

## **Опасность льда**

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

### **Становление льда:**

Водоемы, замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине, толщина льда на них меняется в широком диапазоне. Выходя на крепкий лед толщиной 10-20 см, через несколько шагов, провалившись, вы можете очутиться в полынье с ледяной водой, так как попали на лед в 2 см, не выдерживающий нагрузки вашего веса.

Поэтому ходить по такому льду очень опасно. Также строго запрещено бегать и прыгать по льду, кататься на коньках.

### **Уважаемые граждане!**

Уделите внимание своим детям, расскажите об опасности выхода на непрочный лед. Интересуйтесь, где ваш ребенок проводит свободное время. Не допускайте переход и нахождение детей на водоемах в осенне-зимний период. Особенно недопустимы игры на льду!

Для спасения из ледовой полыньи одного умения плавать недостаточно, самостоятельно выбраться на лед трудно даже физически подготовленному человеку: намочшая одежда тянет ко дну и, даже если удастся держаться наплаву, через 15-20 минут наступает переохлаждение.

### **Время безопасного пребывания человека в воде:**

- при температуре воды 24°C время безопасного пребывания 7-9 часов;
- при температуре воды 5-15°C - от 3,5 часов до 4,5 часов;
- температура воды 2-3°C оказывается смертельной для человека через 10-15 минут;
- при температуре воды минус 2°C – смерть может наступить через 5-8 минут.

### **Критерии прочного льда:**

- прозрачный лед с зеленоватым или синеватым оттенком;
- на открытом бесснежном пространстве лед всегда толще.

### **Критерии тонкого льда:**

- цвет льда молочно-мутный, серый лед, обычно ноздреватый и пористый. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания;

- лед, покрытый снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лед, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова);
- лед более тонок на течении, особенно быстром, на глубоких и открытых для ветра местах;
- лед более тонок над тенистым и торфяным дном;
- лед более тонок у болотистых берегов;
- лед более тонок в местах выхода подводных ключей;
- лед более тонок под мостами;
- лед более тонок в узких протоках;
- лед более тонок вблизи мест сброса в водоемы теплых и горячих вод промышленных и коммунальных предприятий;
- лед в нижнем бьефе плотины, где даже в сильные морозы кратковременные попуски воды из водохранилища способны источить лед и образовать в нем опасные промоины;
- в местах, где растет камыш, тростник и другие водные растения.

### **Правила безопасности:**

- осенний лед становится прочным только после того, как установятся непрерывные морозные дни;
- безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см;
- прежде, чем выйти на лед, нужно убедиться в его прочности (никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги, используйте для этих целей палку);
- нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь);
- нельзя выходить на лед вблизи кустов, камыша, где водоросли вмерзли в лед;
- лед непрочен в местах быстрого течения, стоковых вод и бьющих ключей, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов;
- крайне опасен лед под снегом и сугробами, а также у берега, в этих местах он всегда тонкий или рыхлый;
- переходить водоемы, только при крайней необходимости, нужно в местах, где оборудованы специальные ледовые переправы. В местах, где ледовые переправы отсутствуют, при переходе следует обязательно проверять прочность льда палкой. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м);
- если лед не прочен (прогибается, трещит под ногами), необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда.

### **Что делать, если Вы провалились и оказались в холодной воде:**

- не паникуйте, не делайте резких движений, дышите как можно глубже и медленнее;

- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, предав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед;
- выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли: ведь лед здесь уже проверен на прочность;
- громко зовите помощь;
- если удерживать себя на поверхности воды и тратить на это минимум сил, то температура Вашего тела будет медленно понижаться, а не быстро;
- больше половины теплопотерь приходится на голову – не окунайте ее в холодную воду;
- плыть к берегу или другому участку, на котором Вы можете спастись – можно если плыть не более 30 минут;
- после удачного спасения необходимо раздеться и выжать одежду от воды и потом сразу же одеться.

**В любом случае при возникновении чрезвычайной ситуации необходимо срочно позвонить по телефону: 112.**

### **Что происходит с человеком, который провалился под лед?**

Если вдруг так случилось, что человек провалился под лед, то следует знать, что происходит с его организмом и сколько времени есть на проведение спасения человека.

Начинаются проблемы с дыханием. Происходит непроизвольная задержка дыхания, оно становится неравномерным – грудная диафрагма под воздействием холодной воды начинает сжиматься.

Голова кажется сдавленной.

Увеличивается сердцебиение.

Давление повышается до критических отметок.

Мышцы начинают сводить судорогами.

Организм начинает вырабатывать тепло в 2-3 раза больше.

Если тело остывает до 30 градусов – дрожь прекратится и организм начнет снижать температуру в два раза быстрее.

Затем резко падает артериальное давление.

### **Если человек провалился под лед:**

Вам стоит запомнить и рассказать Вашим детям что делать если человек провалился под лед. Для этого ниже описаны простые правила:

- к месту прорыва льда лучше подползти по пластунский чтобы избежать еще одного участка прорыва льда;
- подползти нужно не ближе, чем на три метра и кинуть пострадавшему веревку, палку, ветку что угодно, в такой момент старайтесь подбадривать человека что Вы уже идете на помощь – это придаст силы утопающему;

- ни в коем случае не приближайтесь к месту прорыва близко.

### **Первая помощь человеку, который провалился под лед:**

Когда процесс спасения человека прошел успешно ему просто необходимо оказать первую медицинскую помощь сделать это можно исходя из советов ниже:

- транспортировать пострадавшего в место, где безопасно;
- согреть растирая человека быстрыми движениями рук;
- снять всю мокрую одежду и заменить на сухую если имеется такая возможность;

### **Первая помощь человеку, который находится без сознания:**

- перевернуть человека лицом вниз и опустить голову ниже тазовой части тела;
- убрать слизь изо рта очистить доступ к дыхательным путям;
- сделать так что бы вода вышла из легких – обхватить пострадавшего двумя руками сзади и резкими движениями крепко держа руки на его груди производить рывки;
- если пульса нет – нужно сделать массаж сердца и искусственное дыхание;
- не теряйте время на удаление воды из легких если у человека нет пульса – приступайте к пункту номер 4.
- доставьте пострадавшего в медицинское учреждение.