

Приемы самоспасения и оказание помощи провалившемуся под лед

Как вести себя в тех случаях, когда человек провалился по лед:

- не поддаваться панике, преодолеть в себе страх перед водной стихией;

- попав в беду, сразу звать на помощь, не пытаться спасаться молча, любой, кто услышит Ваш зов, поспешит Вам на помощь;

- попытаться освободиться от верхней одежды и обуви, быстро намочшая одежда тянет провалившегося под воду;

- сохраняя спокойствие, попробовать выбраться на лед, действуя быстро и решительно;

- не следует беспорядочно барахтаться в воде и наваливаться на кромку льда всем весом своего тела, которая в этом случае будет обламываться;

Следует спокойно опереться локтями об лед, перевести тело в горизонтальное положение так, чтобы ноги оказались у поверхности воды, затем ближнюю к кромке ногу осторожно вынести на лед и затем, переворачиваясь на спину, выбраться из пролома и без резких движений, не вставая, отползти или откатиться от опасного места.

Оказывая помощь пострадавшему, важно помнить, что:

- ледяная вода быстро отнимает силы у пострадавшего и через 20-30 минут он может потерять сознание. Вот почему быстро прийти на помощь тонущему – гражданский долг каждого, долг совести и чести.

- прежде всего, нужно успокоить пострадавшего, подбодрить и убедить, что ему помогут;

- спасателю необходимо помнить, что к месту пролома нельзя подходить во весь рост, приближаться можно только ползком, на животе с раскинутыми в стороны руками и ногами, иначе можно самому провалиться под лед;

- желательно захватить с собой любой плоский предмет: доску, шест, лестницу, лыжи и т.п., их следует толкать перед собой и подать пострадавшему за 3-5 м от провала. Можно использовать и иные подручные средства, такие как: ремень, шарф, свое пальто и т.д. Как только пострадавший схватился за поданный ему предмет, нужно тянуть его ползком к берегу или на крепкий лед.

Извлеченного из воды человека нужно немедленно отвести в тепло и до прибытия врача оказать ему первую необходимую помощь: успокоить, переодеть в сухую одежду, согреть, напоить теплым напитком.

В случае, когда по близости нет теплого жилья необходимо:

- раздеться и хорошо выжать одежду так, как переход в мокрой одежде более опасен;

- развести костер или согреться движением;

- растереться руками, сухой тканью, но не снегом.

Меры предосторожности и правила поведения на льду



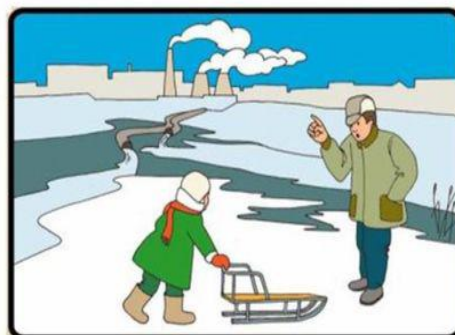
Не выходите на лёд в одиночку!
Не проверяйте прочность льда ногами!
Будьте внимательны, осторожны и
готовы в любую минуту к опасности!



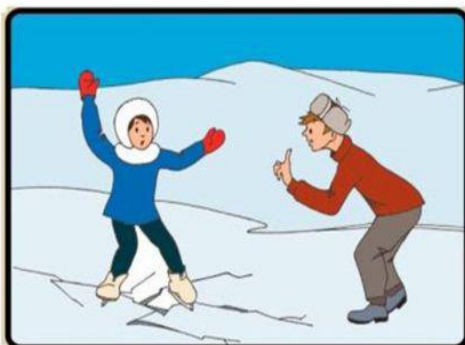
Будьте осторожны!
Под снегом могут быть полыньи,
трещины или лунки.



Внимание!
В таких местах под снегом могут быть
глубокие трещины и разломы.



Осторожно!
В этих местах даже в сильный мороз
тонкий лёд.



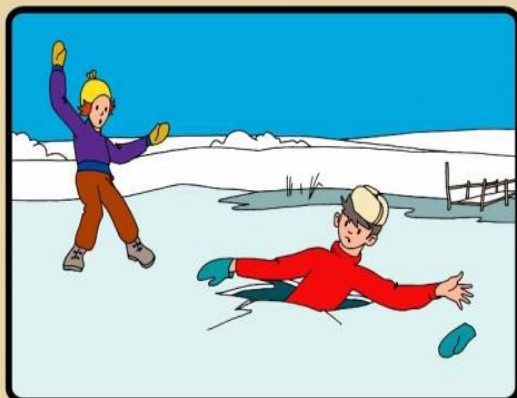
Если под вами затрещал лёд и появи-
лась трещина, не пугайтесь и не бегите
от опасности! Плавно ложитесь на лёд и
перекатывайтесь в безопасное место



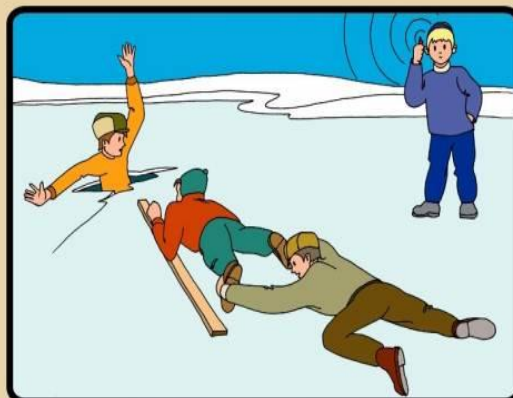
Помните!
Быстрое оказание помощи попавшему
в беду возможно только в зоне разре-
шённого перехода.

Берегите себя!

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ ! НЕ КРИЧИТЕ , НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ , БЕРЕГИТЕ СИЛЫ ! НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ. ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ ЕЩЕ.



ПРИ СПАСЕНИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО, РЕШИТЕЛЬНО, НО ПРЕДЕЛЬНО ОСТОРОЖНО. ГРОМКО ПОДБАДРИВАЙТЕ СПАСАЕМОГО. ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ С РАССТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.



СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА
ЛЕСТНИЦА
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ

СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА
БОЛЬШАЯ ВЕТКА
БАГОР



ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ЧАСТЬ СВОЕЙ ОДЕЖДЫ. РАЗВЕДИТЕ КОСТЕР И ОБОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ».



ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРОРУБИ СНИМИТЕ, ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖМИТЕ И СНОВА НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ. БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ».



НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ. ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ - ПОБЛЕДНЕНИЕ КОЖИ И ПОТЕРЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ НА ПОБЛЕДНЕВШЕМ УЧАСТКЕ. СОВЕТ - ПЛАВНО РАСТИРАЯ ОБМОРОЖЕННЫЙ УЧАСТОК РУКОЙ ИДИТЕ ДОМОЙ. СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ ! ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ - ОЗНОБ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯГА КО СНУ. СОВЕТ - ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГОМ С НИМИ ДОМОЙ.