

Правила безопасного поведения на льду

С наступлением низких температур повышается риск чрезвычайных ситуаций на водоемах. Испытывать его на прочность первыми будут дети и любители зимней рыбалки.



Многие забывают, что выход на лед водоема всегда опасен! Важно помнить и соблюдать основные правила поведения на водных объектах, ведь выполнение элементарных мер предосторожности - залог вашей безопасности!

Основные правила поведения на льду:



- На тонкий, неокрепший лед выходить **ЗАПРЕЩЕНО!**

Выходить на лед можно только тогда, когда его толщина достигает не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.

- Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лёд, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета является наиболее ненадежным. Такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания.

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.





- Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

Если после первого сильного удара покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка

распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

- При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

- При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

- Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: необходимо двигаться медленно; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.



- Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

- На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышки.



- Убедительная просьба родителям: **не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.**

· **Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах - алкогольное опьянение.** Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

Если вы провалились под лед:

Если лед проломился, и вы оказались в воде:

I Не паникуйте, попытайтесь сбросить тяжелые вещи. Удерживайтесь на плаву, держите голову над водой, зовите на помощь. Повернитесь в ту сторону, откуда пришли – там лед уже выдерживал ваш вес.

II Обопритесь на край льдины широко расставленными руками. Если течение сильное – согните ноги. Навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подняться и поочередно вытаскивать ноги на льдину.

III После выхода из воды на лед вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться. Нужно двигаться к берегу ползком или перекатываясь.

Как помочь человеку, оказавшемуся в воде

- 1 Крикните пострадавшему, что идете к нему на помощь, вызовите службу спасения «01», 112 или 911 (с любого мобильного телефона, даже с неработающей SIM картой)
- 2 Если человек провалился недалеко от берега, можно бросить ему веревку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу
- 3 Попробуйте аккуратно подползти к пострадавшему, подать руку и вытянуть за одежду. Помогать пострадавшему могут одновременно несколько человек, не подползая на край пролома, держа друг друга за ноги
- 4 Действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает и может утонуть
- 5 После извлечения пострадавшего из ледяной воды его нужно согреть

- Широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;
- Если возможно, передвиньтесь к тому краю полыньи, где течение не увлечет вас под лед;
- Старайтесь, не обламывая кромку, без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив;
- Выбирайтесь из полыньи, перекатываясь, а затем двигайтесь ползком в ту сторону, откуда шли.

При спасении человека, провалившегося под лед, необходимо:

- немедленно крикнуть ему, что идете на помощь;
- приблизиться к полынье ползком, широко раскинув руки;
- подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;



- к самому краю полыньи подползть нельзя, иначе и сами окажетесь в воде;

- ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут вам спасти человека;

- бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;
- действовать решительно и быстро;



- подать пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде:



1
Не поддавайтесь панике, берите силы. Попытайтесь наползти на лёд с широко расставленными руками. Делайте попытки ещё и ещё.



2
При спасении действуйте быстро, решительно, но предельно осторожно. Громко подбадривайте спасаемого, подавайте спасательный предмет с расстояния 3-4 метра.



3
В качестве спасательных предметов можно применить: доски, лестницы, верёвку с петлями на концах, связанные шарфы, связанные ремни, палки, багор



4
Выбравшись из проруби снимите, тщательно отожмите и снова наденьте одежду. Бегом следуйте к ближайшему населённому пункту. Вызовите скорую помощь.



5
При необходимости дайте пострадавшему часть своей одежды. Разведите костёр, обогрейте пострадавшего. Вызовите спасателей или скорую помощь.



6
Не допускайте обморожений и замерзания.

Первая помощь при обморожении:

1. Согреть обмороженную конечность. Наиболее эффективно - в ванночке с плавным повышением температуры за 30 минут от +20 до +40°С.
2. Поврежденные участки высушить, закрыть стерильной повязкой и тепло укрыть. Нельзя смазывать их жиром и мазями. Обмороженные участки тела нельзя растирать снегом, варежкой, суконкой, носовым платком и т.п.
3. Можно производить массаж чистыми руками, начиная от периферии к туловищу
4. При обморожении ограниченных участков тела (нос, уши) их можно согреть с помощью тепла рук оказывающего первую помощь.
5. Дать пострадавшему горячий кофе, чай, молоко и т.п.
6. Вызвать скорую помощь. При необходимости доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Признаки замерзания:

- озноб, вялость, чувство усталости, - тяга ко сну.

Безопасная толщина льда:

- одиночного пешехода с ручной кладью - 7 см
- легкового автомобиля - 19-26 см

- при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колени так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких;
- приступить к выполнению искусственного дыхания;
- с пострадавшего необходимо снять и отжать всю одежду, потом надеть (если нет сухой) и укутать полиэтиленом (возникает эффект парника);
- при общем охлаждении пострадавшего как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь. Снять мокрую одежду, тепло укутать, обложить грелками, напоить горячим чаем.

Берегите себя и своих близких!

Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью в МЧС России по телефонному номеру «01» или с мобильного телефона «112».

