

Опасный лед

Круглый год спасателям приходится вытаскивать людей, провалившихся под лед. Особенно он подводит человека ранней весной и теплой зимой.

Теплой зимой, как в этом году, сезон хрупкого льда. Риск оказаться в холодной воде в это время многократно повышается. Водоем покрывается ледяным панцирем, легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники.

Нередко в эту пору школьники отправляются покататься на коньках на речку, а также прочий рискованный люд проваливаются под лед в холодную воду.

А любители рыбной ловли оказываются на оторванной льдине или также в воде. Спасение горе-рыбаков (их называют шутя "пингвинами" на льдинах) обходится бюджету в круглую сумму. Это кроме того, что они рискуют своим здоровьем или жизнью

Необходимо знать, что основной характеристикой безопасности льда является его толщина. Для одного человека она составляет 5 см, а если с грузом – 7 см, для группы людей 7-9 см, для легкового автомобиля – 26 см, а для автомобиля типа ГАЗ-53 - 44 см.

Наиболее опасные участки находятся в местах быстрого течения и стока теплых вод, а также там, где имеются полыньи или водоросли, вмёрзшие в лед. Опасна и появившаяся вода на поверхности льда, она способствует скольжению и падению человека.

Что же испытывает человек, неожиданно оказавшийся в ледяной воде?

У него перехватывает дыхание, голову будто сдавливает железный обруч, сердце начинает сильно стучать, артериальное давление поднимается до угрожающих пределов. Мышцы груди и живота рефлекторно сокращаются, вызывая сначала выдох, а затем вдох. Непроизвольный дыхательный акт особенно опасен, если в этот момент голова находится под водой, ибо человек может захлебнуться. Пытаясь защититься от смертельного воздействия холода, организм включает в работу систему теплопроизводства – механизм так называемой холодной дрожи. Однако через некоторое время тепла становится недостаточно, чтобы компенсировать теплопотери, и организм вновь начинает охлаждаться. Скорость охлаждения организма человека, попавшего в воду, зависит прежде всего от температуры воды, физического состояния человека, его индивидуальной устойчивости к низким температурам, от толщины его подкожно-жирового слоя, теплозащитных свойств одежды.

Время безопасного пребывания человека в воде при температуре минус 2⁰ С не более 5-8 минут. Конечно, указанные сроки не абсолют и могут варьировать в ту или иную сторону.

Существуют три степени переохлаждения: при температуре тела 34-35⁰С – сильная дрожь, очень холодная кожа, дезориентация, беспокойное состояние, возможна потеря памяти, увеличение частоты пульса и дыхания. При температуре тела 34-30⁰С – предкомагиозное состояние, стадия забытья и паралича. При температуре ниже 30⁰С – частота дыхания 2-3 раза в минуту, граница смерти наступает обычно при температуре ниже 25⁰С.

Если все же под вами провалился лед необходимо:

1. не паниковать
2. попытаться продвинуться, работая ногами к надежной закрючке льда
3. лечь грудью на лед и отползти 3-4 метра

Если вы решили не дожидаясь спасателей помочь товарищу, помните: приближаться к полынье можно только ползком, для увеличения площади опоры подложите под себя куртку и ползайте на ней. Не доползая до полыньи 3-4 м нужно протянуть пострадавшему палку, ремень, шарф или веревку. Подползать к краю полыньи **не допустимо**.

Первая помощь извлеченному из воды:

1. защитить от ветра
2. снять с пострадавшего мокрую одежду и обувь
3. протереть тело и укрыть его
4. если человек в сознании, напоите его горячим чаем
5. если человек без признаков жизни – попытаться вернуть его к жизни путем искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Ни в коем случае нельзя давать пострадавшему алкогольные напитки. Алкоголь не только оказывает угнетающее действие на его центральную нервную систему, но кроме того, расслабляя спазмированные холодом сосуды конечностей, усилит поступление холодной крови к сердцу. Алкоголь в таком случае провоцирует резкое неуправляемое снижение внутренней температуры тела. А это может привести к летальному исходу. Растирание спиртом или водкой конечностей и отдельных участков тела малоэффективно.

Какой же вывод?

Прежде чем выходить на лед водоемов, убедитесь, что он надежен. Оденьтесь потеплее, берите с собой термос с горячим чаем, информируйте близких куда вы идете. И приятного вам отдыха.

ПОПАВ ПОД ЛЕД, НЕ ПАНИКУЙТЕ!

- если вдруг лед не выдержит веса, проломится, и вы окажетесь в полынье, ни в коем случае не теряйте самообладания и не паникуйте.
- старайтесь выбраться самостоятельно и в то же время зовите на помощь. Возможно, кто-нибудь окажется поблизости и сможет оказать вам помощь.
- попав в прорубь или ледяной пролом, быстро раскиньте руки и старайтесь удержаться на поверхности льда.
- выбросьте вперед руки или повернитесь на спину и откиньте руки назад, старайтесь двигаться лежа, чтобы самостоятельно выбраться из опасного места.
- оказывая помощь терпящему бедствие, не подходите к месту пролома.
- приближайтесь к потерпевшему ползком, лежа на животе, иначе вы сами сможете провалиться под лед.
- подавайте потерпевшему шест или веревку за 3 – 5 метров от места пролома.
- как только терпящий бедствие взялся за поданный предмет, тяните его ползком на берег или на лед.

СПАСАЯ ЧЕЛОВЕКА, ДЕЙСТВУЙТЕ ОБДУМАННО,
СОБЛЮДАЯ СПОКОЙСТВИЕ И ОСТОРОЖНОСТЬ. О
НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ НЕМЕДЛЕННО СООБЩИТЕ ПО
ТЕЛЕФОНУ

01