



## Меры безопасности на льду

Перед выходом на лед необходимо определить его прочность по внешним признакам.

Крепкий лед имеет ровную, гладкую поверхность, без трещин, голубоватого оттенка.

Если лед прогибается под тяжестью человека, значит, он не прочный. Разведку прочности льда нужно проводить при соблюдении требований безопасности.

Чтобы уменьшить вероятность проламывания льда и попадания в холодную воду, необходимо знать и выполнять следующие основные правила:

- 1) прежде чем выйти на лед, убедитесь в его прочности;
- 2) используйте нахоженные тропы по льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места;
- 3) в случае появления типичных признаков непрочности льда (треск, прогибание, появление воды на поверхности льда) немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае - ползите;
- 4) не допускайте скопление людей и грузов в одном месте на льду;
- 5) исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду (в туман, снегопад, дождь, а также ночью);
- 6) не катайтесь на лыжах, обходите перекаты, полыньи, проруби, край льда. При отсутствии уверенности в безопасности пребывания на льду лучше обойти опасный участок по берегу или дожидаться надежного замерзания водоема;
- 7) никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги.



Если лед проломился:

- 1) не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь;
- 2) обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;
- 3) старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину;
- 4) держите голову высоко на поверхность воды, постоянно зовите на помощь.

В неглубоком водоеме можно:

- 1) резко оттолкнуться от дна и выбраться на лед;
- 2) передвигаться по дну к берегу, проламывая перед собой лед.

В глубоком водоеме нужно попытаться выбраться на лед самостоятельно. Для этого необходимо упереться в край льдины руками, лечь на нее грудью и животом, вытащить поочередно ноги на лед. Этот способ связан со следующими трудностями: постоянное обламывание краев льдины, ее переворачивание и движение, быстро нарастающее охлаждение и утомление человека. После выхода из воды на лед нужно двигаться к берегу ползком или перекаtywаясь в том же направлении, откуда вы пришли. Вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.

Бывают ситуации, когда пострадавший не может самостоятельно выбраться из воды, в этой ситуации ему нужна срочная помощь. Делать это следует незамедлительно и очень осторожно:

- 1) если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бросить веревку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу;



- 2) сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность, надежду;

- 3) можно взять длинный шест за оба конца, сориентировать его серединой над пострадавшим и вытащить его из воды;

- 4) для обеспечения прямого контакта с пострадавшим к нему можно подползти, подать руку или вытащить за одежду. В этой работе одновременно могут принимать участие несколько человек. Не подползайте на край пролома, держите друг друга за ноги;

- 5) для обеспечения безопасности необходимо использовать подручные средства: доску, шест, веревку, шит;

- 6) действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает, может погрузиться в воду;

- 7) после извлечения пострадавшего из ледяной воды его необходимо незамедлительно отогреть.

В том случае, когда пострадавший скрылся под водой, его необходимо постараться вытащить как можно быстрее из воды и оказать помощь. В холодной воде замедляются функции всех систем организма. Известны случаи, когда удавалось спасти человека, который находится под водой 30 минут и более.

При этом оптимальные результаты могут быть достигнуты в лечебном учреждении, куда необходимо оперативно доставить пострадавшего.