

Способы оказания помощи провалившемуся под лед

Весной, во время ледохода, на реках и водоемах появляется большое количество льдин, которые привлекают детей. Многие считают катание и проведение других развлечений на льдинах “героическими поступками”. Эти забавы часто заканчиваются купанием в ледяной воде, а нередко трагедиями, поскольку льдины часто переворачиваются, разламываются, сталкиваются между собой, ударяются о предметы, находящиеся в воде, попадают в водовороты. Чтобы избежать подобных несчастных случаев, следует исключить эти занятия из числа развлечений детей, да и нередко взрослых.

Правила поведения человека, провалившегося под лед.

Если Вы провалились под лед, самое главное - это сохранять спокойствие и хладнокровие. **Не поддавайтесь панике!** Даже плохо плавающий человек некоторое (иногда довольно продолжительное) время может удерживаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. И лишь по мере намокания одежды человек теряет дополнительную плавучесть. Этого времени обычно хватает, чтобы выбраться из полыньи. При этом следует помнить, что наиболее продуктивны первые минуты пребывания в холодной воде, пока еще не намокла одежда, не замерзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

Важно не паниковать, не делать резких движений, не нырять и не мочить голову, постараться стабилизировать дыхание.

1. Если под ногами проломился лед:

- необходимо быстро освободится от тяжелых вещей;
- лечь на живот, широко раскинув руки, и попытаться выползти из опасной зоны на крепкий лед;
- можно помогать себе, втыкая в лед перочинный нож, острый ключ и пр. В идеале, во время перехода через зимний водоем необходимо иметь под руками какой-нибудь острый предмет;
- двигаться нужно только в ту сторону, откуда вы пришли.

2. Если вы провалились в холодную воду:

- придерживайтесь за край льда;
- зовите на помощь: «Тону!»;
- выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли;
- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки;
- если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться;

- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;
- из узкой полыньи надо выбираться «выкручиваясь», перекатываясь с живота на спину и одновременно выползая на лед;
- ползите в ту сторону, откуда пришли - лед здесь уже проверен на прочность;
- отползите на 2-3 метра, встаньте и идите к ближайшему жилью. Отдохнуть можно только в тёплом помещении.

3. **Важно:** в реках с сильным течением надо стараться выбираться из полыньи против течения реки, чтобы не оказаться втянутым под лед. Если лед слабый, его надо подламывать до тех пор, пока не встретится твердый участок.



Действия при оказании помощи человеку, провалившемуся под лед

Помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10 - 15-минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни.

1. Попросите кого-нибудь вызвать «скорую помощь» и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону 103 или 112.
2. Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному, в крайнем случае, двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи всем не только бесполезно, но и опасно.
3. При спасении действуйте быстро, решительно, но предельно осторожно. Громко подбадривайте спасаемого.
4. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой или длинным шарфом. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду. Завяжите на конце веревки узел.
5. Постарайтесь приблизиться к полынье по следам. Последние 10-15 метров передвигайтесь ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства. Важно: во всех случаях при приближении к краю полыньи надо стараться перекрывать как можно большую площадь льда, расставляя в стороны руки и ноги и ни в коем случае не создавать точечной нагрузки, упираясь в лед локтями или коленями.
6. Остановитесь от находящегося в воде человека в 3-4 метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест. Запомните! Не наматывайте веревку на руку – пострадавший может утянуть и Вас в полынью.
7. Осторожно тащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны. Ползите в ту сторону, откуда пришли.
8. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему.
9. Когда спасающий действует в одиночку (без спасательных средств), то приближаться к провалившемуся под лед человеку целесообразней ползком ногами вперед, втыкая в поверхность льда острые предметы. Если тянуть к потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры спасателя в воду. После того как пострадавший ухватится за ногу или за поданную ему веревку, надо, опираясь на импровизированные ледорубы, отползти от полыньи. Если есть длинная веревка, лучше заранее подвязать ее к стоящему на

берегу дереву и, обеспечившись, таким образом, гарантированной опорой, ползти к полынье.

10. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему первую помощь до приезда скорой помощи: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Переоденьте в сухую одежду и обувь. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

Что делать если кто-то провалился под лёд:

1



Крикните пострадавшему, что идёте на помощь, вызовите спасателей «101».

2



Если человек провалился недалеко от берега, можно подать ему палку, доску, или кинуть веревку, шарф.

3



Аккуратно подползите к пострадавшему, подайте руку или вытащите за одежду. Помогать могут несколько человек одновременно.

4



Действовать нужно смело, быстро и решительно, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает и может утонуть.

5



После извлечения пострадавшего из ледяной воды, его нужно срочно согреть.