

Правила оказания первой помощи при несчастных случаях на воде, связанных с провалом людей под лед

Лёд на водоемах – это зона повышенного риска. Ежегодно погибает огромное количество людей именно из-за несоблюдения правил безопасности при нахождении на льду водоема.

МЧС России напоминает правила поведения на тонком льду:

- минимальная толщина льда должна составлять 5-7 см, причем лёд должен быть чистым и прозрачным, если же он имеет молочный или мутный цвет, то лучше отказаться от выхода на лёд в таких местах;

- не стоит выходить на первый лёд в одиночку, желательно это делать вдвоем или втроем, причем передвигаться по льду следует на расстоянии 3-5 метров друг от друга;

- следует помнить, что толщина льда на водоеме разная, особенно он тонок возле затопленных деревьев, остатков растительности и подмываемых берегах, поэтому не следует подходить к предметам природного и не природного происхождения, вмёрзшим в лёд;

- все вещи, которые вы с собой взяли, необходимо переносить так, чтобы вы с легкостью могли от них избавиться, если провалитесь под лёд;

- отправляясь на рыбалку необходимо иметь прочную веревку длиной 25 метров (которая должна находиться в легкодоступном месте) и желательно взять с собой дополнительный комплект нательного белья.

Если Вы провалились в полынью

- не паникуйте, дышите как можно глубже и медленнее;

- делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда;

- не пытайтесь сразу выбраться на лёд, вокруг полыньи лёд очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела;

- продвигайтесь в сторону ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками, как только лёд перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лёд, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение;

- выбравшись на лёд, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытайтесь подняться на ноги;

- ближе к берегу, где лёд крепче, повернитесь на бок и перекачивайтесь в сторону берега;

- выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть, бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

Если человек провалился под лёд

- чтобы вытащить человека, провалившегося под лёд, не приближайтесь к краю проруби;

- лежа на животе (так оказывается меньшее давление на единицу площади ледяной поверхности, а значит меньше вероятность дальнейшего разлома льда) необходимо протянуть палку или одежду пострадавшему, чтобы он схватился за нее;

- вытянув пострадавшего из проруби, отнесите его в безопасное место и вызовите скорую помощь;

- окажите первую помощь, снимите с пострадавшего мокрую одежду, заверните в одеяло, напоите пострадавшего горячим питьем.

Что делать, если вы провалились под лёд

1 сохраняйте спокойствие, следите за дыханием, и плывите к месту, где произошло падение



2 дышите медленно и размеренно, постарайтесь выбраться на лёд



3 займите горизонтальное положение, раскинув руки в стороны, выталкивая себя из воды

4 закинув ногу на лёд, выползайте и перекачивайтесь со спины на живот



5 добирайтесь до берега ползком, по собственным следам

