

Оказание помощи провалившемуся под лед

Самоспасение:

- ✚ Не поддавайтесь панике.
- ✚ Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
- ✚ Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.
- ✚ Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед.
- ✚ Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли
- ✚ Зовите на помощь.
- ✚ Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела — перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).
- ✚ Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех тепловотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю.
- ✚ Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин.
- ✚ Добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.
- ✚ Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти попластунски.
- ✚ Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
- ✚ За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
- ✚ Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

Если вы оказываете помощь:

Родители и педагоги!

Не допускайте детей к реке без надзора взрослых, особенно во время ледохода; предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки или озера. Расскажите детям о правилах поведения в период паводка, запрещайте им шалить у воды, пресекайте лихачество. Оторванная льдина, холодная вода, быстрое течение грозят гибелью. Помните, что в период паводка, даже при незначительном ледоходе, несчастные случаи чаще всего происходят с детьми. Разъясните детям меры предосторожности в период ледохода и весеннего паводка.

Не выходите на лед во время весеннего паводка.

- ✚ Не стойте на обрывистых и подмытых берегах — они могут обвалиться.
- ✚ Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.
- ✚ Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь.

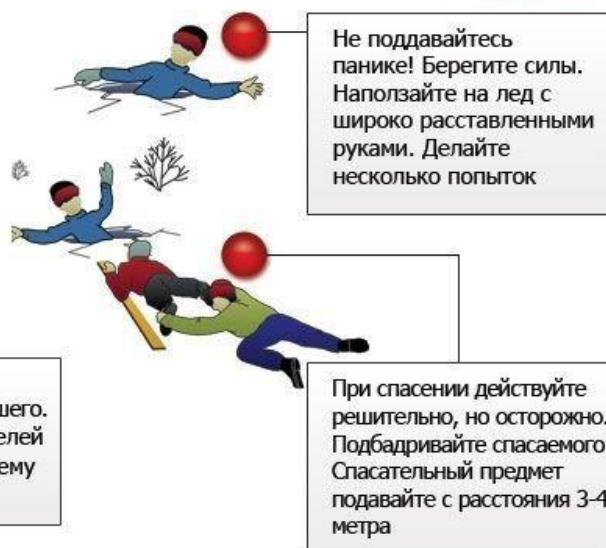
ОПАСНОСТИ ВЕСЕННЕГО ЛЬДА



СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

- доска
- лестница
- веревка с узлами
- связанные шарфы или ремни
- большая ветка
- багор

Что делать в экстренной ситуации



Не поддавайтесь панике! Берегите силы. Наползайте на лед с широко расставленными руками. Делайте несколько попыток

Разведите костер и обогрейте пострадавшего. До прибытия спасателей постарайтесь найти ему сухую одежду

При спасении действуйте решительно, но осторожно. Подбадривайте спасаемого. Спасательный предмет подавайте с расстояния 3-4 метра