствует скольжению и падению человека. При этом можно получить травму, промочить одежду и переохладиться.

Провалившись под лед, человек попадает в холодную воду.

СПРАВКА. Что испытывает человек, неожиданно оказавшийся в ледяной воде? У него перехватывает дыхание. Голову будто сдавливает железный обруч. Сердце начинает сильно стучать, артериальное давление подскакивает до угрожающих пределов. Мышцы груди и живота рефлекторно сокращаются, вызывая сначала выдох, а затем вдох. Непроизвольный дыхательный акт особенно опасен, если в этот момент голова находится под водой, ибо человек может захлебнуться. Пытаясь защититься от смертельного воздействия холода, организм включает в работу систему теплопроизводства – механизм так называемой холодной дрожи. Однако через некоторое время этого тепла становится недостаточно, чтобы компенсировать теплотери, и организм вновь начинает охлаждаться.

Скорость охлаждения организма человека, попавшего в воду, зависит, прежде всего, от температуры воды, физического состояния того, кто оказался в воде, а также от толщины его подкожно-жирового слоя, теплозащитных свойств одежды.

Скорость охлаждения определяет время безопасного пребывания человека в воде. При температуре воды 24⁰С оно составляет 7 – 9 часов, при 5⁰ – 15⁰С – 3 – 4,5 часа, при 2⁰ – 3⁰С – 10 – 15 минут, а при -2⁰С – не

более 5 – 8 минут. Конечно, указанные сроки не абсолютны и могут варьироваться в ту или иную сторону.

Основными признаками переохлаждения являются озноб, дрожь, нарушение сознания, бред, галлюцинации, неадекватное поведение, посинение или побледнение губ, снижение температуры тела.

Первая медицинская помощь людям, извлеченным из воды, должна быть направлена на быстрое восстановление температуры тела, активное согревание всеми имеющимися средствами. Для этого необходимо:

- Как можно скорее поместить пострадавшего в аварийно-спасательный автомобиль или в помещение спасательной станции, тем самым, защитив его от ветра и прекратив воздействие низкой температуры окружающей среды;
- Снять с пострадавшего мокрую одежду и обувь;
- Протереть тело полотенцем или мягкой губкой;
- Укрыть теплым одеялом (пледом), теплоизолирующим средством или накинуть простыню;
- Если человек в сознании, его следует напоить горячим чаем, который должен быть в аварийно-спасательном автомобиле в термосе.

Оказав первую помощь, необходимо как можно быстрее доставить пострадавшего в медицинское учреждение или передать бригаде скорой помощи.

Интенсивное искусственное дыхание и непрямой массаж сердца давали удивительный результат даже через 10 – 15 минут и более после того, как человек утонул в холодной воде.

Помни! При оказании помощи человеку, длительное время находившемуся в холодной воде (в состоянии гипотермии), ни в коем случае нельзя давать ему алкогольные напитки. Алкоголь не только окажет угнетающее действие на его центральную нервную систему, но, кроме того, расслабляя спазмированные холодом сосуды конечностей, усилит поступление холодной крови к сердцу. Алкоголь в таком случае провоцирует резкое неуправляемое снижение внутренней температуры тела. А это может привести к летальному исходу. Растирание спиртом или водкой конечностей и отдельных участков тела малоэффективно.

ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ЛЬДУ

С наступлением холодов, когда начинают замерзать реки, озера, пруды, на скользкую поверхность льда устремляются дети и молодежь. Особенно неосторожны бывают дети. Но и взрослые люди не всегда считаются с опасностью провала на льду. Нередко, возвращаясь с работы или направляясь к знакомым, стремясь сократить путь, они переходят водоем напрямик и оказываются в опасной ситуации! Рыбаки, пребывая в азарте, пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

Нельзя использовать первый лед для катания и переходов, так как молодой лед тонкий, непрочный и тяжести человека не выдерживает! А в местах замерзания веток, досок и других предметов лед бывает еще слабее. И если такие места запорошил снег, то катающийся или проходящий в этих местах человек неизбежно попадет в беду.

Проверять прочность льда ударами ноги опасно. Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Безопасным для перехода считается лед с голубоватым или зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см. Пользоваться на водоемах площадками для катания на коньках разрешается после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см, а при массовом катании – не менее 25 см.

Лед на водоемах становится прочным лишь в период полного зимнего ледостава. Однако и в этот период немало возникает опасных мест. К ним относятся: проруби и промоины, образующиеся быстрым течением рек, подземными ключами, выходящими на поверхность, спусками теплой воды от промышленных предприятий, рыбацкие лунки, места выколки льда.

Переход водоемов по льду в необозначенных местах всегда связан с риском для жизни. Нашим жителям необходимо знать и всегда помнить о том, что в городе переходы и проезды через водоемы по льду запрещены!

Для любителей подледного лова – дополнительные меры предосторожности:

- не следует пробивать несколько лунок рядом;
- опасно собираться большими группами на одном месте;
- не ловить рыбу возле промоин;
- обязательно застись веревкой длиной 12 – 15 метров.

Если вы все-таки оказались в воде: необходимо избавиться ото всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться выползти на крепкий лед. Из узкой полыньи надо «выкручиваться»: перекатываясь с живота на спину, одновременно выползая на лед.

При оказании помощи провалившемуся под лед, нельзя подходить к нему стоя из-за опасности самому попасть в беду, надо приближаться лежа с раскинутыми в сторону руками и ногами. Хорошо если под рукой имеются длинная палка, доска, веревка или другие предметы – их надо использовать для оказания помощи. Если же ничего нет – то необходимо обойтись подручными средствами – ремнем, связанными шарфами, курткой и т.п. Но могут быть и такие случаи, когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи. В этом случае несколько человек ложатся на лед и цепочкой продвигаются к

пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему ремень, веревку и т.п. Если тянуть потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры человека в воду. Пострадавшего надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать съесть что-либо сладкое, напоить горячим чаем и заставить его активно двигаться; необходимо как можно быстрее доставить его в теплое помещение. Ни в коем случае нельзя давать алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу. Довольно редко лед проламывается мгновенно. Обычно этому предшествует проседание льда и характерное потрескивание. В таком случае следует немедленно вернуться назад по своим же собственным следам. Самое главное – сохранять хладнокровие, потому что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удерживаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. Вместе с тем активно действовать необходимо сразу же, пока еще не промокла одежда, не замерзли в холодной воде руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

10 – 15 минут пребывания в ледяной воде опасно для жизни!

Помните – своевременно принятые меры безопасности на льду предохраняют от беды!

ОСТОРОЖНО – ТОНКИЙ ЛЁД!

Каждый год многие забайкальцы, пренебрегая мерами предосторожности, выходят на тонкий еще не окрепший лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

Безопасным для передвижения людей может быть лед толщиной не менее 10 – 15 см.

По многолетним данным такой лед устанавливается только в конце ноября.

В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.

Уважаемые родители!
Берегите свою жизнь и жизнь ваших детей!